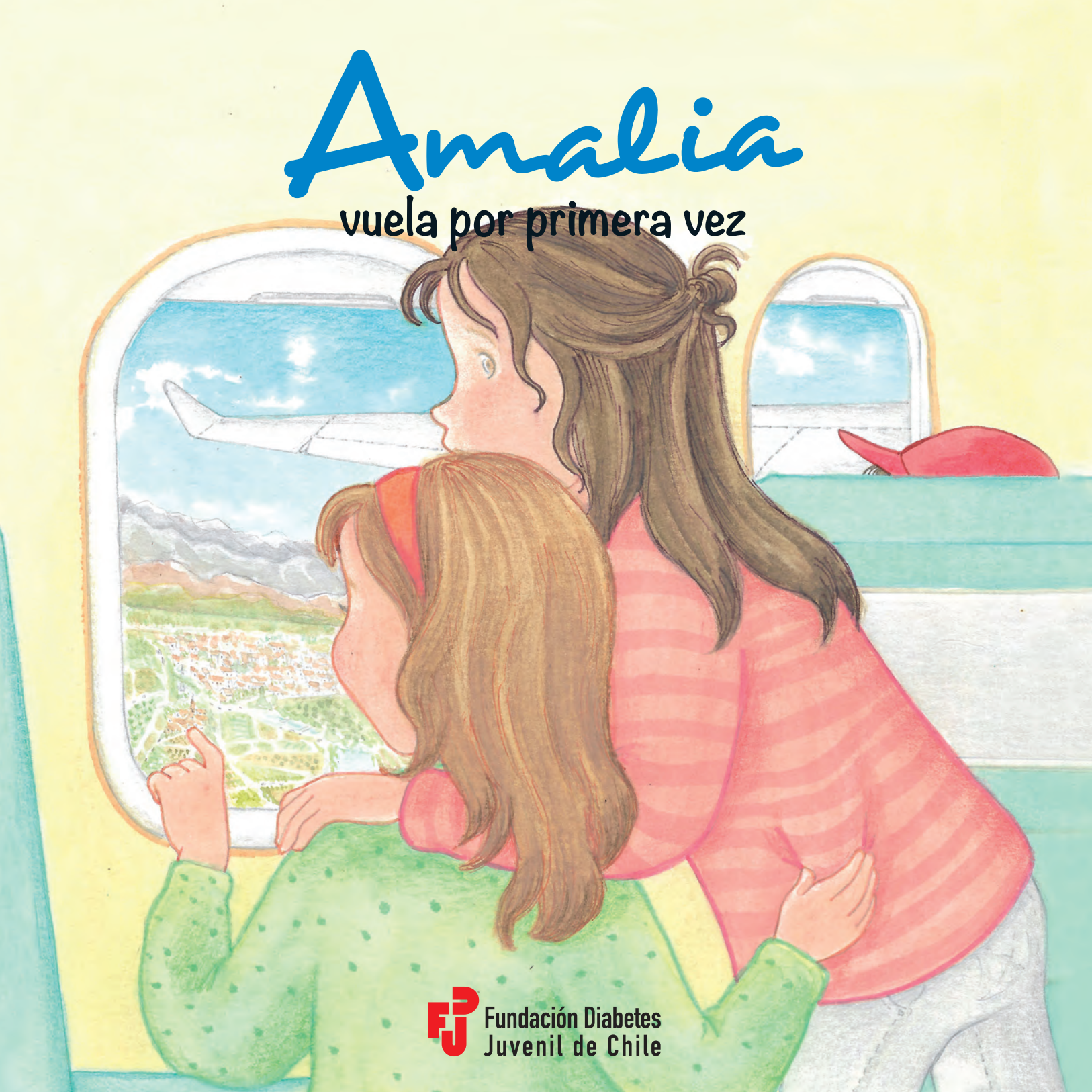
# Amalia

## vuela por primera vez



Fundación Diabetes Juvenil de Chile

2019 - Primera Edición
Derechos Reservados
Fundación Diabetes Juvenil de Chile
www.diabeteschile.cl

