

## BREVE RELATO SOBRE LA COLONIA 2018.

Un año más hemos celebrado la colonia para niñas y niños con diabetes, un año más hemos vivido una experiencia muy especial donde más de 60 personas convivimos 7 días y 6 noches unidas por la diabetes.



Lo que persigue con esta actividad la Asociación es que las niñas y niños vivan una experiencia inolvidable donde conozcan a otras personas (pequeñas y adultas) con diabetes, surjan amistades, desarrollen su autonomía a nivel personal y en el manejo de la diabetes y además, que lo hagan en un ambiente amigable, divertido y motivador.

Nos esforzamos en que mejoren, no sólo en conocimientos y habilidades respecto a la diabetes, sino en la gestión de emociones, en el desarrollo de valores, autoestima, creatividad, respeto por el medio ambiente...Nos empeñamos en que lo adquieran a través de juegos, actividades lúdicas, artísticas y experiencias variadas. Para ello evitamos todo lo que pueda recordar al mundo académico; no hay apuntes, no hay PowerPoint, ni pizarras. En su lugar, hay material en forma de pelotas, canastas, posters, gráficos, fotos atractivas, comida de plástico, buzones con emoticonos y muchos otros materiales que preparamos en la ADT con bastante antelación y, sobre todo, con muchísima ilusión.

Tras cada actividad hay un por qué, un para qué y un cómo. En su diseño y planificación hemos tenido en cuenta: las valoraciones de otros años tras la colonia, las respuestas a los cuestionarios que pasamos en el momento de la inscripción y los aspectos que pueden ser de mayor interés y pertinencia según edades.

Este año hemos logrado eliminar la palabra taller del planning, no hemos diferenciado las horas de juego de las de educación diabetológica, ya que todas tuvieron la diversión como elemento clave. El aprendizaje sobre ejercicio se integró en la clase de zumba de Casandra, una bailarina profesional estupenda, que además tiene diabetes tipo 1 y que nos hizo pasar un rato divertidísimo e intenso. La prevención y manejo de hipoglucemia e hiperglucemia consistió en la búsqueda del tesoro, en la que formaron dos equipos que se esforzaron por encontrar pistas con síntomas y forma de manejar estas dos complicaciones por todo el campamento. Discutían por cosas como si era cierto que el olor a pie fuera una señal de hipoglucemia y mientras lo hacían hablaban también de sus propios síntomas y se reían con sus propias anécdotas. ¡Qué bueno encontrar a alguien con quien hablar en el mismo idioma! ¡Qué positivo poder tomar vivencias de la diabetes con sentido del humor!

Algo que se ha dado en esta edición, es una mayor proporción de asistentes menores de 10 años que acudían por primera vez a la colonia y que nunca se habían separado tantos días de su familia. Todos/as nos dieron una gran lección de madurez y adaptación. Permitieron con gran naturalidad y confianza, que los "adoptáramos" esa semana y fue un auténtico lujo cuidarlos y observar cómo nos sorprendían con sus ganas de aprender y de no perderse nada. Por otro lado, repetidores/as de colonias jugaron un papel clave, orientando y apoyando a los/as nuevos/as a modo de "hermanos mayores". Algunos/as que el año que viene cumplen 15 años nos han pedido que alargemos la edad de admisión a la colonia para el próximo año. Quieren seguir viniendo y, si no pudieran como asistentes, que le demos un puesto como voluntarios/as. Tener esta cantera de adolescentes dispuestos a continuar con nosotros/as y a tener un papel más activo en la ADT es muy ilusionante, como también lo fue, recibir la visita de jóvenes voluntarias, que antes de irse nos dejaron en el buzón un mensaje de agradecimiento que ha dejado huella en nuestros corazones. ¡Un millón de gracias!

Un fenómeno muy especial que se produce en esta y en todas las colonias, es la relación de convivencia entre "pacientes" y profesionales. Aquí no hay batas blancas, ni resultados de hemoglobinas, aquí desaparecen muchas barreras y todos formamos parte de lo mismo. Jugamos en el agua, hacemos zumba, Got Talent, desfile de disfraces, paddle surf, jugamos, pintamos juntos...Se genera una gran confianza, confianza que a veces ha podido llevar a situaciones un tanto comprometidas como la que se dio cuando cierta participante de 10 años hizo la manicura de color rosa chillón a varios profesionales de género masculino, negándose en rotundo a darles quitaesmalte. Germán, por su parte, enfermero y animador veterano de nuestras colonias, pintó muchas caras con nocturnidad y alevosía, pero sus víctimas, lejos de quedarse de brazos cruzados, conspiraron contra él y tuvieron la oportunidad de vengarse sobradamente, con espuma de afeitar, harina, pinturas y todo lo que tuviera capacidad de pringar.

Los cuestionarios de conocimientos que pasamos antes y al finalizar la colonia dan testimonio de que se van con más y mejores conocimientos para manejar su diabetes. Algunos se fueron a casa habiendo logrado ponerse solos la insulina o pincharse en el brazo sin ayuda, otra pequeña pero gran persona, no lo logró pero sí que se fue con el compromiso firme de intentarlo. ¡Animo campeona, puedes hacerlo! Aunque el contexto de la colonia dificulta el control de la glucemia (siempre lo advertimos en la reunión pre-colonia), ese descontrol irá desapareciendo en días, en cambio, el impacto de las experiencias vividas, las amistades y los conocimientos adquiridos en la colonia probablemente, permanecerá en el tiempo.

Las encuestas de satisfacción y las notas en el buzón dejan ver que han disfrutado mucho, que aunque Germán les pinte lo quieren un montón y que, a pesar de que algunos siguen sin querer ensalada, otros han descubierto lo bueno que es el salmorejo y que el kiwi no pica. Entre las sugerencias, nos han pedido ir a París y al Caribe... quien sabe, lo tendremos en cuenta.

Queremos dar las gracias a los/as profesionales y voluntarios/as que se han desvivido antes y durante la actividad y a todas las personas, empresas e instituciones que han colaborado. También a los padres y madres que nos apoyan y reconocen nuestra labor y a los/as que no lo

hacen, igualmente. Sabemos que aunque queramos, es imposible no cometer errores y sus críticas nos permiten reflexionar sobre nuestro trabajo y si es posible, mejorarlo.

