

Os bolechos

guías

PEPE CARREIRO



Amigas e amigos con diabetes



Os Bolechas están nun campamento de verán,
con Celia, Manuela e Roi.



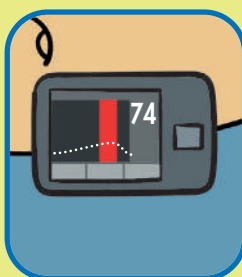
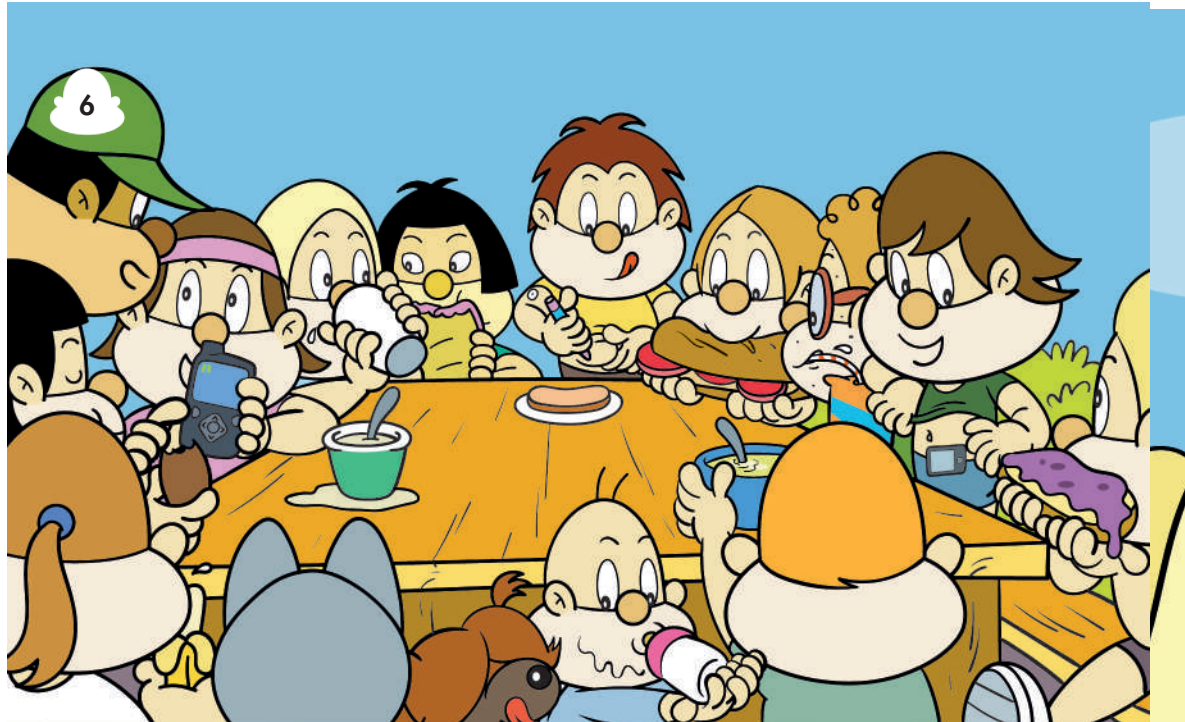
Tamén están Chispa e Fuxefuxe, a cadela de Celia. No campamento hai máis nenas e nenos.



Xa cantaron os galos. Comeza un novo día.
Que actividades farán hoxe as nenas e nenos
do campamento?



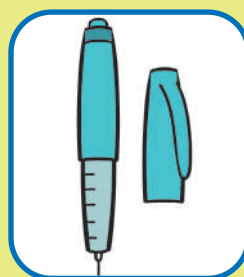
–Hoxe temos que buscar un calcetín igualiño a este. Perdino onte e non sei onde estará –di o monitor Avelino.



Manuela e Celia controlan a glicosa cunha **bomba de insulina**.



Roi controla a glicosa co **móbil** e pon insulina cun «**boli**».



Pero antes de ir buscar o calcetín, hai que almorzar. Celia, Manuela e Roi teñen diabetes e comprobamos como está a súa **glicosa**.