# Amalia
## vuela por primera vez

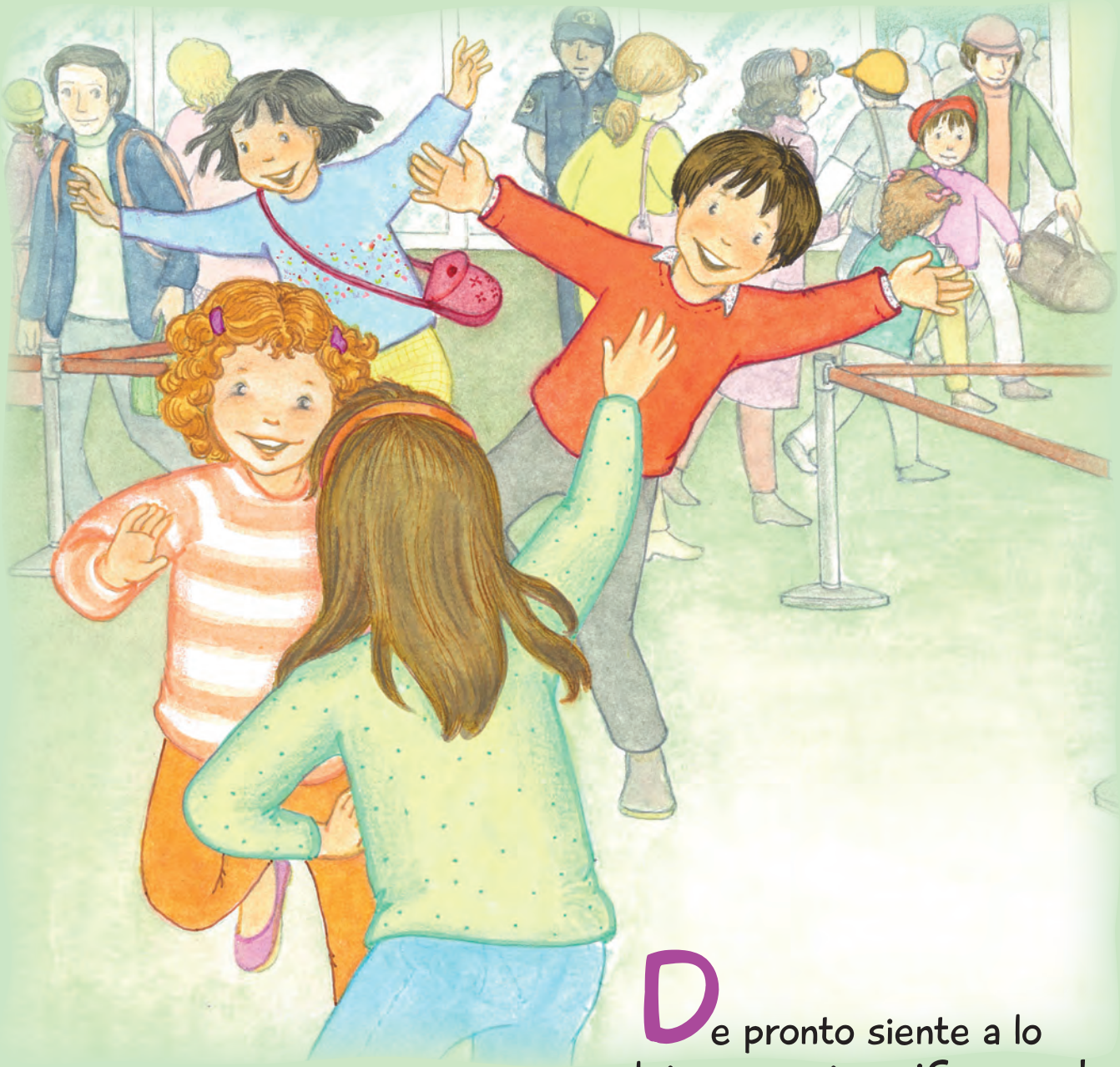
Textos: Valentina Onetto • Ilustración: Soledad Folch
Diseño: Bernardita Valdivieso • Editor: César Velasco
Departamento de Educación

Fundación Diabetes
Juvenil de Chile

Es momento de sacar parcas y gorros de lana. Amalia y su hermana Paula se van de viaje al sur a ver a sus tíos. Están muy entusiasmadas. ¡Es la primera vez que viajan solas!

