

16/05/2012

## "Aprendí que la vida sea mía y no de la diabetes"

**"Gracias al equipo que me lleva y a sus pautas, actualmente la enfermedad no me influye en nada"**

*Fátima Juncal*

**MARÍA LÓPEZ** Aparte de las conferencias de los enfermeros vigueses, las jornadas sobre educación terapéutica contaron con la voz de una paciente, que expresó desde su propia experiencia la necesidad de impartir una formación adecuada al enfermo para que sepa actuar en consecuencia. Fátima Juncal fue diagnosticada de diabetes tipo 1 con 20 años, por lo que tuvo que empezar a inyectarse insulina. Desde hace catorce meses lleva en su espalda una micro-infusora (una máquina de escasos centímetros) que mediante un catéter le administra la insulina que necesita.



### **-¿Ha mejorado su calidad de vida con la micro-infusora de insulina?**

–Sí, puesto que no tengo que pincharme tantas veces. Antes me inyectaba insulina cuatro veces al día como mínimo, y ahora, una vez cada tres días. Además, el control es mejor y a la hora de hacer deporte, por ejemplo, que a nosotros nos baja el requerimiento de insulina, tú con una bomba lo puedes parar, entonces en ese momento no te mete insulina o disminuyes la dosis. De la otra manera, si ya te pinchaste, tienes que comer para poder hacer ejercicio.

### **-¿Cómo le influye la diabetes en su vida diaria?**

–Actualmente no me influye en nada, hago una vida total y absolutamente normal. La diabetes es una parte de mi vida pero no es mi vida, pero gracias al equipo me lleva en este momento [del Meixoeiro] y por las pautas de educación terapéutica que me han dado. Ahora sé que no pasa nada porque un día me tome un trozo de tarta siempre que sepa cuántos hidratos y cómo compensarlo. En muchos sitios no se enseña esto, aquí sí.

**-¿Cada cuándo tiempo acude a la consulta de educación diabetológica?**

-Yo empecé una vez cada 15 días porque necesitaba mucha información y ahora vengo una vez cada mes o cada dos, pero teniendo en cuenta que mi educadora tiene un teléfono para los pacientes o bien le mandamos un mail. Siempre estamos en contacto con ella. En estos siete años nunca he tenido que ir a Urgencias por una descompensación porque siempre están ahí [los profesionales].

**-¿Considera la educación de enfermería un elemento básico para aprender a vivir con la enfermedad?**

-Sí, porque hace que la vida sea tuya y no de la diabetes. Es fundamental para el conocimiento de tu enfermedad, porque es tuya. No te vale de nada que lo sepa el equipo médico que te lleva si no te la explica a ti porque ellos no viven con la diabetes, la vive el paciente. Cuando debuté en esto, no me dieron una información educativa. Yo requería más información para controlar mi vida y no se me daba, y terminé aquí [Meixoeiro], donde sí te enseñan.