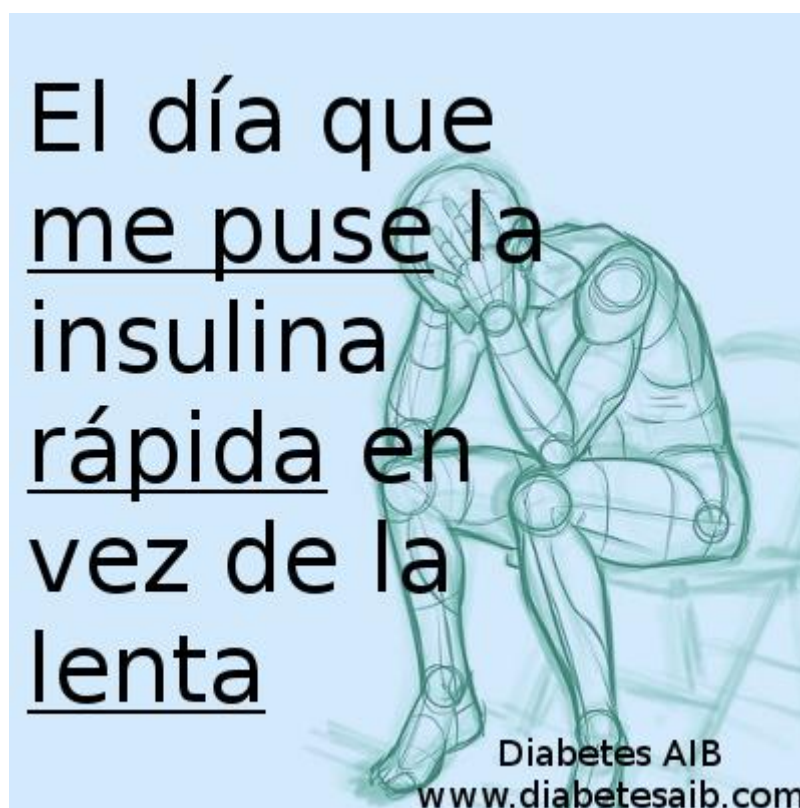


El día que me pongo la insulina rápida en vez de la lenta



En esta reflexión os voy a contar un suceso que me ocurrió hace 12 años. Con esta reflexión no quiero denunciar a nadie ni mucho menos, esa no es mi intención. Lo que pretendo es informar sobre una experiencia personal.

El día que yo debuté con diabetes fue un jueves. Yo me encontraba ingresado en el hospital en la habitación que me habían asignado y ese día y en esas circunstancias conocí a las endocrinas que me acompañarían durante los próximos 9 años de mi enfermedad. Al día siguiente me enseñaron a inyectarme la insulina. Lo único que me acuerdo de esa conversación fue lo siguiente: “Existen 2 insulinas: esta (enseñando la pluma de insulina rápida) y esta otra (enseñando la pluma de insulina lenta). No te confundas una por la otra, la lenta se pone a la noche, el personal te dará la que te corresponde pero tú fíjate siempre por si acaso”.

Esa frase se me quedó muy patente en mi mente incluso a día de hoy y menos mal que fue así. Las endocrinas no trabajaban el fin de semana. Por lo tanto, los encargados de traerme la insulina eran otras personas. La noche del sábado (en mi tercer día de debut, que no tenía ni idea de nada) una enfermera me trajo la insulina lenta para ponérmela antes de ir a dormir. Me la dio, la cogí; puse la aguja, moví la ruleta de la pluma hasta las unidades

correspondientes (serían unas 30 o así, no lo recuerdo). Y quité el capuchón de la aguja.

Como estaba tumbado en la cama del hospital, flexioné las piernas para inyectarme la insulina. Clavé la pluma en mi pierna derecha y puse mi dedo gordo sobre el botón de la pluma. Cuando estaba a punto de mandarme la orden a mí mismo de inyectar esa insulina; algo me detuvo, algo me alertó en mi interior. Entonces me fijé en la marca de la pluma y ponía Humalog ¡Era la insulina rápida en vez de la lenta! No apreté el botón y me saqué la pluma de la pierna.

