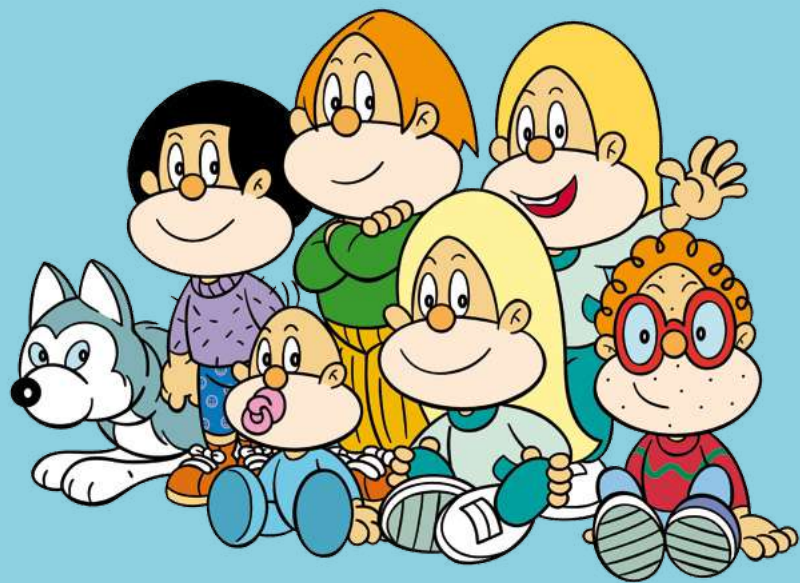


os bolechos

PEPE CARREIRO



os bolechos

guias

PEPE CARREIRO

Amigas e amigos con diabetes

bolanda

anedia

Asociación de Niños, Nenas e Xarros Nenas con Diabetes de Galicia



Deputación
DA CORUÑA



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA
DE SANIDADE

dexcom

CONTINUOUS GLUCOSE MONITORING

Esta publicación foi subvencionada
pola Deputación da Coruña



Entra na nosa web e faite do club!

Terás vantaxes especiais, descontos, agasallos e poderás acceder aos divertidos xogos dos Bolechas.

www.osbolechas.gal

os bolechas[®]

PEPE CARREIRO



Carlos



Loli



Pili



Braulio



Sonia



Tatá



Chispa



Mamá Bolechas
Amparo



Papá Bolechas
Daniel



Avoa materna
Balbina



Avó materno
Marcelo



Avoa paterna
Flora



Avó paterno
Emiliano



Curmá Sarela



Curmá Ying



Curmán Kofi



Tía Camila



Tío Lisardo



Lusco



Fusco



Curmá Saladina



Tía Lupa



Tío Agostiño

Os bolechas **guías**

PEPE CARREIRO



Amigas e amigos con diabetes



Os Bolechas están nun campamento de verán,
con Celia, Manuela e Roi.



