

CARLOS SÁNCHEZ TORREALBA ILUSTRACIONES GISELA ARÉVALO



fundación
Seguros Caracas

JUNTA DIRECTIVA
FUNDACIÓN
SEGUROS CARACAS

Presidente

Gustavo Luengo

Vice Presidente

Jorge Alcubilla

Secretario

Ángel Maciñeiras

Directores

Víctor Meintjes

Octavio Calcaño-Espinetti

Néstor Luis Luengo

Charo Méndez

Rafael Orihuela

Alberto Vargas

Gerente General

Gerardo Perozo

Coordinadora de Proyectos

Rosario Santander

EL COHETE DE TARZÁN

Carlos Sánchez Torrealba

Ilustraciones
Gisela Arévalo





¿Andrés? ¡Un tipazo! ¡Protagonista de esta historia! Andrés Alfredo Mogollón Deflores es su nombre completo. Con ocho años y la maravillosa virtud de meterse en el bolsillo a la gente apenas le mira y cruza con él dos palabras. Tiene uno de los rostros más simpáticos que se haya visto alguna vez, con tres hoyitos en su cara. Sólo mirarlo basta para uno alegrarse. Entonces levanta los ojos, te mira fijo y las carcajadas revientan a dúo sin motivo aparente. Ya puede uno llegar hasta la luna de tanta risa con las ocurrencias de Andrés quien, por cierto, se la pasa para arriba y para abajo con su cámara digital al hombro.

– *¡Andrés es tremendo desde que nació!*, cuenta su abuelo Manuel Antonio.

– *Ese muchacho no tiene paranza, parece que lo hubiesen hecho con azogue. ¡No se queda tranquilo! ¡Parece que tuviera hormiguillo! como un cohete de propulsión a chorro. ¡Se le ocurre cada cosa! Se la pasa trepando por todas partes, moneando por esas matas... se parece a Tarzán.*

Y Andrés se va trepando por las ramas con la agilidad del rey de los monos, tomando fotos con su cámara, recogiendo muestras del suelo de cuanto corotico y cachivache menudo le interesa: que si un clavo doblado, que si un candado sin llave, un trébol, una chicharra seca... Con todas esas cosas sueña con hacer un cohete en el Arguaney del patio de su casa.

A Andrés le fascinan los cuentos. No sólo escucharlos, sino también escribirlos. Inventa cuentos y palabras como lo hace su abuelo. Es inventor de nacimiento.

– *¿Y cuándo te vas a bajar de esas alturas, muchacho?*

– *¡Nunca, nunca, pero nunquísima, abuelo!*

Y allá arriba en el techo pasa horas enteras recogiendo piedritas de colores y semillas dejadas por los pájaros, mirando al cielo, acostado sobre la platabanda, comiéndose con la vista los cohetes de sus ensoñaciones o fotografiando el firmamento.



Andrés inventa nuevos verbos para conjugar la ternura.
Cuando llega su mamá, le da un abrazo cálido, interminable,
mientras le dice:

