

l'altra mirada

**Vicky Borràs, pediatra especialista en endocrinologia infantil de l'Hospital General de Granollers**

## Colònies i campaments per a joves amb diabetis

La diabetis és un trastorn general del metabolisme que es manifesta per una elevació anormal dels nivells de glucosa a la sang. Aquesta anomalia pot ser deguda a una producció insuficient d'insulina o bé a un mal aprofitament d'aquesta hormona per part de l'organisme. Hi ha dos tipus principals de diabetis i la de tipus I es coneix també com a diabetis juvenil, ja que acostuma a presentar-se en persones de menys de 30 anys i es caracteritza per una destrucció progressiva de les cèl·lules productores d'insulina. Vicky Borràs, pediatra especialista en endocrinologia de l'Hospital General de Granollers,

treballa en el camp de la investigació de la diabetis i participa i organitza activitats adreçades als joves diabètics per tal de millorar la seva qualitat de vida. En aquest sentit, des de l'Associació Catalana de Diabètics (ACD), i altres associacions d'Espanya, la Vicky és una de les promotores de les colònies i campaments d'estiu per a adolescents amb diabetis. Aficionada a l'esport i a caminar, ha animat joves amb diabetis a participar en diferents activitats com ara la marxa Matagalls-Montserrat, una caminada de 83 quilòmetres, i ha presentat un treball que li ha valgut el premi a la millor comunicació oral.

L'adolescència és una etapa de canvi en la qual els joves tendeixen a deixar de banda els jocs de nens per centrar-se en altres aficions, com ara l'ordinador, la televisió o els videojocs, tendències que els converteixen en sedentaris i propicien el seu aïllament. Aquesta és, doncs, una època ideal per a iniciar els adolescents amb diabetis en diferents activitats lúdiques i esportives que afavoreixin la convivència i la solidaritat i, alhora, promoguin l'autoestima i l'autonomia. Des de fa sis anys, la Vicky Borràs participa en les colònies i els campaments adreçats als adolescents de l'ACD, d'ADIMA (Associació de Diabetis de Màlaga) i de l'ASVIDIA (Associació de Diabètics de Biscaia) amb l'objectiu de gaudir de la natura, però, a la vegada, aprendre a controlar millor la diabetis.

Totes aquestes activitats van encarades a reforçar la capacitat per resoldre situacions conflictives produïdes per la diabetis, evidenciar la importància de l'augment de coneixements i habilitats per millorar el control i per participar en les activitats pròpies de l'edat, i destacar els efectes positius de l'exercici físic regular i una adequada alimentació sobre el control metabòlic.

Els joves, d'entre 14 i 17 anys, que participen en les colònies, a banda de fer activitats esportives i d'aventura (ràfting, barranquisme, passeig a cavall...), participen en xerrades sobre temes d'interès relacionats amb la diabetis, dels efectes positius de l'exercici físic regular, del control de la glucèmia i de què cal fer per millorar l'alimentació. La implicació dels monitors i metges amb els joves és un punt a destacar de les colònies, creant un clima de confiança entre tots perquè els joves s'emportin a casa la motxilla plena d'il·lusions, records i bons propòsits per posar en pràctica en la vida quotidiana.

A banda de les colònies juvenils, Vicky Borràs participa en altres activitats acompanyant joves amb diabetis, com ara la marxa Matagalls-Montserrat en la qual es recorren 83



Vicky Borràs practicant activitats i amb el grup de joves dels campaments

quilòmetres o, aquest darrer estiu, fent el Camí de Santiago (amb etapes caminant, en bicicleta i amb altres activitats d'aventura), patrocinat per l'ASVIDIA.

### Premi a la millor comunicació oral

En el camp de la investigació, aquesta pediatra ha obtingut el Premi a la Millor Comunicació Oral en la V Jornada d'Avencos en Diabetis del Nen i de l'Adolescent de la Societat Espanyola d'Endocrinologia Pediàtrica pel treball "Associació entre el pes al néixer i la diabetis en menors de cinc anys", realitzat conjuntament amb els Drs. E. Sánchez, M. Jané, A. Carrascosa i C. Castell.

dBaB