



COM PODEM AJUDAR ELS NOSTRES INFANTS?

Les associacions de pacients podem ajudar els nostres infants a dur una vida més feliç i saludable si els recolzem, a ells i les seves famílies, i els ensenyem què és la diabetis, al mateix temps que ens assegurem de que disposen de tota la informació necessària sobre alimentació, exercici físic regular i tractament farmacològic, pautat prèviament pel seu equip mèdic de referència.

Els infants diabètics i/o les seves famílies han de tenir un bon control sobre la diabetis, i des de les associacions de pacients podem ensenyar, entre altres coses:

- Com poden mesurar la concentració de glucosa en sang a partir d'una petita mostra de sang.
- Posar-se injeccions d'insulina ells mateixos, demanar a un adult que els les posi o bé utilitzar una bomba d'insulina.
- Seguir una dieta equilibrada i saludable, parant una atenció especial a les quantitats de sucre i els carbohidrats, i també als horaris dels menjars.
- Fer exercici físic amb regularitat per controlar els nivells de glucosa en sang.
- Col·laborar amb el metge i el seu equip d'atenció de la diabetis per aconseguir el millor control possible de la diabetis.
- I estar atents als senyals de complicacions i d'altres problemes de salut relacionats amb la diabetis.

Conviure amb la diabetis és un desafiament per a qualsevol persona, però encara més si són infants, perquè sovint els pot costar entendre per què necessiten fer controls de glucosa en sang o bé injectar-se insulina; fins i tot poden estar espantats, enfadats o negar-se a cooperar. Sense cap mena de dubte, tenir un fill o una filla amb diabetis és un gran repte, i per tal de normalitzar la situació de mica en mica i tenir la patologia sota control, les associacions de pacients sempre estem disposades a ajudar, recolzar i escoltar. Iniciatives com la publicació d'aquest llibre ajuden enormement la nostra tasca.