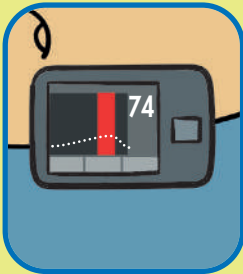
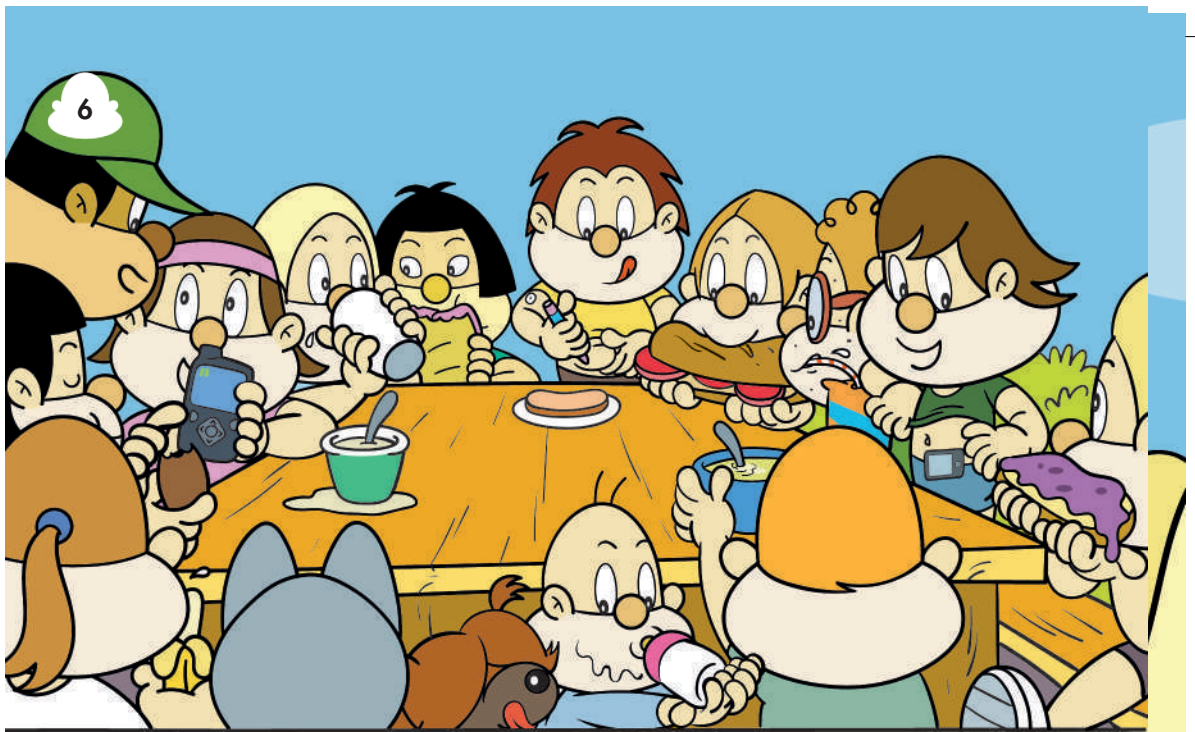
Tamén están Chispa e Fuxefuxe, a cadela de Celia. No campamento hai máis nenas e nenos.



Xa cantaron os galos. Comeza un novo día.
Que actividades farán hoxe as nenas e nenos
do campamento?



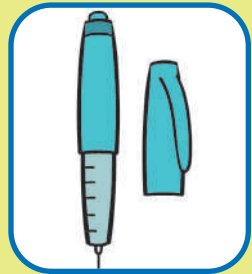
–Hoxe temos que buscar un calcetín igualiño a este. Perdino onte e non sei onde estará –di o monitor Avelino.



Manuela e Celia controlan a glicosa cunha **bomba de insulina**.



Roi controla a glicosa co **móbil** e pon insulina cun «**boli**».



Pero antes de ir buscar o calcetín, hai que almorzar. Celia, Manuela e Roi teñen diabetes e comprobamos como está a súa **glicosa**.



Celia, Manuela e Roi meten tamén na mochila os extras da diabetes: **zume, insulina, pastillas de dextrosa e o glicagón.**

Logo de almorzaren, collen cadansúa mochila. Teñen que levar provisións, porque non saben canto vai durar a busca do calcetín.



A actividade comezou. As nenas e nenos do campamento acordaron ir buscar o calcetín ao río. A ver se está alí.



O monitor Avelino sabe onde está. Agachouno el, pero é un segredo que non descobre. Chispa e Fuxefuxe buscan algún rastro.



O camiño remata no río e non hai ponte para cruzar. Como van seguir a busca na outra beira? Vaia problema!

