

# La Jornada de Russell con Diabetes

*“Fue una bomba. Me impactó tanto que me desmoroné en el consultorio de la doctora.”*

*“Si, Dios mío, cambia estilo de vida. Tuve que cambiar cómo comía. Tuve que cambiar mi manera de pensar. Fué difícil, ir a ciertos lugares para comer. Otras personas comían bien, yo no podía comer.”*

*“Y la diabetes te afecta de muchas maneras. En cuanto al sexo, a tu corazón, tu presión, todo esto me afectó mucho. Especialmente cuando se trataba del sexo, porque en verdad te afecta y no puedes funcionar pues la diabetes tiene control de tu cuerpo. Y la única cosa que puedes hacer, es no permitir que te controle, tú debes controlarla.”*

*“Bueno, cuando la doctora me habló de lo que podía perder, entonces revisaba mis pies, el color de mi piel. Toco mis tobillos, palpo mis pies donde se hinchan, noto el color de los dedos de los pies cuando se ponen morados.”*

*“Ahora tengo más cuidado con lo que me pongo en los pies, para protegerlos, tanto como mis manos y mis dedos.”*

*“Hablo con mi doctora, ella es muy estricta, es una militar naval, y no se anda con rodeos. Y no te tiene lástima porque te lo dice como es. Te dice lo que debes hacer y si no escuchas y no lo haces, la culpa es tuya. Te lo presenta todo, pero tienes que poner atención, asimilar todo, y hacer lo que te dice; es lo que yo hago.”*

*“Se asegura de que no coma algo equivocado. Ella se asegura de que reviso mi nivel de azúcar. Con esto demuestra cuánto me quiere y se preocupa por mí. A veces se le tiene que decir a un hombre o a una mujer, lo que sabes, pero en este caso, es algo que yo tenía que hacer, porque ella me demostró preocupación y cariño. Es todo lo que puedo decir de mi amiga, ella está ahí para mí.”*

*“No trato de usar la diabetes como una muleta, pero paso muchos momentos felices con Margaret, y esto rompe el hielo. Así que no siempre uso la excusa de la diabetes para decir que no lo puedo hacer o no lo puedo lograr. No, no lo hago. Digo, “lo voy a superar y voy a ser feliz.””*