

# Manifiesto día mundial de la diabetes 2020



El día 14 de noviembre es el día mundial de la diabetes. Este día es importante para dar visibilidad sobre esta patología. Para las personas que sufrimos esta enfermedad, el día de la diabetes son todos los días.

Todos los días tenemos que hacer esfuerzos diarios con cálculos sobre unidades de insulina, raciones de hidratos de carbono, tiempo de deporte e ingesta de medicamento para tener el azúcar en los niveles correctos. Todos los días tenemos que tomar decisiones que afectan directamente a nuestra salud. Todos los días aprendemos sobre nuestra diabetes a base de errores. Todos los días nos enfrentamos a miedos e incertidumbres auspiciados por nuestra diabetes. Todos los días tenemos que sacar energía y ánimo extra para seguir el rumbo de nuestra sociedad. Todos los días tenemos que aguantar el peso del yugo de la injusticia. Todos los días tenemos que soportar comentarios sobre nuestra diabetes que salen de la ignorancia más absoluta.

A pesar de todo esto, siempre salimos hacia adelante, imparables e inagotables. Superando todo miedo, frustración e injusticia. Y pudiendo alcanzar aquello que llamamos felicidad.

El día 14 de noviembre es la oportunidad que nos brinda la sociedad para visibilizar nuestra enfermedad.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que existen dos tipos de diabetes y que no hay que diferenciarlas como diabetes buena o diabetes mala, porque las dos son igual de malas ya que si no te cuidas con cualquiera de las 2, pueden aparecer complicaciones muy serias y difíciles de abordar.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que apoyen a nuestros investigadores para que sigan estudiando la diabetes para mejorar su comprensión y puedan aportar soluciones innovadoras que nos ayuden en la tarea de tener nuestra diabetes bajo control. Es cierto que se ha avanzado mucho en el tratamiento de la diabetes, pero aún sigue existiendo un camino largo para el desarrollo de nuevas soluciones y tecnologías en el mundo de la diabetes.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que queremos información sobre diabetes de calidad y que no nos engañen con soluciones mágicas.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que no piensen que ellos están libres de tener diabetes porque no tengan ningún caso en la familia. Cada día hay más personas diagnosticadas con diabetes tipo 1 y tipo 2 y no se puede asegurar que alguien esté a salvo de padecer diabetes, por eso no hay que pensar que este problema es algo ajeno.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que hay millones de personas en todo el mundo que tienen diabetes mellitus tipo 2 y no lo saben y que es importante valorar los niveles de glucosa una vez al año para asegurar que todo está correcto.

El día 14 de noviembre es la oportunidad para decir a la sociedad que no todas las personas con diabetes tienen una educación sobre diabetes de calidad y que hay personas que no pueden acceder a los tratamientos.

Y también es la oportunidad para decir a todas las personas con diabetes que no quieren cuidarse; que lo hagan. Que no todo está acabado por tener diabetes, que el esfuerzo diario se convertirá en rutina, que la toma de decisiones se convertirá en una mayor conciencia

sobre uno mismo, que los errores aprendidos se convertirán en victorias de experiencia, que los miedos e incertidumbres se convertirán en las fortalezas y seguridades del mañana, que la energía y ánimo de hoy se convertirán en la alegría del mañana, que el peso de la injusticia se convertirá en la libertad de la autodisciplina y sabiduría y que los comentarios ignorantes sobre diabetes de hoy serán los mismos de mañana eso nunca va a cambiar.

**Puede que te interese leer: [¿Cómo era el tratamiento de la diabetes hace más de 100 años?](#)**

Para todas las personas que tienen diabetes que quieran conocer más acerca de su enfermedad para mejorar su control glucémico. Diabetes AIB es un sitio web que transmite información sobre diabetes de manera veraz y contrastada con artículos científicos. Al contrario de mucha información en Internet que viene sesgada y que confunde a la persona con diabetes. Por eso, te animo a que sigas la página web, canal de YouTube y redes sociales de Diabetes AIB.

Este artículo ha sido redactado por Adrián Idoate Bayón para Diabetes AIB con fecha 8 de noviembre 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](mailto:info@diabetesaib.com)