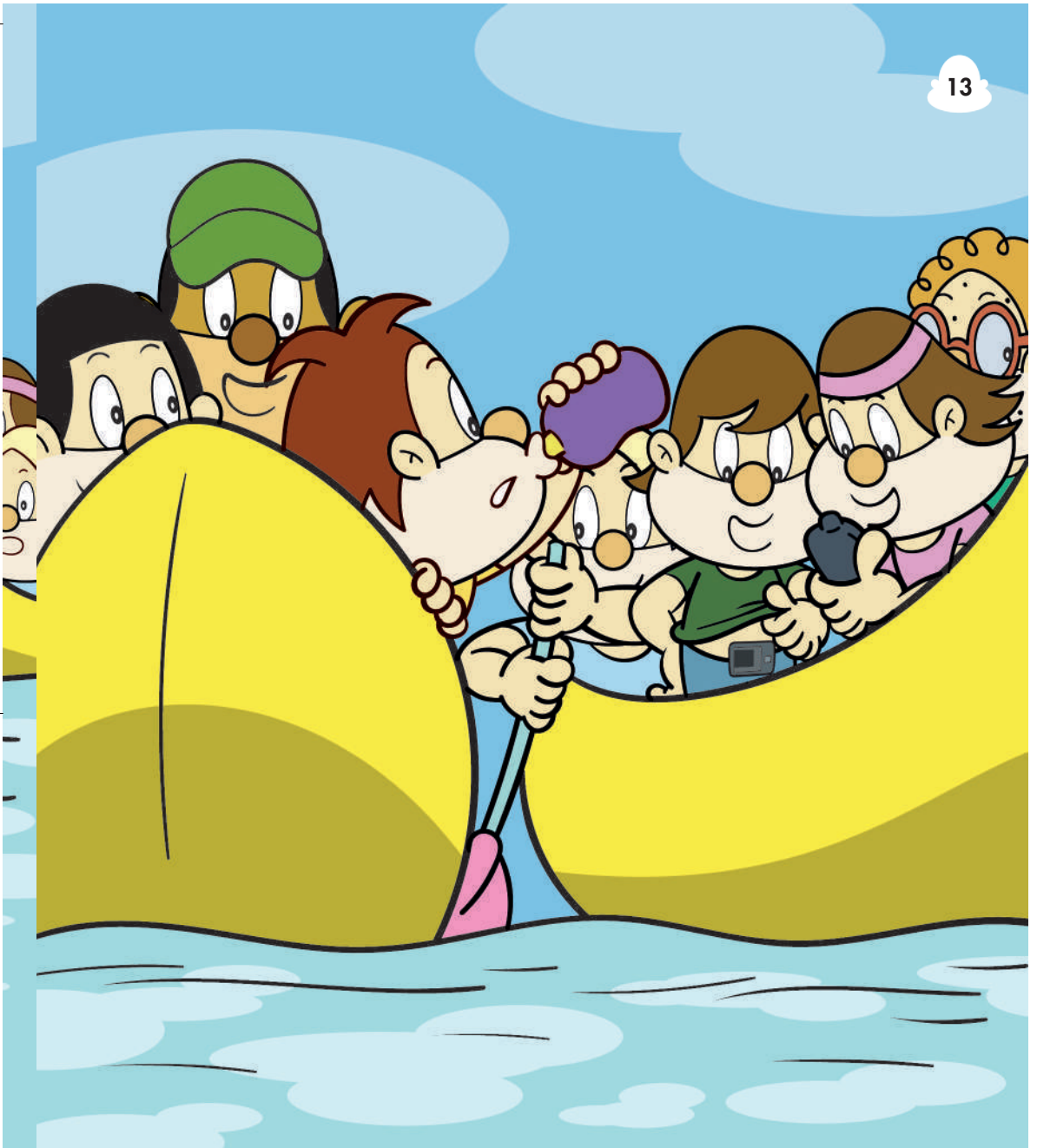


Non hai problema ningún. O monitor Avelino colle dúas canoas e atravesan o río nelas. Só teñen que remar un chisco.