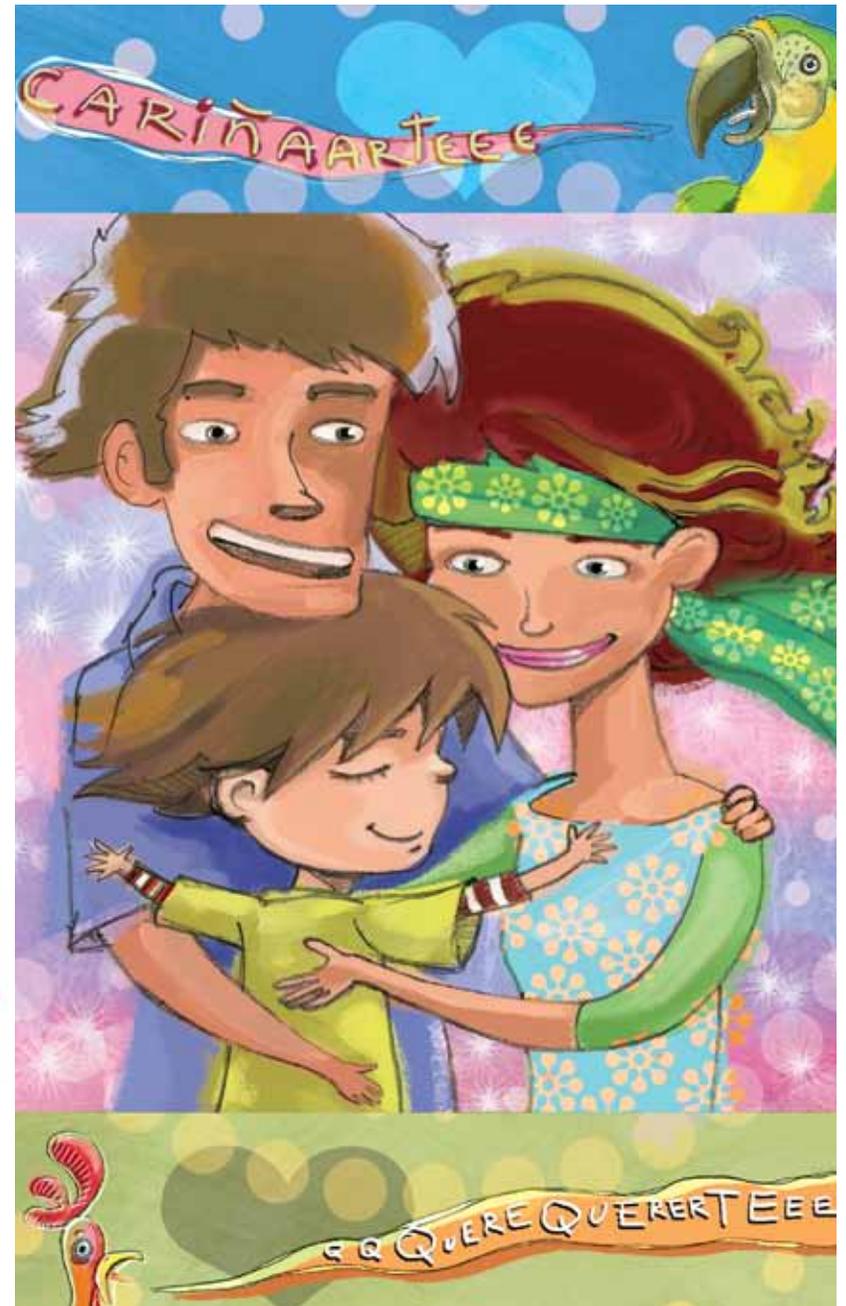
– ¡A mí me gusta *cariñarte!*

Entonces se le aguan los ojos de pura alegría a Lourdes, su
mamá. Algo similar pasa cuando llega Raúl. Le da un gran
abrazo y le dice:

– ¡A mí me gusta *querequererte!*

Cuando ya están sentados en la mesa para cenar junto a sus
hermanos morochos, Andrés pela los dientes, hace sonar su
pocillo con una cucharita y anuncia con voz cantarina:

– ¡Yo los *quiquiriquiero* porque ustedes son mi familia!



Su abuelo Manuel nació en *La Pastora* y se siente orgulloso de pertenecer a una de las parroquias más antiguas de Caracas. “¡Pastoreño, sí señor, de raíz y rama!” dice el abuelo. Siempre risueño.

Andrés y Manuel comparten el gusto por la pintura; porque el abuelo dibuja y hace autorretratos a lápiz y también en carboncillo.

– *Abuelo, pero ese dibujo está desnudo.*

– *No, niño. ¿Es que tú no ves que le puse hasta el chaleco y el sombrero que yo uso?*

– *¡Está desnudo de color!*

– *Bueno, tú se lo pones. Lo que pasa es que yo me crié con el cine mudo y la tele en blanco y negro y me gustan mis dibujos así, pues.*