Celia, Manuela e Roi meten tamén na mochila os extras da diabetes: **zume, insulina, pastillas de dextrosa e o glicagón.**



Logo de almorzaren, collen cadansúa mochila. Teñen que levar provisións, porque non saben canto vai durar a busca do calcetín.



A actividade comezou. As nenas e nenos do campamento acordaron ir buscar o calcetín ao río. A ver se está alí.



O monitor Avelino sabe onde está. Agachouno el, pero é un segredo que non descobre. Chispa e Fuxefuxe buscan algún rastro.



O camiño remata no río e non hai ponte para cruzar. Como van seguir a busca na outra beira? Vaia problema!



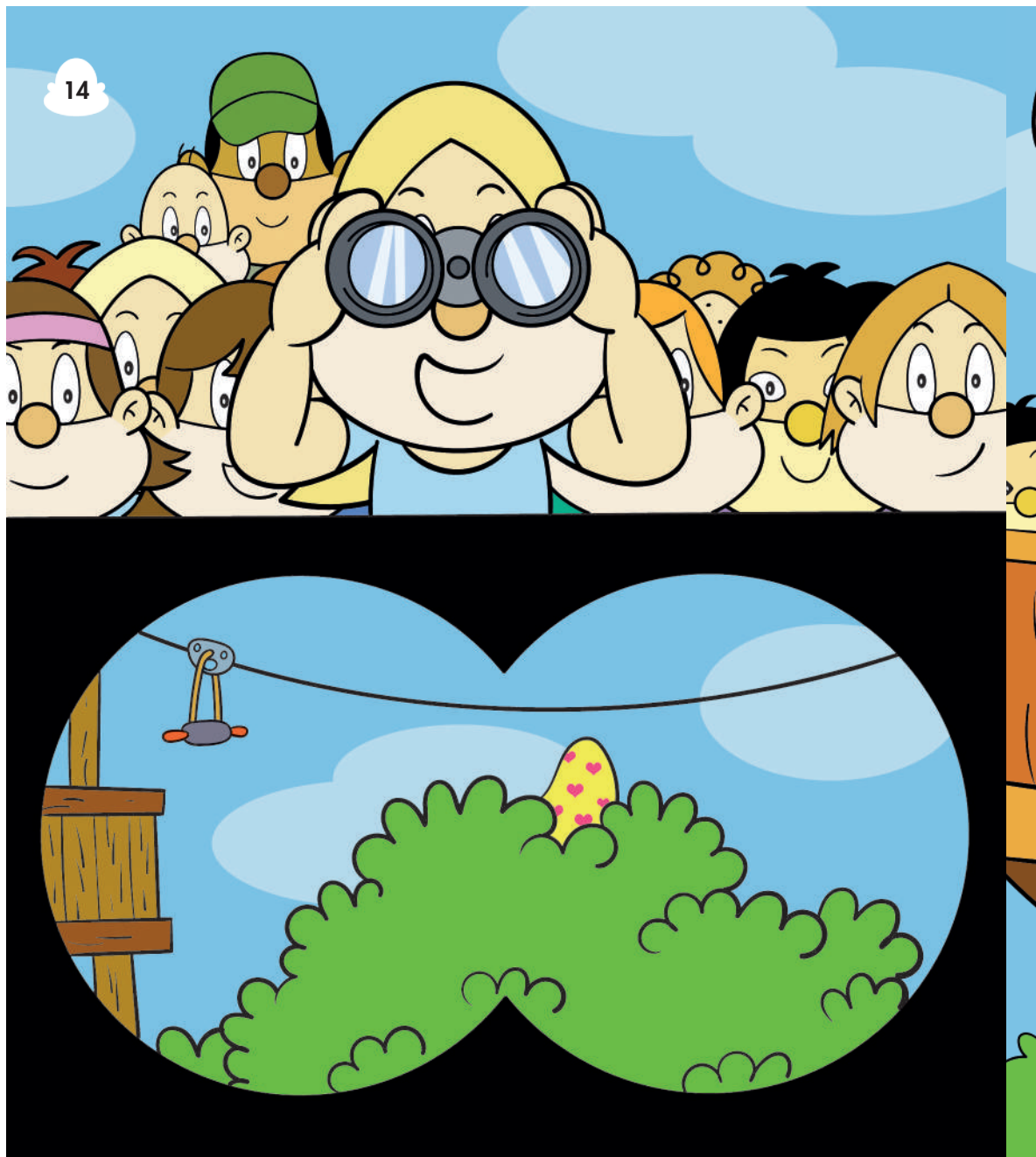
Non hai problema ningún. O monitor Avelino
colle dúas canoas e atravesan o río nelas.
Só teñen que remar un chisco.