La mamá
explica al personal
del aeropuerto que Amalia lleva un bolso con sus implementos para la diabetes, junto con el certificado del doctor.
Todo en orden, listas para subirse al avión.

Amalia está inquieta, porque no alcanzó a despedirse de sus amigos.
¿Me prestas tu teléfono mamá? Llama y llama... qué raro... ninguno le contesta.



De pronto siente a lo lejos unas risas. ¡Sorpresa! Son Tere, Jorge y Sofi que han venido a despedirla.

Muy contentos se abrazan y se toman fotos.

¡Suerte! ¡Pásenlo bien!

Ya es hora de iniciar el viaje.

Hola, ¿ustedes son Paula y Amalia? pregunta la auxiliar de vuelo a la entrada del avión. Las niñas asienten y muestran sus tarjetas de embarque y el bolsito de Amalia. —Ah, sí, hemos tenido otros niños con diabetes, no hay problema— dice la auxiliar y les muestra sus asientos.

El avión se mueve mucho en el despegue y Amalia está un poco asustada. —Los aviones a veces se mueven así, se llaman turbulencias pero después se pasa— la tranquiliza Paula.

Amalia y Paula miran asombradas cómo personas, casas, autos y calles se van viendo cada vez más pequeños... ¡casi como hormigas! Admiran la larga cordillera nevada y las nubes que parecen de algodón.

El viaje durará tres horas, así que la auxiliar trae una colación: jugo, una galleta y un rico sandwich. Paula ayuda a Amalia a calcular los carbohidratos para saber cuánta insulina tiene que inyectarse.