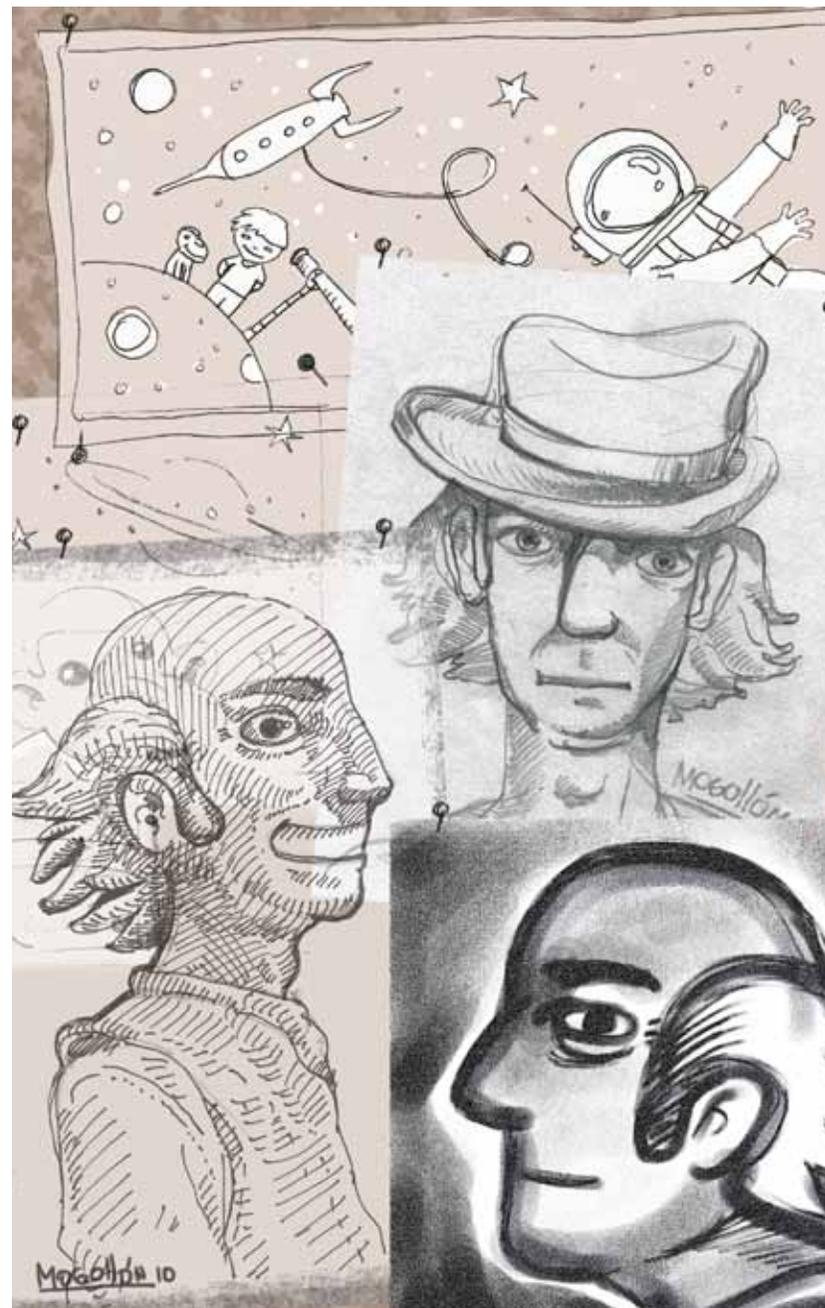
Entonces Andrés toma los dibujos de su abuelo y los pone a color. Puede pasar horas coloreando a su querido abuelo en miniatura y contemplando las imágenes que el abuelo tiene colgadas en las paredes de aquella pequeña sala del gran museo del mundo.

– *Abuelo, dibújame ahora, al lado de este astronauta, por favorcito ¡Y de ñapa le pones el cohete al fondo! ¿Sí, por fa?*

– *¡Cómo no! Vamos a dibujarte junto a ese astronauta con todo y cohete. Pero tú le pones color, mi conchorrito.*

– *Bueno, dibújalo, pues. Pero no me digas conchorrito.*

Y al ratito, el abuelo le extiende la mano con un papel donde caben nieto, astronauta, cohete, mercurio a lo lejos junto a los otros planetas y hasta un telescopio espacial.



Esta casa de los Mogollón Deflores es como una pajarera. Como una cueva del más sabroso clima donde vive una especie de tribu festiva, de clan animoso dueño del mejor humor del universo. Una familia con la gracia de sus dos apellidos.

Por supuesto, la burla que le pegan a los morochos Manuela y Rodrigo o a Andrés es enorme cuando conocen a nuevos vecinos, o cuando llegan a una escuela nueva o van a una fiesta. Le preguntan por su nombre, y bien. Pero en cuanto le preguntan por su apellido, aquello deriva en guasa y termina en el suelo porque alguno de los hermanos o los tres en batalla campal defienden la honra familiar. Más de una vez ha tenido que intervenir Raúl o Lourdes como árbitros, y hasta el abuelo Manuel Antonio ha tenido que sonar un pito para frenar las peleas. Y después vuelven a la casa, como si nada, a bañarse y a comer. Después de todo, son peleas de niños; peleas jugando.



Un día, luego de una pelea de esas, Andrés quedó muy cansado. Así que después de bañarse no atendió el llamado de su mamá para ir a cenar, sino que se echó en la cama a mirar el techo. Le dolía la cabeza. Estaba tan agotado que se quedó rendido, mientras en sueños sentía como si rodara en cámara lenta por un largo tobogán. Últimamente se estaba sintiendo así.

Soñaba y soñaba... Soñaba durante todo el pausado trayecto: ríe que te ríe y ríe que te ríe y ríe que te ríe... ¡Y foto y foto y foto! Porque en el cohete que había sobre el árbol de Araguaney, Tarzán aparecía de piloto de la nave con lianas, la mona Chita y hasta su compañera Jane de copiloto. Hizo tantas fotos y tantas risas que todo desapareció en una carcajada y eso le pareció tan absurdo a Andrés que siguió riendo hasta casi hacerse pipí de la risa.

De tanta risa, se despertó. Apenas le dio chance de llegar hasta el baño porque casi casi se hace pipí en la cama. Pero, para su tranquilidad, logró llegar a tiempo y vio su necesidad satisfecha en el lugar indicado.