Ei! Roi mareouse. Ía pensando no calcetín e esqueceu controlar a súa glicosa. Seguro que lle está descendendo. Nin oíu a alarma!



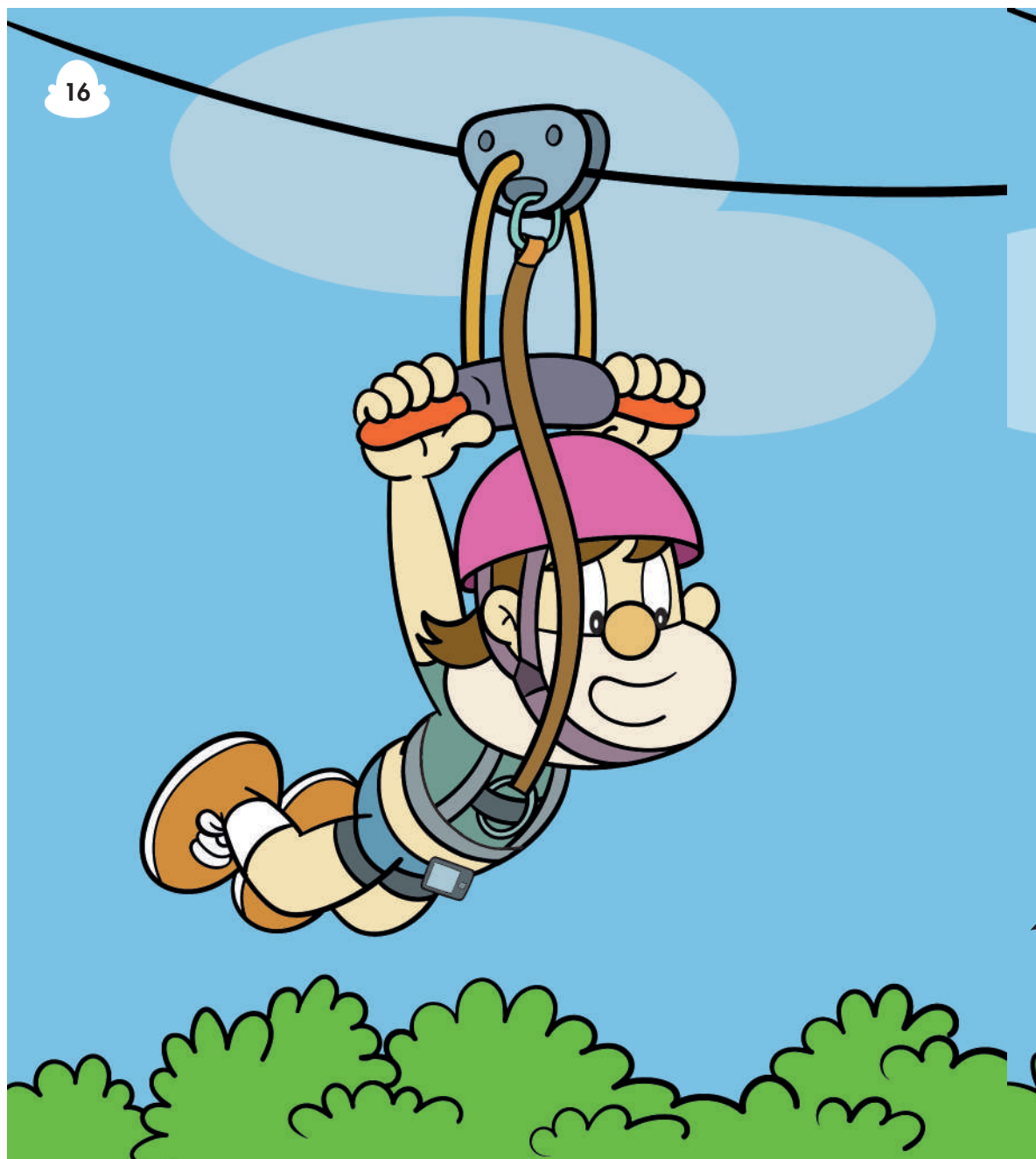
Pero non hai problema. Toma un zume de laranxa e recupérase logo. De paso, Celia e Manuela controlan tamén as súas glicosas.



