

Los miedos ocultos de seguir viviendo con diabetes en el futuro



¿Qué será de mí dentro de 10, 30 o 50 años? ¿Qué sorpresas me deparará la vida? El azúcar subirá y bajará miles de veces, las frustraciones por no conseguir mis objetivos se elevarán a miles, mientras que las satisfacciones por cumplir con lo esperado se contarán en cientos.

No sé qué pasará en el futuro, pero sé de dónde vengo, dónde estoy y hacia dónde me quiero dirigir. Dentro de 20 años puedo estar hecho un roble o puede que las complicaciones de esta enfermedad me acechen de forma constante, haciéndome recordar ya no solo lo bonita que era la vida sin diabetes; sino mirar con melancolía lo bonita que era la vida con diabetes sin sus complicaciones.

No sé qué pasará en el futuro, pero uno de mis miedos es perder la vista, no importa cuál sea el motivo, pero el azúcar es uno de ellos. Tener que pasar por quirófano para un trasplante de riñón, aunque sólo si tengo la suerte de encontrar un donante rápido, pues podría estar pasando parte de mi vida enganchado a un riñón metálico. Qué decir de una amputación, desear andar con mis piernas cuando en consultas médicas me negaba a realizar deporte.

No sé qué pasará en el futuro, pero cuando sea mayor y mis neuronas ya estén exhaustas y agotadas de calcular raciones y unidades de insulina ¿serán capaces de reaccionar ante una hipoglucemia? ¿Se acordarán de qué es la insulina? Y si en esa época además me acompaña la soledad más absoluta ¿qué será de mí?

No sé qué pasará en el futuro, pero temo que cualquier día una hipoglucemia me haga perder mi consciencia en cualquier sitio y en cualquier momento, despertando horas más tarde en un hospital. Sin recordar qué pasó y el por qué pasó. Llorando sin encontrar el consuelo que necesito.

No sé qué pasará en el futuro, pero mi insulina es mi vida ¿qué será de mí si no la tengo? El ser humano es el único ser vivo en este planeta capaz de estudiar su historia y el único que no quiere aprenderla. Y generación tras generación, cada una peor que la anterior, cometen los mismos errores que sus antepasados. Guerras, crisis, miserias... podrían cortar el suministro de insulina y entonces... ¿qué será de mí?

No sé qué pasará en el futuro, puedo tener la esperanza de que exista un tratamiento o cura que evite todas mis incertidumbres, pero no caeré en el error de nuevo de tener la esperanza en algo que no controlo.

En esta reflexión, no quiero meter miedo a nadie, aunque si eso ayuda a tomar consciencia de las consecuencias de no cuidarse, habré conseguido un objetivo importante para mí, aunque no sea mi estilo de conseguirlo. Con todas estas palabras escritas recojo pensamientos que muchas personas e incluido yo, tenemos sobre el futuro con esta enfermedad.

Más que desanimarse hay que hacer todo lo contrario, hay que cuidarse y tampoco caer en la desesperación más absoluta porque un día tengamos el azúcar alto, eso en el cómputo global de nuestra vida no es influyente. Aprendamos de los errores cometidos en nuestro tratamiento para que no vuelvan a ocurrir, informémonos bien sobre la enfermedad para tener mayor control y entendimiento sobre ella.

Y existen asuntos que no dependen de nosotros, pero por ello trabajemos duro cada uno en su campo profesional y familiar. Hagamos de este sitio un lugar mejor, tomemos tiempo en explicar a los que vienen detrás cuál es nuestro pasado. Creemos y mantengamos la cultura para que nos podamos beneficiar todos. Y ayudar al que necesite ayuda, apoyad a los investigadores y a vuestros médicos. No hace falta ayudar con dinero, simplemente felicitar el trabajo de los demás, elogiar su buen quehacer. No permitamos que lo malo se haga eco de la gente sino que lo bueno sea lo que aflore.

No permitamos que nuestros miedos se incrusten en nuestra mirada, pues lo malo se percata de ello y entra en nuestra vida importunándonos y haciéndonos cada vez más pequeños en un mundo de gigantes. En cambio, marquemos una mirada desafiante y crítica hacia la vida, entonces lo malo se percatará que nada puede hacernos y se irá en busca de otra persona a la que atormentar. Quién sabe si algún día no pueda encontrar a nadie y sea el

propio mal el que se quede solo con miedo por su inutilidad y recordando lo bien que se lo pasaba con las desgracias del ser humano.

A pesar de que vivir con diabetes se haga difícil de sobrellevar y que los miedos del futuro sobre nuestra diabetes estén presentes, no debemos dejar que esos miedos nos atormenten. Debemos ir día a día trabajando y entendiendo la enfermedad para que no le permitamos jamás que por su culpa no podamos vivir la vida que queremos vivir.

Déjame abajo en los comentarios qué miedo de los que he expuesto te preocupa más. Además, **si quieres mantenerte informado sobre diabetes**, síguenos visitando ya que actualizamos el contenido 1 vez por semana y también puedes [registrarte](#) para recibir **1 correo al mes con la información más destacada sobre diabetes**.

Puede que te interese leer: [La carta de frustración sobre la diabetes](#)

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 29 de mayo de 2021. 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.