Regresó a su cama y se acordó del sueño con el tobogán y la bajada en cámara lenta. Pero al rato, como en noches anteriores, tuvo que pararse otra vez al baño y luego a la cocina a tomar bastante agua porque tenía mucha sed, una sed como de desierto de Coro con salina de Araya juntos en su garganta. Luego del agua, se acostó nuevamente y, al final, en su nueva fantasía, se puso a contar toboganes y cohetes gigantes con patas enormes corriendo en manada con Tarzán a la cabeza, hasta que se quedó dormido.



Sonó durísimo una alarma. Era el despertador. Andrés no se paró de la cama. Se sentía muy, pero muy mal. Estaba muy cansado, sin fuerza. Desde hacía un tiempo, a pesar de comer, comer y comer, siempre se sentía débil y estaba cada vez más delgado. Manuela y Rodrigo creyeron que bromeaba por falta de ganas de ir a la escuela. Pero cuando le vieron la cara, se dieron cuenta de que algo andaba mal. Los morochos llamaron a toda la familia. Y fue cuando decidieron que no iría a la escuela sino al hospital.

Lourdes se puso de piloto del carro, Manuela de copiloto, mientras que Raúl llevaba a Andrés y Rodrigo les abrió la puerta de atrás para montarse los tres juntos. Lourdes nunca había visto a su hijo tan decaído, así que prendió las luces del carro y empezó a tocar la corneta insistentemente. Aquel carro se convirtió en cohete, en bólido, rayo verde en el firmamento con alarma y todo. Como una ambulancia sideral.



Aunque las calles se hacían largas y las avenidas también, al fin llegaron. Entraron por emergencia. Después de hacerle todos los exámenes necesarios, el médico encargado conversó con la familia y les participó que Andrés tenía diabetes.

– *¿Tiene azúcar en la sangre?*, se apresuró Manuela a preguntar.