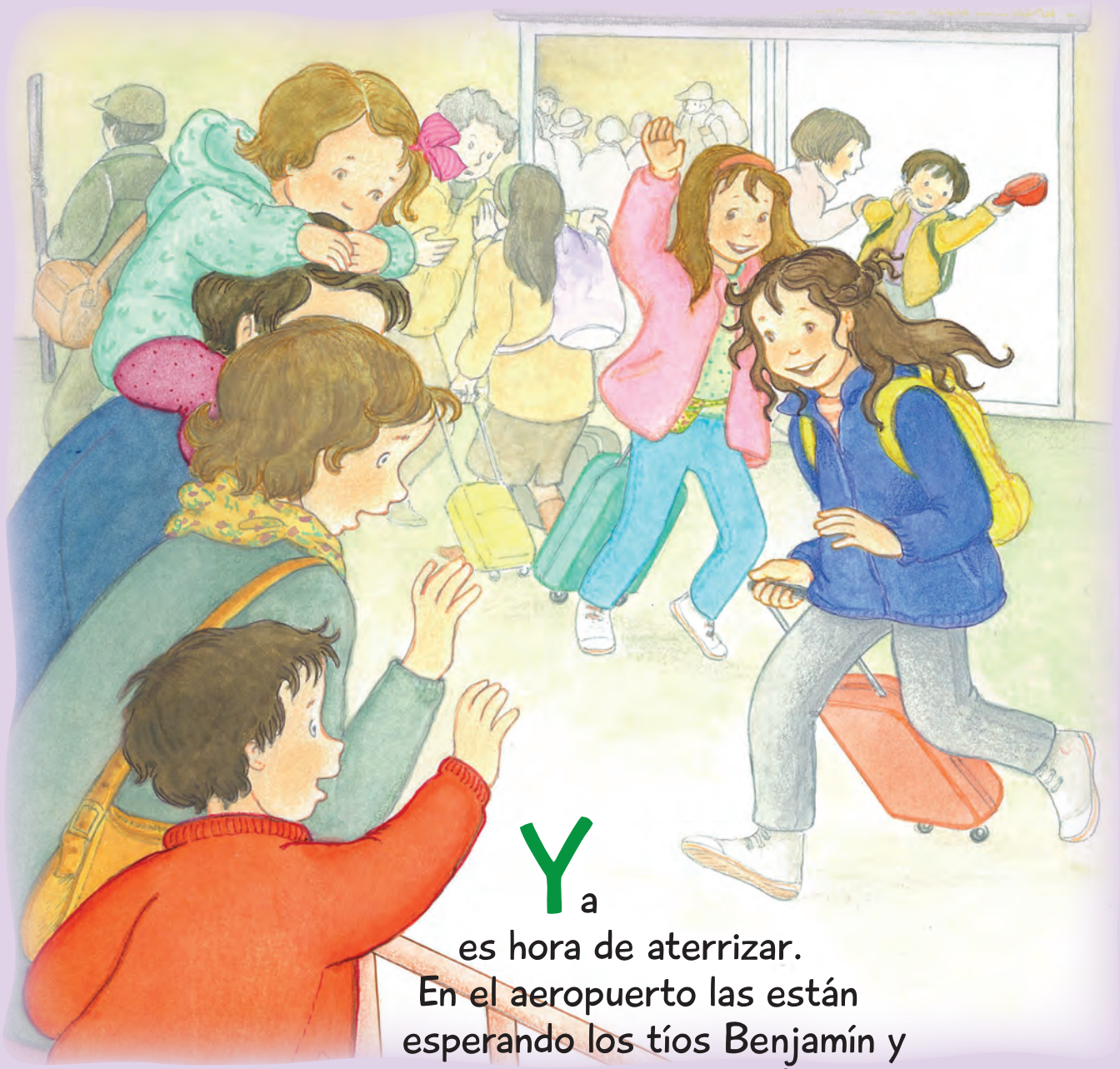
Justo cuando está inyectándose, se asoma un niño desde el asiento de adelante —¿pero qué estás haciendo?— pregunta muy asombrado. —Es que tengo diabetes tipo 1 y me estoy poniendo insulina porque vamos a comer—.

Mi páncreas no produce insulina y sin insulina no puedo obtener el combustible para funcionar bien. Por eso debo inyectarme diariamente esta hormona. Estoy acostumbrada, no duele casi nada.

Siempre llevo este bolsito conmigo con un lápiz de insulina, glucómetro, tiras reactivas, un poco de azúcar y un lancetero. Me controlo varias veces al día. No es complicado.

¿Quieren ir a saludar al piloto del avión?, ofrece la auxiliar. ¡Claro!, responden a coro. ¡Qué suerte conocer la cabina del avión!

—¡Hola chicos, bienvenidos a la cabina!— saluda el capitán. —Hola— responden ellos bajito. Es que están impresionados y no saben qué decir. ¡Qué complicado parece todo esto!