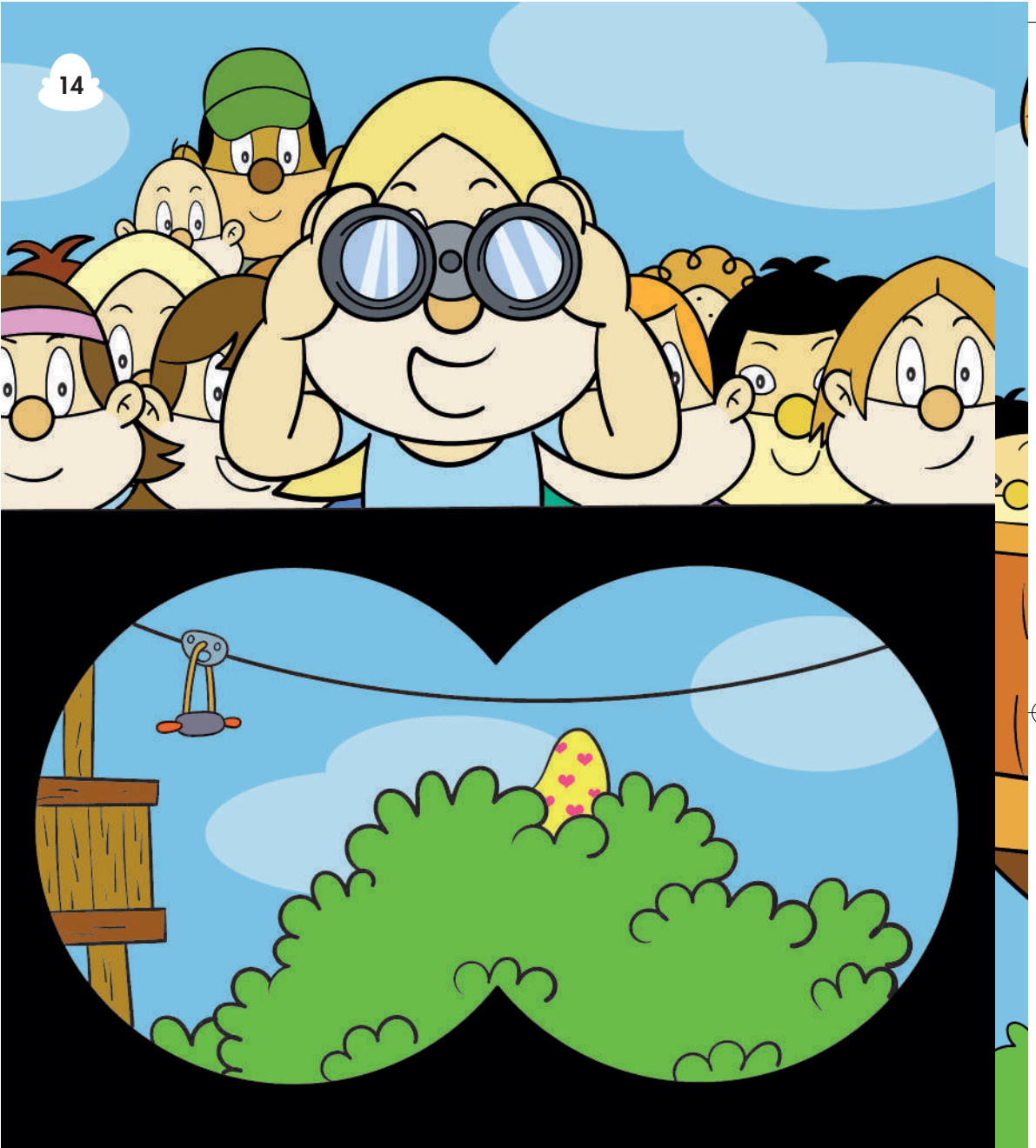


A alarma do móbil avisa cando a glicosa ascende ou descende.

Ei! Roi mareouse. Ía pensando no calcetín e esqueceu controlar a súa glicosa. Seguro que lle está descendendo. Nin oíu a alarma!



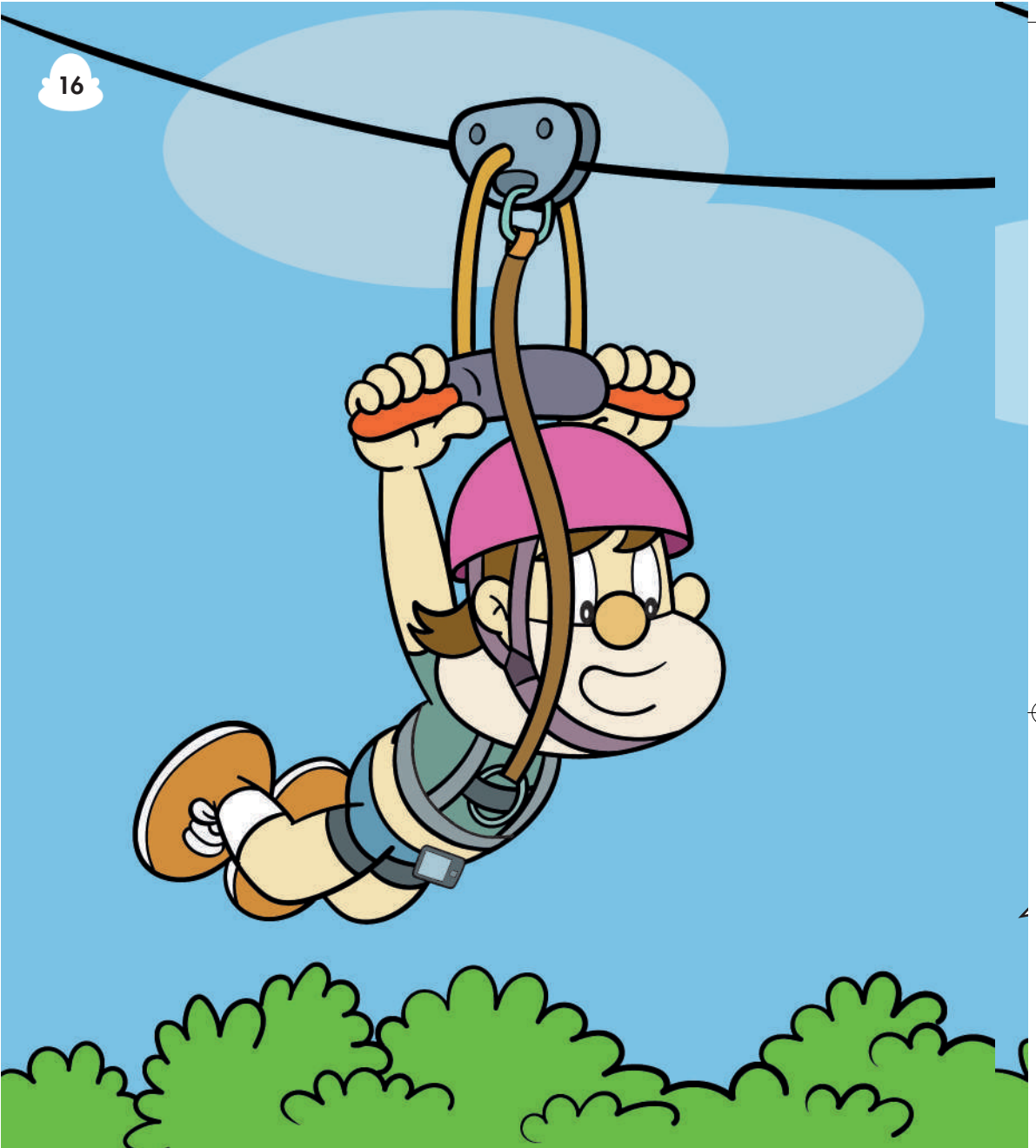
Pero non hai problema. Toma un zume de laranxa e recupérase logo. De paso, Celia e Manuela controlan tamén as súas glicosas.