– *Sí, tiene mucha azúcar en la sangre.*

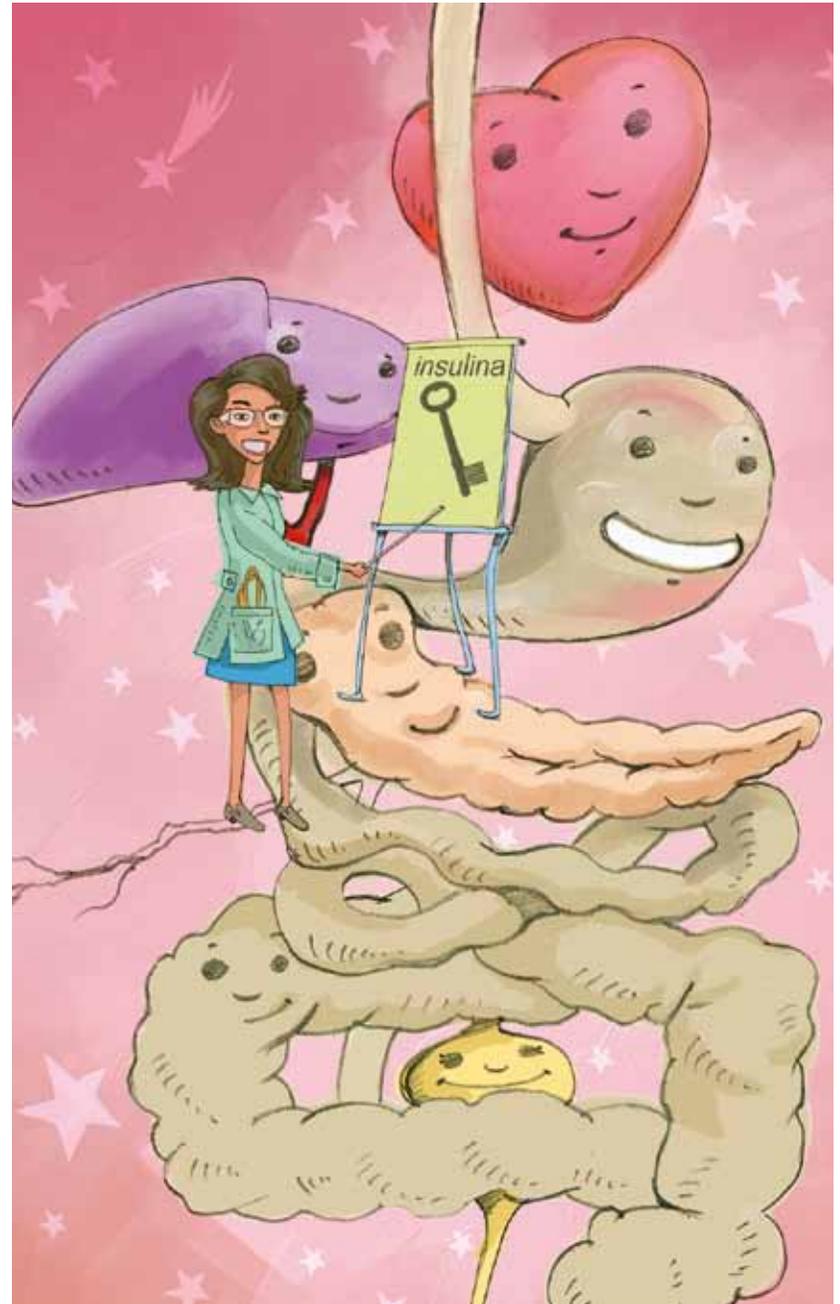
Respondió el doctor

Al día siguiente vino Margarita, la educadora en diabetes, y con dibujos y todo le explicó a Andrés la razón por la cual se sentía tan débil y cansado en las últimas semanas.

– *El tener diabetes significa que tu cuerpo no puede convertir el azúcar de la sangre en la energía que necesitas.*

Andrés la miraba intrigado. Luego Margarita sacó el lancetero, una especie de lapicero con una agujita para pinchar el dedo y tomar una gotita de sangre, que después se introduce en el glucómetro, el aparato que mide el nivel de azúcar que hay en esa gotita.

– *Ven, dame un dedito para sacarte una gotita chiquitita de sangre.*





– Andrés puso su dedo para sentir algo así como la picada de un zancudo.

– *¿Cómo te pareció? ¿Te dolió?*

– *No*, respondió orgulloso. *Sólo molestó.*

– *¡Samba cutiricutamba, lavativa cumbacumba cutiricutá!* – dijo la educadora.

También le enseñó como utilizar el glucómetro, le explicó qué es la insulina y como hada madrina sacó de la manga una naranja y del bolsillo una delgada jeringa. Todo el truco para enseñarles a Andrés y a su familia cómo es que se hace para inyectarse la insulina y practicar.

– *Esta inyección la necesitarás para poder controlar tu nivel de azúcar en la sangre y así mantenerla en los límites normales.*

Además le habló de lo importante que es alimentarse bien y hacer ejercicio con regularidad.

– *Siguiendo estos consejos podrás controlar la diabetes y llegar a ser un gran atleta ¡o hasta un astronauta! Lo que tú quieras.*

– *¿Y acaso voy a tener que pincharme todos los días?*, preguntó Andrés muy razonablemente. A lo que la educadora, contestó:

– *Pues sí, mi valeroso amigo, todos los días, es indispensable para controlar la diabetes.*

A los días de recuperarse y de sentirse bien, y de ser todo un experto chequeándose la glicemia e inyectándose la insulina, se fue a su casa con todas las indicaciones.

Al llegar, Andrés se fue hasta el patio del araguaney que llevaba unos días sin ver y desde donde pensaba hacer despegar su cohete. Abrazó a su abuelo y le pidió que le diera la pata de gallina para subirse a una rama. Pero el viejo Manuel Antonio le persuadió amorosamente para que se sentaran en unos taburetes a coger sombra debajo del árbol...

– Abuelo, ¿y ahora me voy a estar pinchando los dedos e inyectándome insulina?

– ¿Qué es eso para un valiente como tú? Un astronauta tiene retos más complicados, verdad?, respondió el abuelo.

– Está bien pues, dijo Andrés, no muy convencido, mientras miraba un colibrí que volaba de flor en flor.

De la cocina venía un olor sabroso a arepas y a café. El abuelo Manuel Antonio se echó a reír, le puso una mano en el hombro y le dijo:

– A fin de cuentas, todos tenemos un cuento. ¿O no, mi Tarzán?

– Sí, ajá...

– ¿Quieres que te haga un dibujo?

– No, gracias.

Andrés no estaba cómodo con el asunto de los pinchazos. Su abuelo Manuel Antonio buscaba y buscaba argumentos para convencerlo y ponerlo más contento.

– Andrés, ¿estás pensando todavía en el cohete?

– No. Bueno, sí. Pero, esto de la diabetes...

– Mira, yo te voy a ayudar... Imagínate que, de ahora en adelante, hacerse la glicemia será como un nuevo control para que puedas despegar. Y el glucómetro es el control de tu cohete. Y ese glucómetro ahí, marcando fiel entre 100 y 120. Pero es que Andrés, chico, ¿dónde se ha visto que los astronautas no se chequeen, vale? ¡Para ir a la luna es muy importante estar bien controlado!