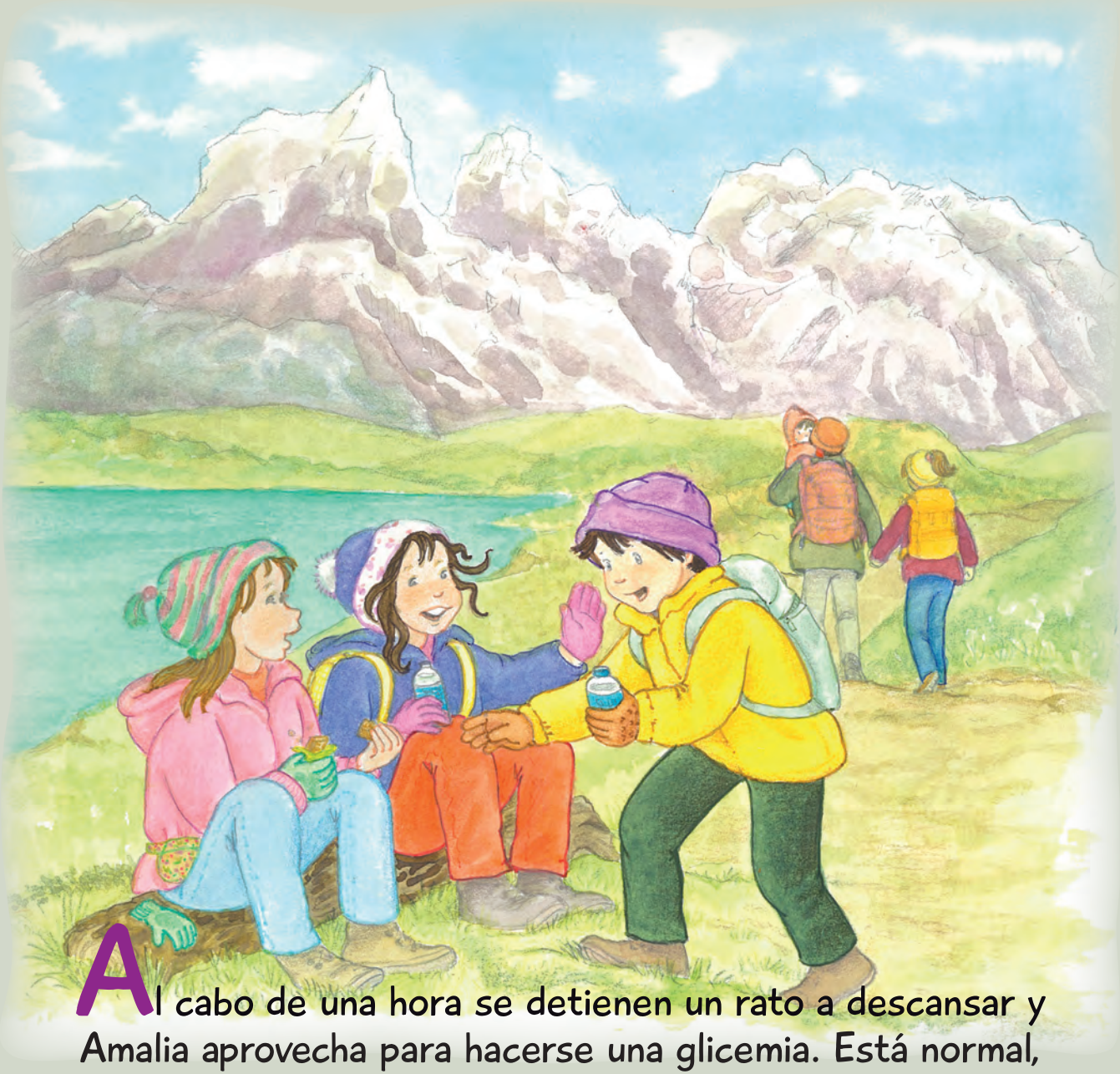


Ya es hora de aterrizar.
En el aeropuerto las están esperando los tíos Benjamín y Andrea y sus primos Maxi y Trini.
¡Bienvenidas! Ahora a descansar porque mañana iremos a las Torres del Paine.

Al día siguiente visitan la cueva del Milodón, un animal que vivió allí hace miles de años. Se toman fotos junto a la gran figura y luego los niños se adentran un poco en la oscura cueva.

De pronto, un grito
¡Ahhhhh, el Milodón!
—Tranquila, es sólo la sombra— dice Paula.
Maxi ríe a carcajadas.