Na outra beira do río, Avelino manda revisar as glicosas. Despois ven o calcetín nunha árbore.
–Si, está alá, cerca da tirolesa! –berra Loli.



Manuela vai montar na tirolesa para coller o calcetín. Non ten vertixe!
–Agárrate ben –dille o monitor Avelino.



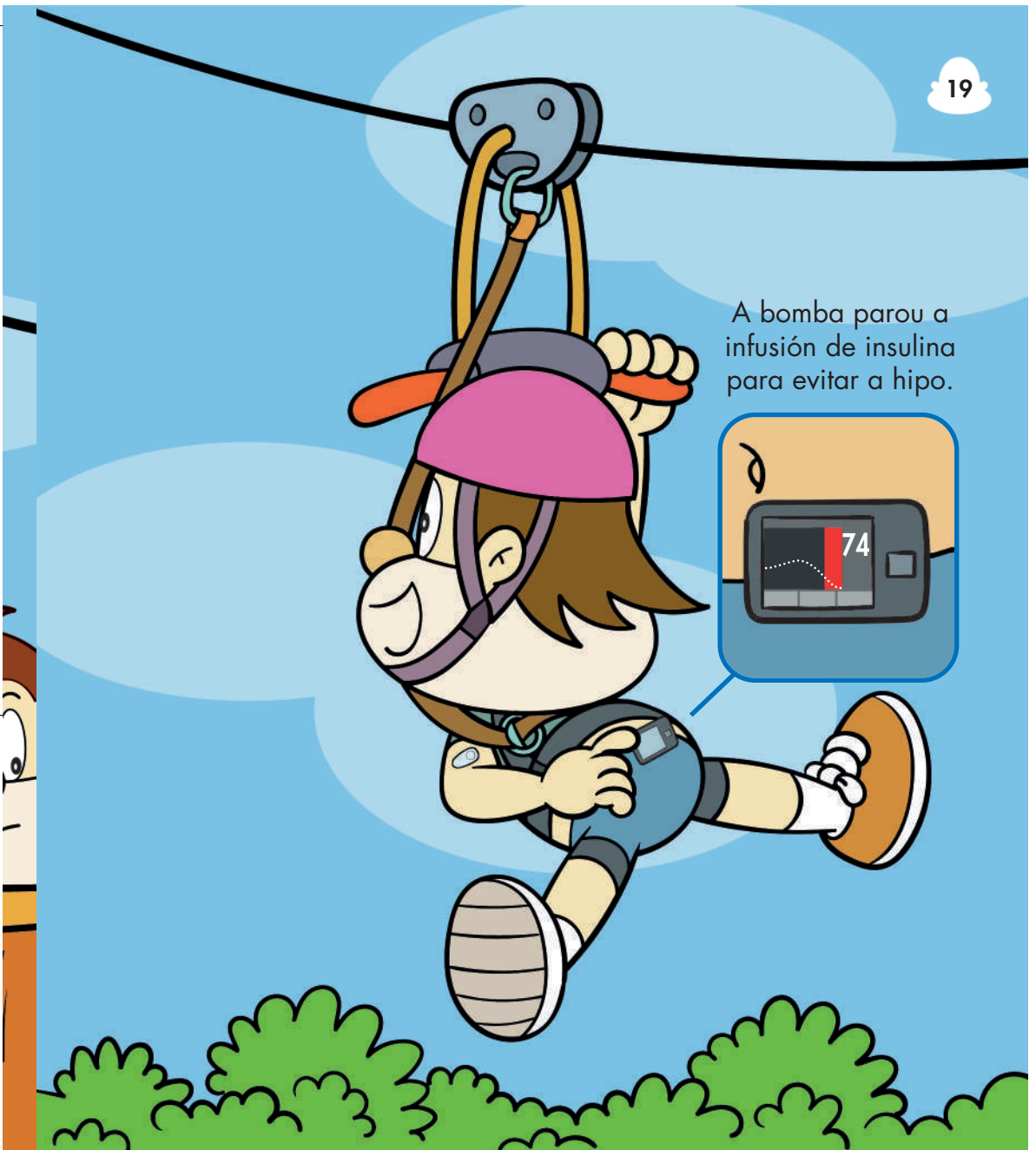
Alá vai Manuela! Descende pola tirolesa sen vertixe ningunha. Parece un paxaro.