Primera edició: octubre de 2019

© Ediciones Jaguar, 2019
C/ Laurel 23, 1º. 28005 Madrid
www.edicionesjaguar.com

Facebook: EdicionesJaguar | Twitter: @Ed_Jaguar | Instagram: @edicionesjaguar

© Text: Helena Kraljič

© Illustrations: Maja Lubi

First published in Slovenia 2016 © Morfem publishing house

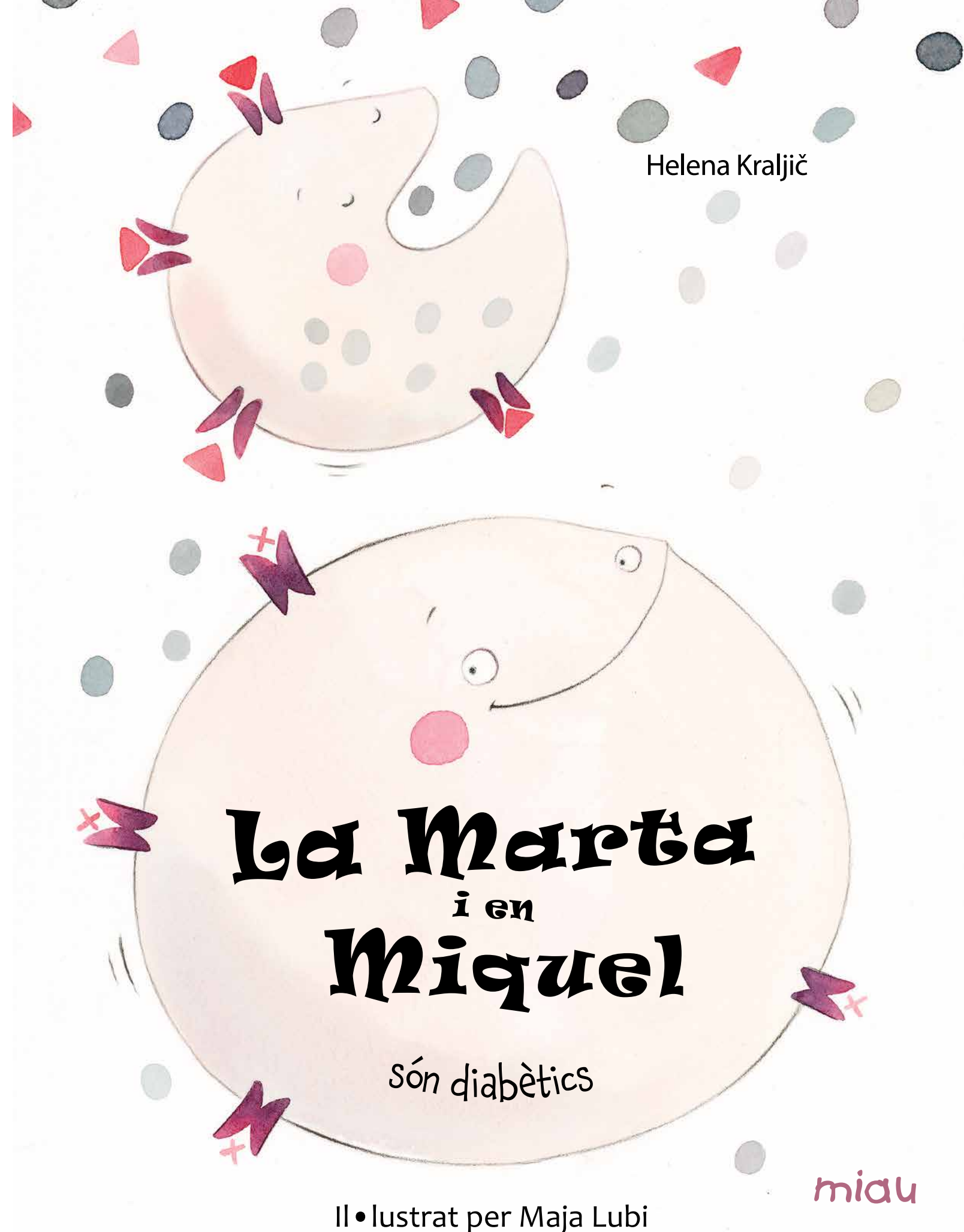
© Traducció: Anna Gasol

IBIC: YBC
ISBN: 978-84-16082-17-9
Dipòsit legal: M-30356-2019
Imprès a Portugal.

RESERVATS TOTS ELS DRETS

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, només pot realitzar-se amb l'autorització dels seus titulars, llevat de les excepcions previstes per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos -www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra.

Ediciones Jaguar donarà 0,50 € a la Federación Española de Diabetes per cada llibre venut d'aquesta edició.



Helena Kraljič

La Marta i en Miquel

són diabètics

Il·lustrat per Maja Lubi

miau



A la Marta l'encantava ballar.

Sovint deia:

—Quan sigui gran,
vull ser ballarina.

A en Miquel l'encantava jugar al futbol.

— Quan sigui gran, vull ser futbolista.

N'estava segur.





—Com et trobes? —va preguntar la mare de la Marta—. Veig que darrerament tens moltíssima set.

—Em sembla que haurem d'anar al metge —va dir al cap d'una estona. I va afegir, dirigint-se al seu marit—: La Marta sempre té set, i cada dia es troba més malament.

La mare d'en Miquel també estava amoïnada pel seu fill.

—Vas molt al lavabo. Et trobes bé?



Estava intranquil • la.

—Hem d'anar al metge —va dir al seu marit—. En Miquel no té energia. Està dèbil i es queixa de mal de panxa.

La Marta va anar al metge.
—Et traurem una mica de sang.
Oi que no et fa por?
La Marta va negar amb el cap
i es va girar cap a la seva mare:
—M'agrada que em treguin
sang perquè després tinc un
premi deliciós...

La seva mare va somriure:
—xocolata, gelat...

—... o l'amanida de fruita de la mama!
—va afegir la Marta.

En Miquel va anar al metge.
—Has de donar una mica de sang, però ets un valent, oi?
En Miquel va assentir i va fer l'ullet a la seva mare.
—Em trauran sang. La mama sempre em dona una
recompensa per ser tan valent.
La mare d'en Miquel va somriure a la doctora:

—xocolata, gelat...

—... o el pastís de verdures de la mama! —va afegir
en Miquel.