Y le dije a la enfermera que esa pluma no era, que se había equivocado. Ella pidió disculpas y nos contó que ella venía de otro pabellón y que no sabía, sólo cogió la insulina que le habían dejado preparada. Entonces se marchó y volvió con la otra pluma de insulina. Ahí ponía Lantus y esa era la buena. Yo solo me acordaba de que a la noche tenía que ser Lantus porque Lantus venía de lenta y era lo único que sabía.

Fíjate cómo es la vida... aunque siguen pasando los años aún me sigo acordando de esa escena. Yo no sabía nada sobre diabetes, ni siquiera sabía por qué había 2 tipos de insulinas. ¿Y si hubiera apretado el botón? ¿Qué hubiera ocurrido de haberlo hecho? Así es la vida, a veces dudamos a la hora de ejecutar una acción. A veces un sencillo acto puede desencadenar grandes consecuencias buenas o malas.

Fíjate cómo es la vida... mover suavemente mi dedo gordo y; todo hubiera cambiado. Por eso la vida es magia porque nunca sabes qué cosas buenas o malas te esperan por el camino, según pequeñas decisiones que vas tomando a lo largo de tu vida, pero también de las decisiones que otros toman.

Fíjate cómo es la vida... desde mi ignorancia pude apretar ese botón, pero algo me detuvo. Quién sabe qué fue, qué cosas aún desconocemos y que influyen en nuestro día a día. Pudo haber hablado mi ignorancia y que me dijese que apretase ese botón porque no pasaría nada ¿cómo se iba a confundir esa persona? ¿Qué podría saber un ignorante como yo? Seguro que tenía que ponérmela por x motivos que desconocía.

Fíjate cómo es la vida... si hubiera apretado ese botón, me hubiera ido a dormir satisfecho porque ya sabía ponerme la insulina yo solo. Y con una sonrisa en la cara me hubiera dormido, felicitándome por mis logros. Y qué desgracia hubiera recaído a la mañana siguiente sobre mi familia y equipo médico. No sé qué hubiera sido de mí, porque no podría asegurarte que me hubiera despertado por la noche y tampoco si hubiera podido identificar que

tenía una hipoglucemia, ya que [mi primera hipoglucemia](#) me pasó a la semana siguiente de salir del hospital y me costó identificarla. Con 11 años no se me puede pedir heroicidades.

Pero fíjate cómo es la vida... el caso es que no fue así y me detuve. Que nunca apreté ese botón. Y hoy puedo contarte esta historia gracias a todas las decisiones que tomé desde que no apreté ese botón y gracias a todas las decisiones que has tomado tú en tu vida que han hecho que llegues a leerme. Gracias de corazón por estar aquí leyéndome.

Comparte con nosotros si alguna vez te has inyectado insulina rápida en vez de insulina lenta y qué hiciste para solventar el problema. Correo de contacto: info@diabetesaib.com

Si quieres seguir leyendo reflexiones como esta; **te puede interesar leer:** [La nefasta consecuencia de mi educación diabetológica.](#)

Espero que te haya gustado esta reflexión. Si quieres **mantenerte actualizado** en el tema de la **diabetes** con información verídica y contrastada, **Diabetes AIB** es el portal web de divulgación de la diabetes que estás buscando. **Actualizamos información una vez por semana** con artículos, vídeos y reflexiones. Además, **si tienes problemas con la diabetes en tu centro educativo** tenemos en venta el libro: “[¿Alumno con diabetes? El manual para profesores](#)”. **Síguenos a través de redes sociales:** [Youtube](#), [Facebook](#) e [Instagram](#). Puedes ponerte en contacto con el autor a través de info@diabetesaib.com. Y recuerda que esto es Diabetes AIB, tu lugar del conocimiento.

Esta reflexión ha sido redactada por Adrián Idoate Bayón para Diabetes AIB con fecha 19 de diciembre de 2020. Adrián Idoate Bayón es bioquímico por la Universidad de Navarra. Ha realizado varios trabajos de investigación en el tema de la diabetes, transportadores de glucosa y obesidad, presentándolos en congresos internacionales y en artículos de revistas científicas. Tiene publicado el libro: “[¿Alumno con diabetes? El manual para profesores](#)”. Además, se dedica al mundo de la divulgación de la diabetes, siendo el fundador de la plataforma Diabetes AIB. Correo de contacto: info@diabetesaib.com