

El Relato de Pia y su Diabetes

“Hace un poco más de 10 años me hicieron un trasplante de riñón, y algunos de los medicamentos detonaron mi diabetes, entonces por esto debía tener más cuidado.”

“El apoyo que recibí para mi diabetes, si, los doctores y dietistas, todos me han ayudado mucho, pero pienso que mi más grande apoyo ha sido mi familia, creo que todos me han motivado a hacer lo que es bueno para mí, de ponerme en buena condición física.”

“Me mantengo controlada, y con la app que tengo, puedes poner todo ahí y ver todos tus resultados, así que aun antes de ir al doctor, ya sabes y tienes idea de lo que te va a decir tu doctor. Estás preparada.”

“Siempre me ha gustado cocinar, pero ahora es algo diferente, tengo que controlar bien los carbohidratos, el sodio, y el valor nutricional, y si, hay muchas recetas que no me hubiera imaginado y ha sido divertido encontrar.”

“Me encanta mi medidor de pasos, y es maravilloso usarlo, pues de alguna manera puedes competir contra ti misma. Hoy de nuevo, hice 5,000 pasos. Veamos lo que puedo lograr mañana. También con este medidor en especial, puedes agregar lo que comes, lo que pesas y lo que buscas, y te da mucha información, en definitiva, me encantan las apps y poder llevar un control, creo que facilita mi vida.”

“Para alguien que apenas ha sido diagnosticado con diabetes, sí, eso da miedo. No es el fin. Lo puedes lograr. Puedes vivir con ella. Tienes que encontrar la fuerza que tienes dentro y buscar cosas que en realidad disfrutas. Muchas personas viven con diabetes y gozan la vida, y tú puedes lograrlo también.”