Carta "no te rindas"

Dedicada a familiares de menores y adolescentes con diabetes

No hace más de una semana mi madre me pidió que escribiera sobre mi experiencia como persona con diabetes. A lo que yo le respondí:"*¿Sobre qué quieres que escriba exactamente?* ", -"*Sobre cómo ha sido tu vida desde el debut*".

Después de varios días con ideas en la cabeza no se me ocurrió mejor respuesta para su pregunta que: "***desde entonces, eso ha sido: VIDA***". Tal vez muchas personas hubieran apostado por adjetivos como terrible, un calvario diario, un sacrificio, mala suerte, desconsuelo por comer cosas dulces... Pero no, debo confesarles, desde mi propia experiencia, que, por suerte, no es así. Hablo de suerte porque para mí, eso ha sido; suerte.

Lejos del pensamiento de la gente, ya sea por ignorancia o por desinterés hacia el tema, la diabetes es algo que si lo tomas como algo normal se convierte en algo corriente con lo que aprendes a vivir día a día. Siempre encontrarás a alguien que te dice: "*¿eres diabética? Ah, pues no lo parece*", a lo que yo contesto: "*No, ¿acaso debo llevarlo escrito en la frente?, ¿acaso las personas con diabetes somos diferentes? Y por cierto, no soy diabética, tengo diabetes*". También están aquellas personas de las que tienes que escuchar "*¡Ay, qué asco! No, eso yo no lo puedo mirar, menos mal que yo no tengo "de eso" porque no podría pincharme, tengo miedo a las agujas... ¿No te duele?*". A lo que yo contesto: "*Créeme que si tuvieras que hacerlo se te quitaba el miedo, el pánico a las agujas y el asco. Y no, no duele, y si así fuera, de todos modos tendría que hacerlo*".

Luego te encuentras a el/la sabelotodo, con un máster en nutrición, que empieza a darte pautas y prohibirte todo tipo de alimentos... "*¿Ah pero que puedes comer uvas y plátano? Eso tiene mucho azúcar, deberías cuidarte...*". A lo que yo contesto : "*Lo sé, llevo 12 años con diabetes y hasta ahora no me he muerto por comerme 4 uvas y 1 plátano. Todo, en su debida cantidad, es bueno*". Y ya por último te tropiezas en el tranvía o en el restaurante al que vas a comer con tu familia a incompetentes que se ponen a mirarte con cara de haber chupado un limón cuando te ven pincharte la insulina. ¿Realmente creen que es necesario ese tipo de gestos?

Ahora entrando en una opinión más personal, he de decir que muchas veces las personas desconocidas nos tratan como si fuéramos extraños, seres de otro planeta, y yo no niego que lo seamos, pero porque todos tenemos algo de especial. Me gustaría crear conciencia en las personas que lean esto y a sus familiares más cercanos para que sepan cómo nos sentimos a veces las personas con esta enfermedad. Reitero lo dicho antes, somos especiales, o al menos yo me considero especial, y todas las personas que he conocido en mi misma situación también lo son.

Hablando otro poco de mí; me considero una persona humilde, responsable, feliz y con mucha, mucha empatía (además de todos los fallos que podemos tener, por eso somos humanos) y creo que uno de los pilares que me han hecho ser quien soy hoy ha sido mi enfermedad.

Desde que debuté con siete años he sido una niña muy feliz, risueña, nunca me sentí aislada de los otros niños y niñas, tuve siempre con quien jugar y pasarlo bien en el recreo. A medida que iba creciendo, la inocencia desaparecía y una vez llegada la época del instituto empecé a tener mis primeros problemas. Con sólo trece años tuve que escuchar cosas tales como "*si quieres comer, te vas fuera de la clase*" cual perro, con dieciséis "*si sabes que no tienes capacidad para hacer esta actividad física, no la hagas*" y con dieciocho "*no entiendo por qué le dan más tiempo a ella para hacer ese examen, su problema no lo considero grave*", entre otras muchas cosas.