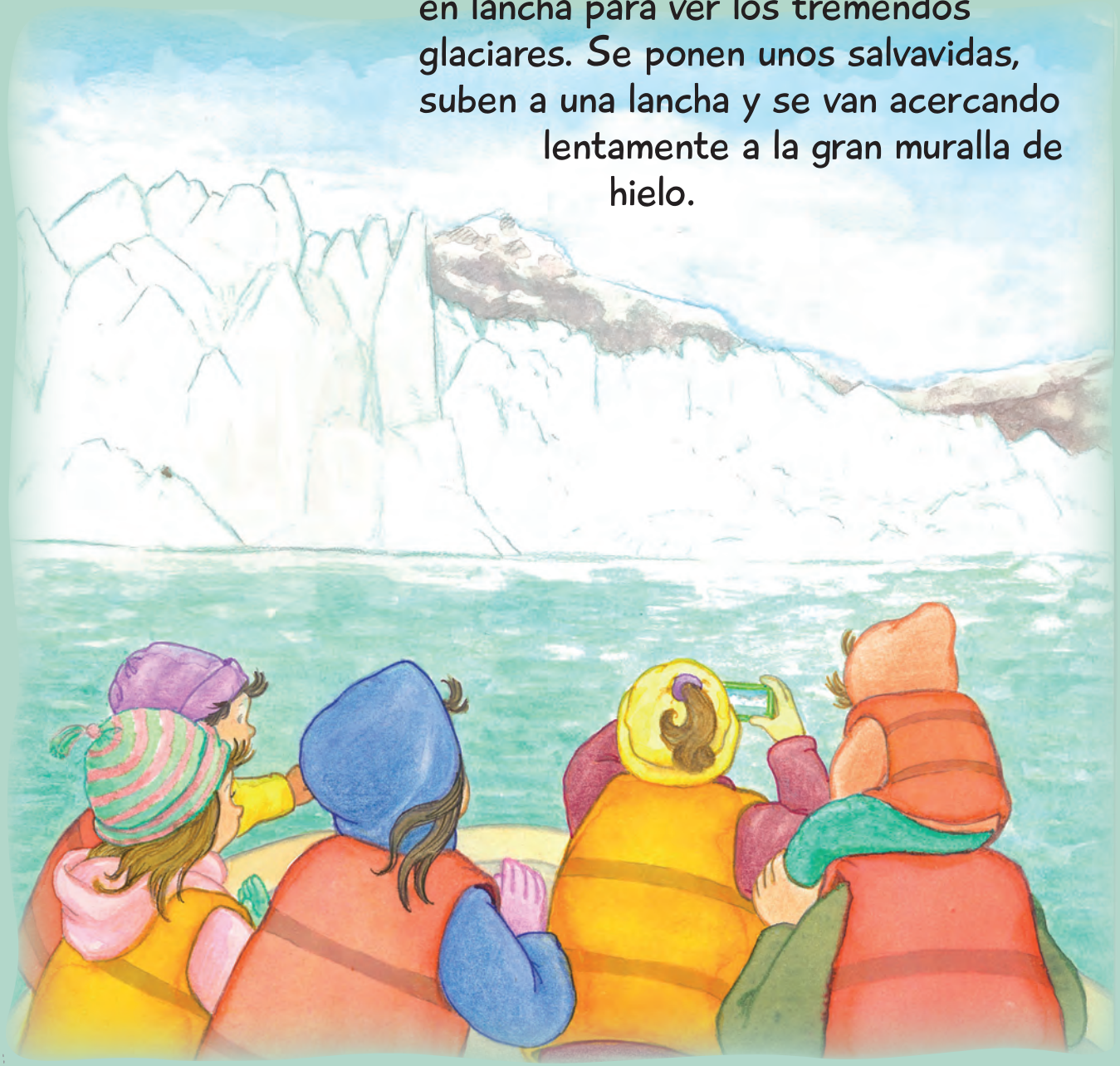
Camino al Parque Nacional Torres del Paine, tío Benjamín detiene un momento el auto para ver los guanacos que pastan a ambos lados del camino. Shhhh...niños... no los asusten.



Al cabo de una hora se detienen un rato a descansar y Amalia aprovecha para hacerse una glicemia. Está normal, pero como queda todavía bastante caminata, se come una barrita de cereal para evitar una hipoglicemia.
Tía Andrea reparte barritas para todos.