Na outra beira do río, Avelino manda revisar as glicosas. Despois ven o calcetín nunha árbore.
–Si, está alá, cerca da tirolesa! –berra Loli.



Manuela vai montar na tirolesa para coller o calcetín. Non ten vertixe!
-Agárrate ben -dille o monitor Avelino.



Alá vai Manuela! Descende pola tirolesa sen vertixe ningunha. Parece un paxaro.



Ei! Está a soar unha alarma. É a alarma da bomba de insulina de Manuela. A alarma avisa cando a glicosa ascende ou descende.



–Está a soar a alarma da túa bomba de insulina, Manuela! –berra o monitor Avelino.



–Xa o sei. A bomba xa parou e estou estábel.
Vai todo ben. Tranquilos! –contesta Manuela,
tan pancha.



Manuela chega á árbore. Pero alí non hai un calcetín senón un papaventos. Escaparíalle a alguén. Enganáronse. Vaia chasco!



Teñen que seguir buscando o calcefín. Pero o monitor Avelino manda parar a comer, antes de continuaren a busca.



Carlos ponse a leriar con Celia, mentres comen.
 –Fuxefuxe ouvea de noite? Chispa ouvea
 cando hai lúa chea.



–Celia, preguntéiche se Fuxefuxe ouvea de
noite. Chispa ouvea cando hai lúa chea.
Celia non atende. Está ensimesmada.