La vida no es difícil, somos nosotros/as quienes la complicamos, por eso, mi mayor consejo es: eduquen a sus hijos e hijas de manera que no tengan miedo a sacar un zumo en medio de la clase cuando sufran hipoglucemia. Edúquenlos haciéndoles creer y darse cuenta de lo que pueden conseguir, para que nadie se atreva a decirles de lo que son capaces o no, y de manera que sepan llevar la enfermedad como algo normal, pero dejando constancia de que es importante y que el problema no lo tenemos nosotros/as, sino los demás. Porque por el hecho de que no se perciba físicamente, la gente no debería pensar que no tiene relevancia; eso sí es grave.

Con el tiempo fui aprendiendo muchas cosas. Tener diabetes te hace más humano, te enseña a no mirar a nadie por encima del hombro, a sentirte agradecida porque hay personas en situaciones peores que la tuya, a no reírte de las diferencias ajenas, a saber aceptarte tal y como eres, a amoldar la vida a tu manera y a tus necesidades, a aprender a amar la vida, a ayudar a las personas que te necesitan y a amar este acto. Tanto es así que, actualmente, estudio medicina con el único propósito de darle mi mano al que requiera ayuda, a valorar el esfuerzo de tu familia y, lo más importante, el apoyo que te brindan desde el día en que le dieron la noticia, ese día en el que mi vida cambió, y la suya junto a la mía. He de decir que tengo una familia maravillosa, no porque me hayan regalado todo lo que me gustara y comprado todo lo que quisiera, sino porque desde el minuto en el que apareció la cifra 352 en el glucómetro han sabido enfocarme la enfermedad de la mejor manera posible y, por ello, aprovecho para mencionarles y darles las gracias eternas.

Por todo esto, padres y madres: a pesar de que puedo imaginar el sufrimiento que sienten al recibir la noticia, la de lágrimas que derraman cuando nosotros/as, sus hijos/as, no estamos en casa, la de veces que se han preguntado ¿por qué a él/ella?, la de dudas que se avalanchan sobre ustedes en ese momento, el miedo por lo que pueda pasarle a tu niño/a que nunca dejará de ser eso: tu niño/a, la sobreprotección que les darán por el resto de sus vidas... **NO SE RINDAN**. Todo parece una habitación oscura en la que da la sensación de no volver a ver la luz, pero créeme que todo lo que estás haciendo en este momento valdrá la pena en un futuro. Empezarán a abrirse las puertas de esa oscura habitación y será entonces cuando agradezcas todo aquello que hiciste por él/ella, cuando todo el esfuerzo que parecía no dar resultados, resuelve de repente todas tus dudas.

NO TE RINDAS. No sientas pena por nosotros/as, ayúdanos a ser mejores, danos oportunidades de descubrir cosas buenas, no limites nuestro mundo a una burbuja sobreprotectora, porque los tropiezos son necesarios para enseñarnos dónde pisar. Para tu tranquilidad, yo me fui (sin mi familia) trece días a recorrer Italia, doce días a hacer el camino de Santiago, catorce días a Marruecos, tengo una medalla de oro en dormir la siesta y jamás me ha pasado nada malo. La burbuja sobreprotectora también pudo protegerme en la distancia, porque lo importante no es protegerlos las veinticuatro horas del día, sino darles la seguridad de que, pase lo que pase, estarás ahí aunque les separen dos mil kilómetros, de cualquier forma.

Hazlos felices, haz que se sientan diferentes, pero no por el hecho de tener diabetes, sino porque somos especiales, somos dulces, valientes, y eso nos hace grandes. NO TE RINDAS. El camino es duro, pero la recompensa es muy grande. Juntos podemos lograr cambiar el mundo, demostrar a la gente lo que somos, y de lo que somos capaces de hacer.

Andrea Herrera Bethencourt

Médico y voluntaria de ADT

Asociación para la Diabetes de Tenerife
www.diabetenerife.org
922 25 39 06 - 672 14 58 81