Andrés se terció la capa, se levantó como un aerolito, estiró rápidamente los brazos hacia adelante y se fue derecho hasta la cocina. Estaban los demás sentados con caras muy largas. Andrés, repentinamente retomó su humor de siempre y corriendo como un mono les asustó gritando:

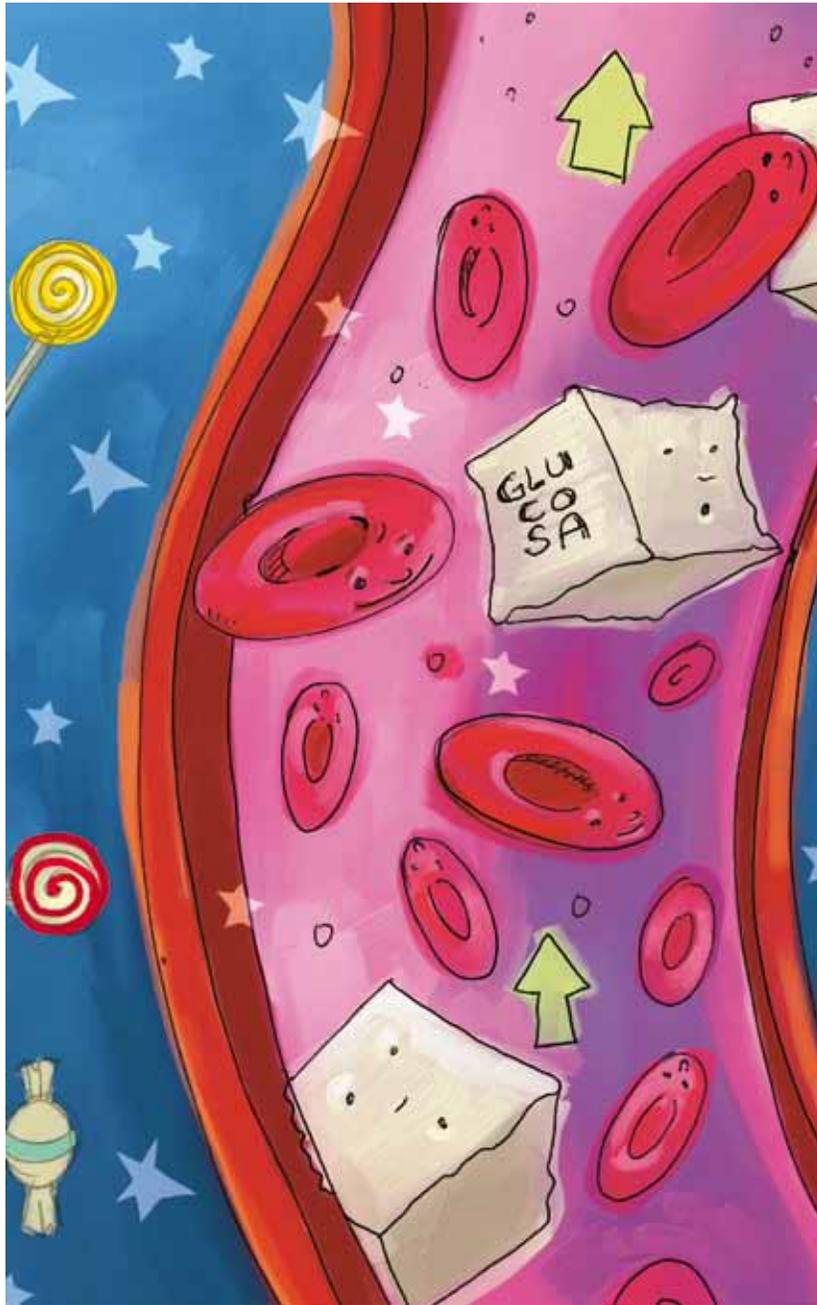
– *¿Y qué es lo que pasa aquí, pues?*

Andrés nuevamente hizo reír a toda la familia. Lourdes disimuló sus lágrimas. Los morochos levantaron en hombros a su hermanito. Todos se reunieron para darse un gran abrazo común. Andrés peló los dientes, hizo sonar su pocillo con una cucharita y anunció con su voz cantarina:

– *¡Yo los requetequiquiero porque ustedes son mi familia!*

Así quedó la familia. Risueña, completa y dispuesta a cenar, a continuar viviendo con buen humor y optimismo, cada vez más preparados para seguir acompañando a Andrés, subir y hacer más viajes en el cohete de sus sueños.





¿SABÍAS QUE...?

Tu cuerpo necesita de **energía** para vivir. Eso significa que necesita energía para respirar, para caminar, para jugar y ¡también para dormir!

Tal como algunos juguetes trabajan gracias a la energía que toman de sus pilas, tú también necesitas las tuyas, y esas pilas son los alimentos.

¿No te has sentido un poquito débil cuando pasas mucho tiempo sin comer? Eso sucede porque te estás quedando sin energía, como un carro que se queda sin gasolina y ya no puede rodar.