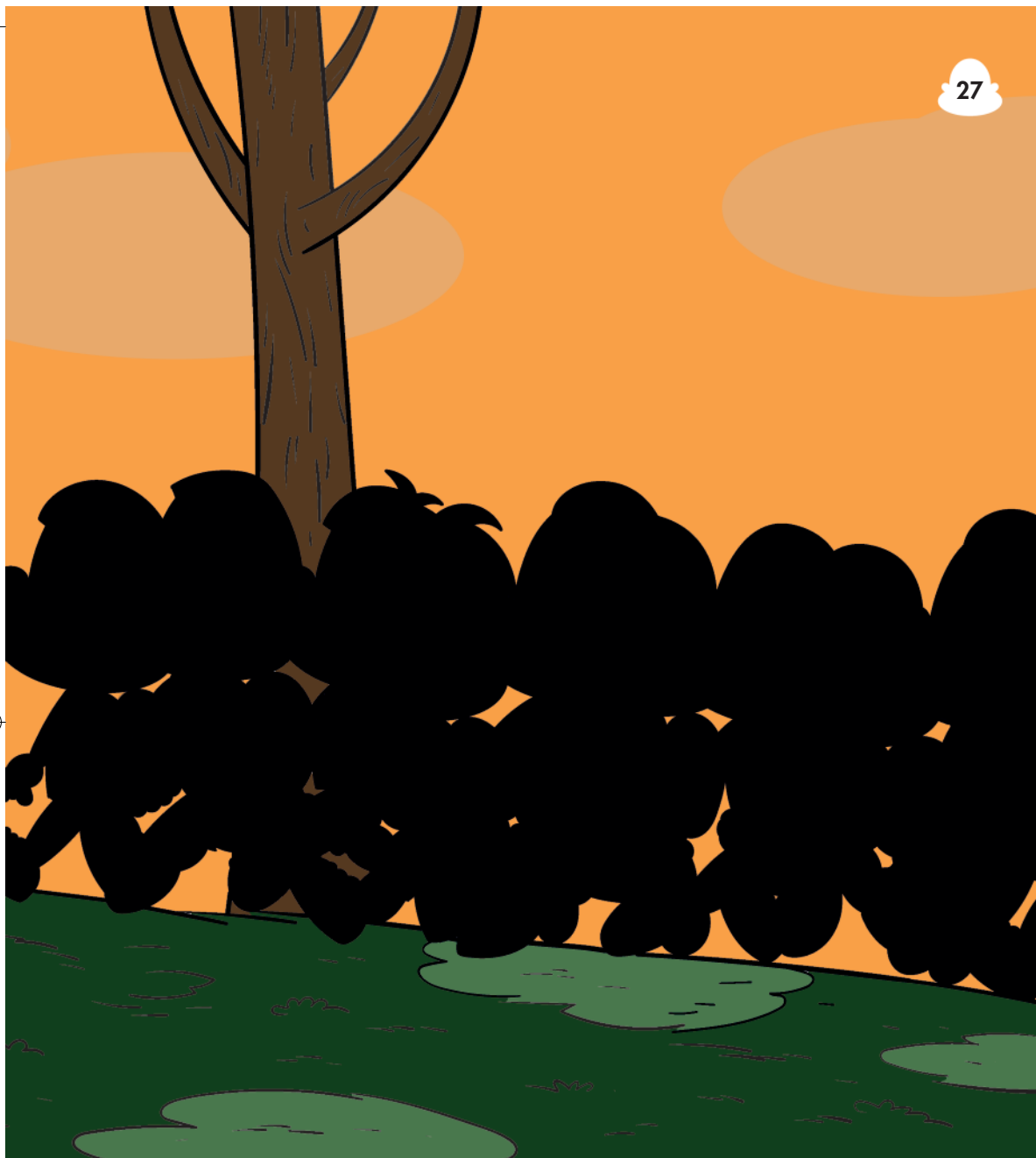
A Celia descendeulle a glicosa. Comprábao Avelino no seu móbil e dille que tome un zume e logo agarde uns minutos para seguir comendo.



Celia toma un zume, recupérase e contéstalle a Carlos, tan pancha.
–Fuxefuxe ouvea cando hai lúa nova.



Anoitece. O calcetín non apareceu, pero hai que volver ao campamento. Atoparon un calcetín que perdera Braulio.



Atoparon tamén unha pinza do pelo de Sonia e un calzón de Roi. Mais o calcetín do monitor Avelino non apareceu.



Xa aparecerá mañá o calceín! Agora poñen a mesa para cearen. Teñen moita fame!



–Ei! O calcetín do monitor Avelino está aquí,
no armario das friameiras! –berra Pili.
Pois agachouno ben cerca!



Despois da cea, as nenas e nenos irán durmir, pero no campamento hai persoas que estarán toda a noite pendentes das alarmas.



Que actividade porá mañá o monitor Avelino?
 –Unha actividade difícilísima. Teremos que
 buscar un pelo de Fuxefuxe!

DIABETES TIPO 1

Coñécea e atende as pistas

Que é?

A diabetes **tipo 1** é unha **enfermidade autoinmune**, na que o propio sistema inmunolóxico ataca as células beta do **páncreas** e fai que estas **deixen de producir insulina**.



Que ocorre?

A **insulina** é unha hormona que permite que a **glicosa** que obtemos dos alimentos poida pasar do sangue ao interior das células para ser utilizada como enerxía. **A falta de insulina provoca un exceso de glicosa no sangue.**

Síntomas

Coñecidos como **os catro P**

Poliuria: volume de oríños maior do esperado.

Polidipsia: aumento anormal da sede.

Polifaxia: apetito exaxerado.

Perda de peso: a pesar de ter moito apetito perdemos peso.



Asociación de Nenas, Nenos e
Xente Nova con Diabetes de Galicia

www.anedia.gal
@AnediaGalicia

OURENSE 644 052 928
PONTEVEDRA 644 319 595
A CORUÑA 644 971 454
LUGO 644 652 928
info@anedia.gal