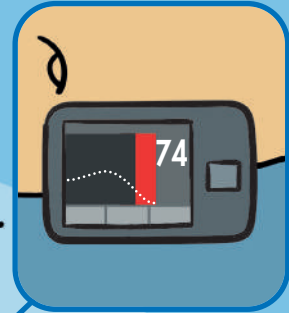
Ei! Está a soar unha alarma. É a alarma da bomba de insulina de Manuela. A alarma avisa cando a glicosa ascende ou descende.



–Está a soar a alarma da túa bomba de insulina, Manuela! –berra o monitor Avelino.



A bomba parou a infusión de insulina para evitar a hipo.



–Xa o sei. A bomba xa parou e estou estábel. Vai todo ben. Tranquilos! –contesta Manuela, tan pancha.



Manuela chega á árbore. Pero alí non hai un calzetín senón un papaventos. Escaparíalle a alguén. Enganáronse. Vaia chasco!



Teñen que seguir buscando o calcefín. Pero o monitor Avelino manda parar a comer, antes de continuaren a busca.



Carlos pónese a leriar con Celia, mentres comen.
–Fuxefuxe ouvea de noite? Chispa ouvea
cando hai lúa chea.



-Celia, preguntéche se Fuxefuxe ouvea de noite. Chispa ouvea cando hai lúa chea. Celia non atende. Está ensimesmada.



Se a glicosa
descende
moito, Avelino
terá que darlle
glicagón a
Celia.

A Celia descendeulle a glicosa. Comprábao Avelino no seu móbil e dille que tome un zume e logo agarde uns minutos para seguir comendo.