Después del maravillosos paseo,
llegan muy cansados. Comen y se van a dormir.
—Eh...Paula, ¿estás dormida? Qué bien que lo estamos pasando ¿verdad? ¡Estoy feliz!—
—Cierto, dice Paula, pero ahora a descansar porque mañana nos espera otro gran día—.

Al día siguiente van a un lugar con una vista impresionante. —Miren al cielo, niños— dice el tío Benjamín —¡esos son cóndores!— Se quedan un buen rato viéndolos extender sus grandes alas y planear majestuosamente.



¡Hoy, otra gran sorpresa! Un paseo en lancha para ver los tremendos glaciares. Se ponen unos salvavidas, suben a una lancha y se van acercando lentamente a la gran muralla de hielo.

La lancha se detiene frente al glaciar.
Amalia recoge un poco de hielo milenario que flota en el lago. ¡Qué escalofrío da al probarlo!.

Los días han pasado volando y no pueden creer que ya tengan que despedirse. ¡Qué lindos paseos, qué bien lo pasamos! —¡Gracias a todos!— dicen las niñas. Hasta Maxi se emociona un poco y no sabe qué decir.

¡Adiós, adiós y de nuevo gracias a todos!
—¡Adiós, niñas!— dicen los tíos. Han sido unas vacaciones inolvidables.

De vuelta a clase, Amalia muestra al curso la foto preferida de sus vacaciones. Todos están asombrados y quieren oír más detalles del maravilloso paseo al sur.

FIN

# Algunos consejos

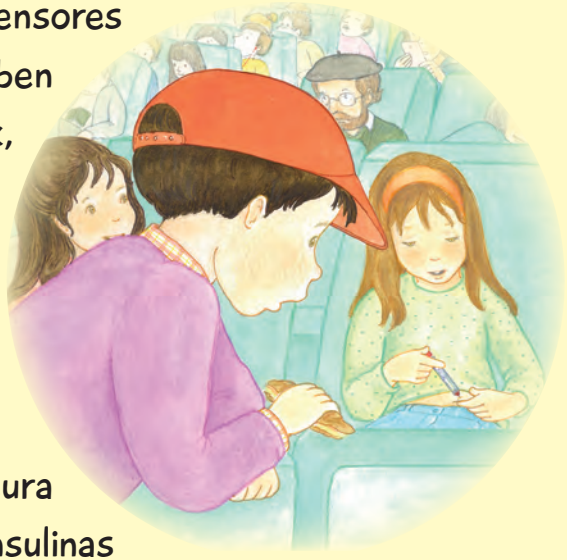
# VIAJE EN AVIÓN DE UN NIÑO CON DMI
## Algunos consejos para los padres

- Lleva un informe médico que declare la condición de Diabetes Tipo 1 del niño, detallando a su vez el tratamiento y los dispositivos o insumos necesarios para éste. (insulinas, agujas, kit de glucagón, lancetas, lancetero, tiras reactivas, glucómetro, sensores de glucosa, insumos para bomba de insulina u otros según el caso). De ser necesario tradúcelo al inglés, para ser presentado en el counter de la aerolínea.

- Lleva en tu equipaje de mano, insumos extras necesarios para tratar tu diabetes, más colaciones y carbohidratos de absorción rápida para tratar una hipoglicemia.

IMPORTANTE: Las insulinas siempre se deben transportar en el equipaje que irá en la cabina del avión, nunca en la bodega, los cambios de temperatura podrían alterar el funcionamiento de éstas.

- Las bombas de insulina y sensores continuos de glucosa NO se deben pasar por la máquina de rayos x, por lo que se recomienda siempre llevarlos personalmente sólo para el detector de metales.



- Al llegar a tu destino, procura refrigerar correctamente las insulinas extras y llevar un banano con tus insumos de uso diario.

- Si viajas fuera de Chile, ten en cuenta si existe alguna diferencia horaria en el lugar de destino. Programa con tu médico el cambio de horario de tus dosis de insulina basal de ser necesario.

Fundación Diabetes
Juvenil de Chile