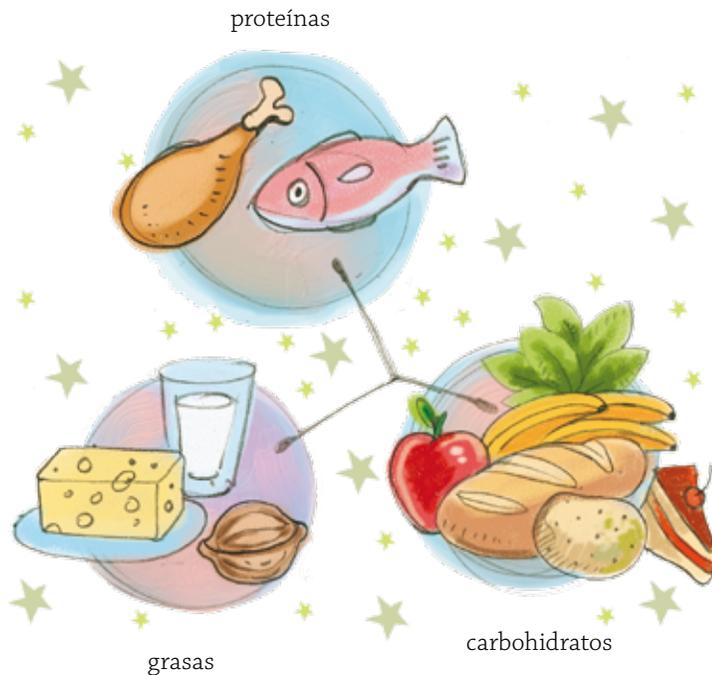
Pero tomar la energía necesaria no es tan sencillo como cargar gasolina.

Todo comienza cuando comes... primero masticas la comida, luego tragas y los alimentos pasan por distintas partes del cuerpo, como si entraran a una fábrica con máquinas muy especializadas.

Los alimentos son triturados, cambian de color, van de aquí para allá, pasan por zonas que son como tubos rectos, otras que son como recipientes, de nuevo pasan por zonas de tubos enroscados... y así la comida se va transformando en los famosos **nutrientes**.

Hay tres grupos principales de nutrientes:

carbohidratos, proteínas y grasas



Con estos nutrientes se realizan dos cosas importantísimas:

- Se elabora **glucosa** para darle energía al cuerpo
- Se construyen y reparan tejidos

Para que los alimentos verdaderamente sirvan de energía para nuestro cuerpo deben transformarse en glucosa. Luego esa glucosa entra en la sangre, en lo que se llama torrente sanguíneo. Es decir, la glucosa, que es una sustancia que se obtiene del grupo de los carbohidratos, se mezcla con la sangre y anda por todo nuestro cuerpo.

La glucosa es como la electricidad que recorre los cables hasta que llega a un bombillo y lo enciende.

Si quieres ponerte de pie, sentarte o jugar a la pelota, necesitas mover los músculos y los músculos necesitan energía que toman de la glucosa.

Pero la glucosa por sí sola no puede pasar de la sangre a los músculos, no sabe cómo hacerlo, necesita algo más que la ayude a **abrir las puertas** de las células de los músculos, del hígado y de otras partes del cuerpo.

Y ese algo más se llama **insulina**.

Y, ¿qué es la insulina?

La insulina es una hormona que produce el **páncreas**, un órgano importantísimo para la vida que se encuentra detrás del estómago.



LAS HORMONAS

El cuerpo humano es muy inteligente y nunca para su actividad, ni siquiera cuando dormimos. Siempre está trabajando, limpiando, sacando lo que sobra y produciendo lo que hace falta.

Y entre las sustancias que produce el cuerpo humano están justamente las **hormonas**. Algunos llaman mensajeros a las hormonas, porque con frecuencia “dicen” qué es lo que hay que hacer.

La **insulina** es una hormona muy interesante y mandona, siempre dice lo que hay que hacer. ¡¡¡Es imposible no hacerle caso!!!

Así que cuando sale la insulina del páncreas, toma a la glucosa del brazo y, toc, toc, comienza a tocar las puertas...

¡Todas las puertas se abren!!

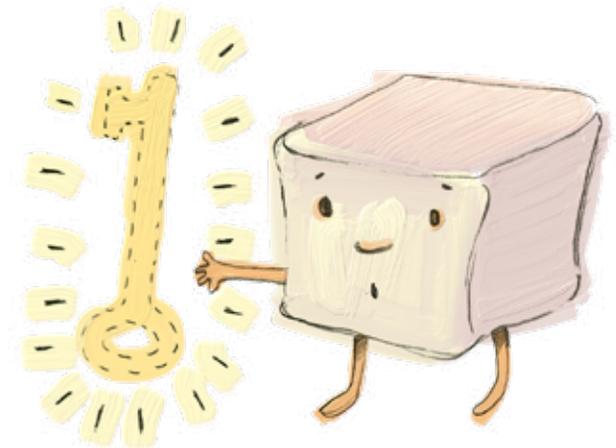


LA DIABETES

Así como todos los animales y todas las plantas pueden enfermar, también las personas podemos enfermar, ¡a cualquier edad!

