



María

va de campamento

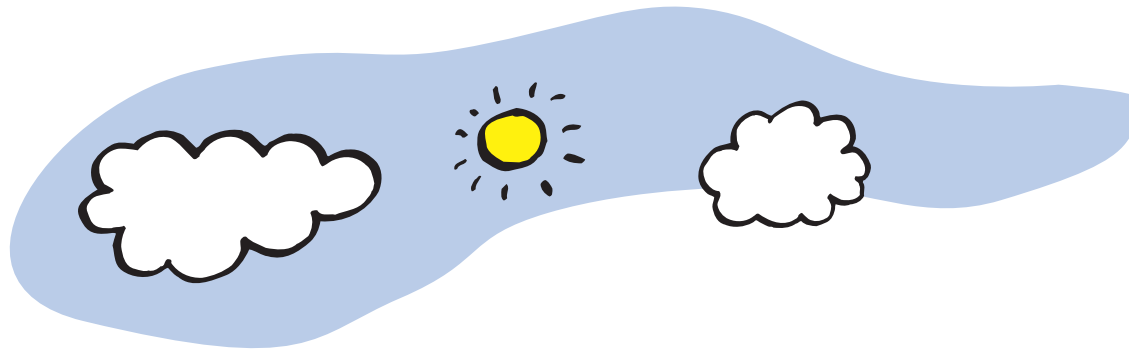






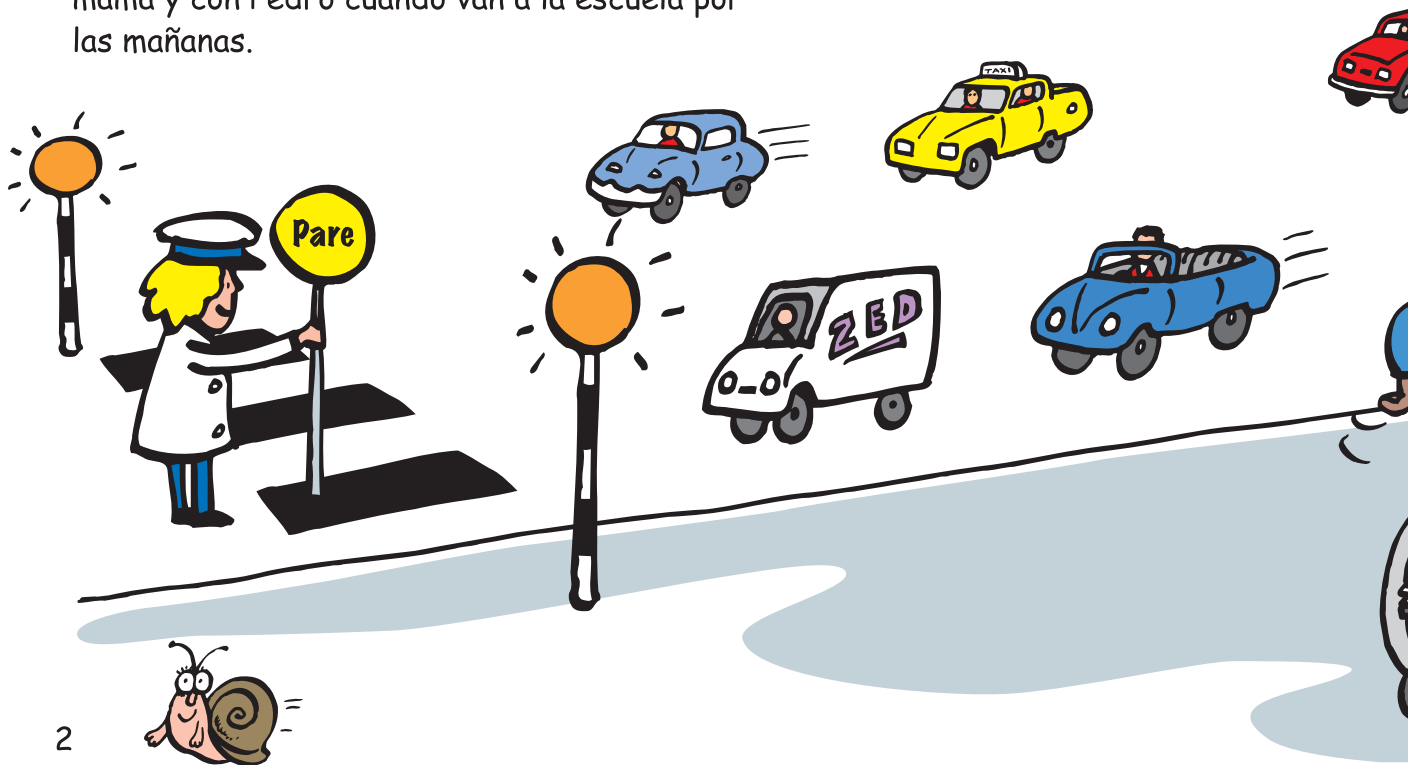
María vive cerca del parque con su mamá, su papá y su hermano pequeño Pedro. A María le gusta vivir cerca del parque para dar de comer a los patos y para divertirse con su hermano en los columpios.





Le gusta salir con su familia a andar en bicicleta.