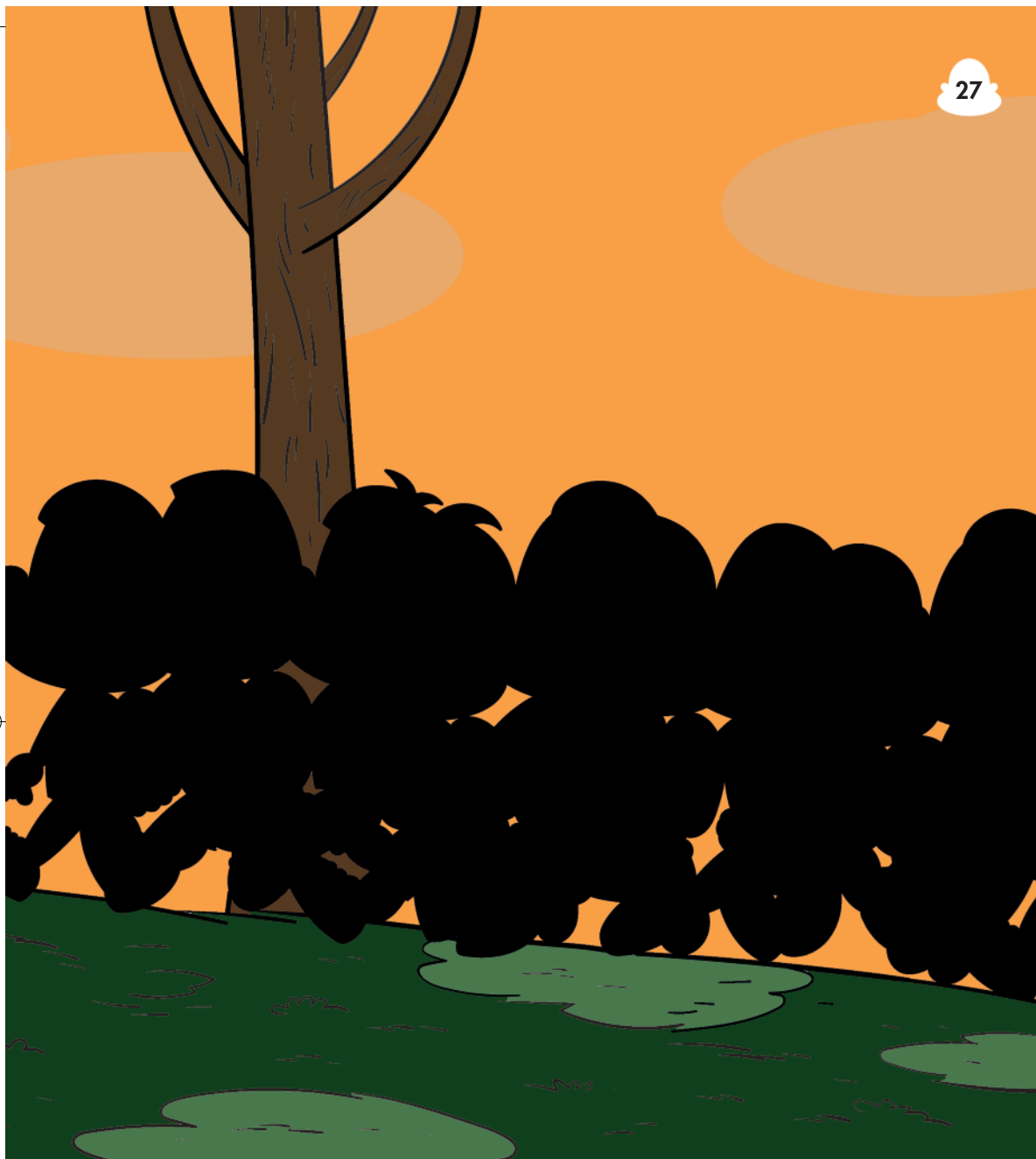


Celia toma un zume, recupérase e contéstalle a Carlos, tan pancha.

–Fuxefuxe ouvea cando hai lúa nova.



Anoitece. O calcetín non apareceu, pero hai que volver ao campamento. Atoparon un calcetín que perdera Braulio.



Atoparon tamén unha pinza do pelo de Sonia e un calzón de Roi. Mais o calcetín do monitor Avelino non apareceu.