Y una de las enfermedades que puede aparecer se llama **diabetes**. La diabetes dura toda la vida, por eso se dice que **es una condición crónica** y hasta el momento no se puede curar, pero sí **se puede mantener bajo control**.

La diabetes se caracteriza porque hay **demasiada glucosa en la sangre**, eso sucede cuando el páncreas no produce insulina o cuando la insulina no trabaja bien. Así, como la glucosa no cuenta con la ayuda de la insulina para abrir las puertas de las células de los tejidos, se queda en el torrente sanguíneo. Por eso se dice que la sangre se pone dulce, porque hay mucha glucosa en la sangre, y si la persona no sigue un tratamiento, se siente mal.



DOS DIABETES

Existen dos tipos principales de diabetes: la tipo 1 y la tipo 2.

Cuando un niño tiene **diabetes tipo 1**, significa que su páncreas **no produce insulina**.

Esto es un problema pues, cada vez que comemos, los alimentos terminan transformados en glucosa; pero si esa glucosa no cuenta con la ayuda de la insulina para abrir las puertas de las células de las partes del cuerpo que están necesitando energía, **la glucosa se queda en la sangre** y la vuelve “sangre dulce”.

Por ese motivo las personas deben **inyectarse insulina** para que la insulina lleve a la glucosa a donde tiene que ir.



¿CÓMO SE SIENTE UN NIÑO CON DIABETES TIPO 1?

Siente varias cosas que provocan incomodidad:

Con mucha frecuencia siente ganas de orinar.

Es la manera que encuentra el cuerpo de disminuir la cantidad de azúcar que tiene en la sangre, desechando la glucosa a través de la orina.

Tiene mucha sed.

Como el niño orina tanto, siempre tiene sed. De este modo el cuerpo trata de recuperar el líquido que perdió a través de la orina.



En muchos casos pierde peso.

Eso pasa porque el cuerpo no dispone de la glucosa como fuente de energía pues la glucosa está en la sangre sin poder llegar a los tejidos. Así que el cuerpo se ve obligado a tomar la energía que necesita de sus reservas de grasa.



Puede sentir mucha hambre.

Como no tiene insulina para abrir las puertas de las células para que entre la glucosa; las células no tienen energía y sienten mucha hambre.



Siente cansancio.

Como el cuerpo no dispone de su principal fuente de energía, la glucosa, el niño casi siempre se siente cansado.

¿LA DIABETES SE CURA?

La diabetes es una condición crónica, por lo tanto no desaparece.

Sin embargo, una vez que comprendas el **tratamiento** y todo lo que debes hacer para sentirte bien, **puedes llevar una vida agradable y divertida**: puedes jugar, ir a la escuela, salir de paseo, practicar deportes, ir de campamento...

¡Todo lo que quieras!

¿CUÁLES SON LOS CUIDADOS QUE SE DEBEN TENER?

Las personas con diabetes tipo 1 deben **chequear regularmente su nivel de glucosa en la sangre y aplicarse inyecciones de insulina**, ya que el páncreas no la produce.



Además, deben acostumbrarse a prestar mucha atención a la **alimentación**, es decir, a lo que comen y cuándo lo comen.

El hábito de hacer **ejercicio** también es muy importante pues hace que las personas con diabetes se sientan mucho mejor.



DIABETES TIPO 2

La diabetes tipo 2 es la más frecuente en personas adultas pero también se puede ver en niños y adolescentes.

En este caso el páncreas produce insulina pero **no toda la que el cuerpo necesita**. Y además, las células que deben recibir la glucosa, no responden bien a la insulina.

Para **prevenir** la diabetes tipo 2 es muy importante tener una **alimentación** sana y balanceada, incluyendo frutas y vegetales y evitar comer en exceso grasas, dulces y refrescos, para evitar el sobrepeso. Y también es muy importante hacer **ejercicio** todos los días.

EL COHETE DE TARZÁN
Editado por
Fundación Seguros Caracas

Edición a cargo de
Rosario Santander

Coordinación editorial:

Rosana Faría

Asesoría especializada:

María de Lourdes Cartaya

Textos:

Carlos Sánchez Torrealba

Blanca Strepponi

Ilustraciones:

Gisela Arévalo

Diseño:

Analiessa Ibarra

Carolina Arnal

Impresión:

Tipografía Artetip

Tiraje:

1000 ejemplares

© Fundación Seguros Caracas

Av. Francisco de Miranda,

Parque Cristal,

Torre Este, piso 1,

Oficina 1-08

Los Palos Grandes

Caracas, Venezuela

Teléfono: 58-212-209.9958

RIF: J-29632712-2

HECHO EL

DEPÓSITO DE LEY

Depósito Legal:

lf7832012800860

ISBN: 978-980-7274-02-9

Impreso en

Caracas, Venezuela

2012

