

EDUCAR

DE 0 A 18 AÑOS EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Conoce la diabetes con los "Dibbits"

Los Dibbits son unos pequeños extraterrestres que pretenden enseñar a los niños, de forma lúdica y divertida, a llevar una vida normal a pesar de la enfermedad de la diabetes.

Los Dibbits es un proyecto de Educación que nace para informar a los niños sobre la diabetes. Esta enfermedad constituye actualmente la cuarta causa de mortalidad en los países desarrollados, con más de 3.2 millones de muertes relacionadas con ella, los que supone casi un 9 por ciento del total. En España, entre dos y cuatro millones de personas la padecen, de las que unos 30.000 son niños.

Por esta razón, la Educación es fundamental en la vida de estas personas para que gocen de cierta autonomía y puedan vivir casi con absoluta normalidad sin tener que depender constantemente de los médicos.

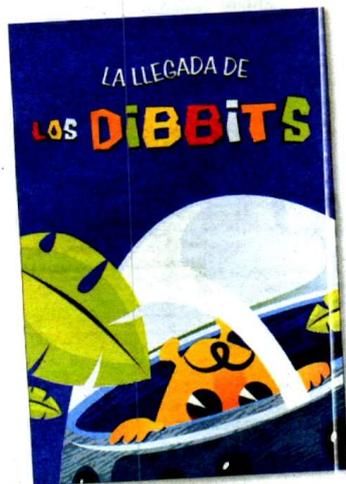
El proyecto de los Dibbits empezó a gestarse en julio de 2003. Con el objetivo de enseñar a los más pequeños los aspectos de esta enfermedad de una forma divertida, surgió una colección de libros que, con una tirada de 45.000 ejemplares, se distribuirán de forma gratuita. En ellos han participado un equipo de especialistas en diabetes y en comunicación.

Los libros están estructurados de la siguiente manera: comienzan con una introducción en la que los niños irán descubriendo la personalidad de estos extraterrestres y su misión en nuestro planeta; prosiguen con nueve pasatiempos en los que los niños siguen aprendiendo de una

forma lúdica; a continuación encontraremos una página de soluciones y, finalmente, dos páginas más con un contenido más desarrollado, tanto para el niño como para los padres, de tal manera que se establezca el diálogo entre ellos.

Los Dibbits

El nombre "Dibbit" proviene de la palabra diabético, pero extranjerizada, para ale-



Tipos de diabetes

La diabetes mellitus tiene dos variantes: la llamada diabetes tipo 1 y la diabetes tipo 2.

La diabetes tipo 1 es conocida como diabetes juvenil porque normalmente aparece en personas de menos de 30 años. Tiene diferentes síntomas como ganas constantes de orinar, sensación de mucha sed, pérdida de peso, ganas de comer con mucha asiduidad aunque poco a poco se va perdiendo ese apetito y aparece cansancio. Aparte del tratamiento farmacológico, hay que cuidar mucho la alimentación y realizar ejercicio constante.

La diabetes de tipo 2 es más frecuente que la 1. Suele aparecer en la edad adulta, aunque últimamente se está detectando cada vez más en personas jóvenes. Algunos factores de riesgo son el sobrepeso, falta de ejercicio, antecedentes familiares... Por esta razón, se trata de una enfermedad que se puede prevenir cambiando ciertos hábitos de vida.

jar cualquier connotación negativa que pudiera tener la palabra diabetes.

Los Dibbits son la única especie extraterrestre conocida que tiene diabetes, pero debido a su gran desarrollo han conseguido controlar esta enfermedad. Tienen una doble misión: hacerse amigos de los niños y explicarles esta enfermedad para que puedan tener un control sobre ella.

Son luchadores, alegres, comen bien, hacen deporte y piden ayuda siempre que la necesitan. Es decir, representan todo lo que los niños enfermos deben hacer para vivir como cualquier otro niño aunque tengan que cuidarse un poco más.

Como todo libro de ficción que se precie, tenemos al malo de la película: el Fobbit, que viene de la palabra fobia. Representa la postura de algunos niños que tienden a rebelarse contra su enfermedad.

El objetivo de estos extraterrestres es, en resumen, educar a los niños de una forma lúdica en este tipo de enfermedad.

Educación

Para hacer frente a cualquier enfermedad, la Educación es algo imprescindible, pues de ello va a depender

un mejor estado de salud. Los objetivos educativos deben individualizarse en función de:

—Edad y esperanza de vida: no es lo mismo enseñar a un niño que a una persona de la tercera edad.

—Capacidad de aprendizaje para conocer en qué grado podrá asimilar los aspectos relacionados con el tratamiento de la diabetes. No se debe sobrepasar tres conceptos nuevos por cada sesión educativa.

—Aspectos socioculturales: el lenguaje utilizado debe ser sencillo y adaptado a cada uno de los diferentes grupos sociales.

—Equilibrio psíquico y emocional: hay que saber cómo ha aceptado la diabetes la persona enferma y el entorno que le rodea.

—Apoyo sociofamiliar: es fundamental conocer el entorno familiar y social de la persona con diabetes.

—Situación laboral y estilo de vida: fundamental para introducir pautas educativas que sean de utilidad en función de cuál sea su ritmo de vida.

—Conocimientos previos sobre la enfermedad: es importante saber si hay que empezar de cero o simplemente profundizar en los conocimientos que ya posee.

—Existencia de complicaciones: a partir de una buena Educación se podrá prevenir o evitar la aparición de complicaciones tardías.

—Tipo de tratamiento: en función del tipo de diabetes se utilizará un determinado tratamiento.

De esta forma, la Educación diabetológica puede llevarse a cabo de modo individual o en sesiones de grupo. Se podrán utilizar folletos, libros y un largo etcétera. La diabetes es una enfermedad metabólica crónica que se debe a la presencia de elevadas concentraciones de glucosa en sangre superando los valores normales (80-120 mg/dl) en ayunas. Este aumento de la glucosa se debe a la falta de la hormona insulina, la encargada de que el azúcar que digerimos llegue a las células. En la actualidad, es una enfermedad que no tiene cura, pero con un tratamiento adecuado se puede llevar una vida normal.

Jénifer LÓPEZ ÁLVAREZ