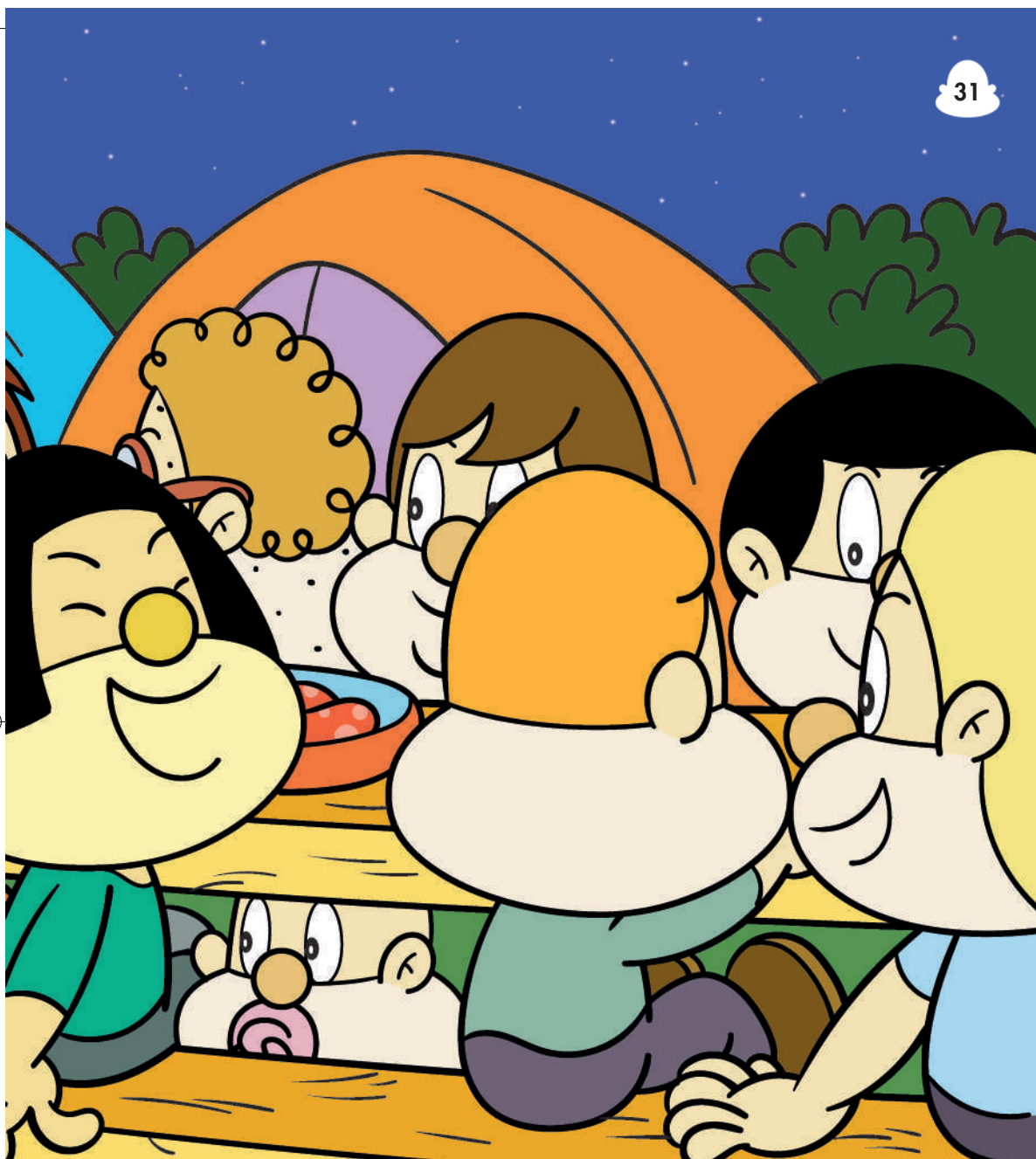
Xa aparecerá mañá o calceín! Agora poñen a mesa para cearen. Teñen moita fame!



–Ei! O calcetín do monitor Avelino está aquí,
no armario das frameiras! –berra Pili.
Pois agachouno ben cerca!



Despois da cea, as nenas e nenos irán durmir, pero no campamento hai persoas que estarán toda a noite pendentes das alarmas.



Que actividade porá mañá o monitor Avelino?
–Unha actividade dificilísima. Teremos que
buscar un pelo de Fuxefuxe!

DIABETES TIPO 1

Coñécea e atende as pistas

Que é?

A diabetes **tipo 1** é unha **enfermidade autoinmune**, na que o propio sistema inmunolóxico ataca as células beta do **páncreas** e fai que estas **deixen de producir insulina**.



Que ocorre?

A **insulina** é unha hormona que permite que a **glicosa** que obtemos dos alimentos poida pasar do sangue ao interior das células para ser utilizada como enerxía. **A falta de insulina provoca un exceso de glicosa no sangue.**

Síntomas

Coñecidos como **os catro P**

Poliuria: volume de orixes maior do esperado.

Polidipsia: aumento anormal da sede.

Polifaxia: apetito exaxerado.

Perda de peso: a pesar de ter moito apetito perdemos peso.



Asociación de Nenas, Nenos e Xente Nova con Diabetes de Galicia

www.anedia.gal

@AnediaGalicia

OURENSE 644 052 928

PONTEVEDRA 644 319 595

A CORUÑA 644 971 454

LUGO 644 652 928

info@anedia.gal