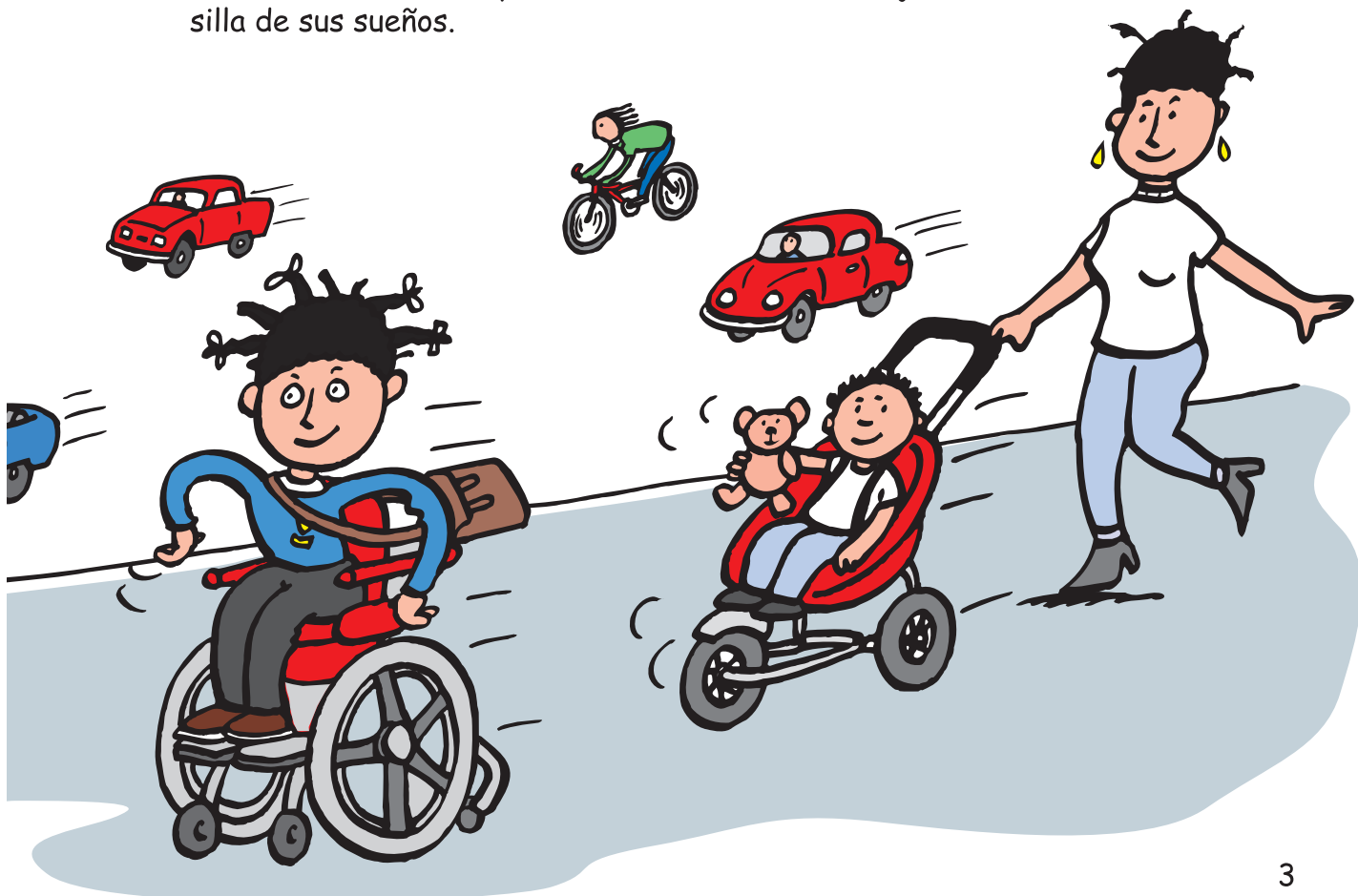
Pero sobre todo, le gusta jugar a las carreras con su mamá y con Pedro cuando van a la escuela por las mañanas.

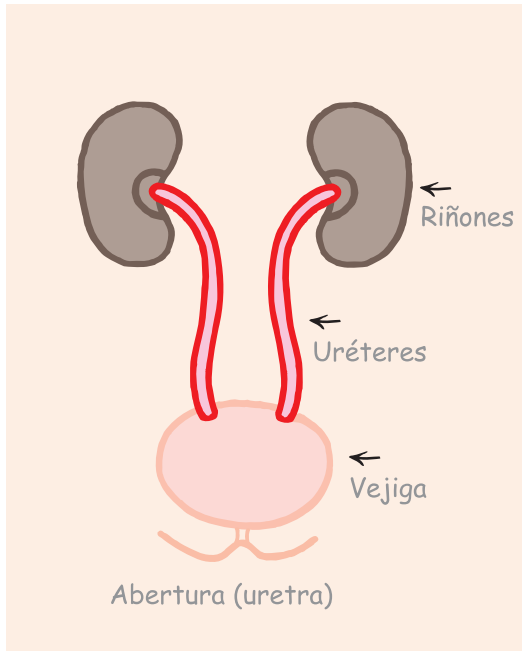


María aprendió a ir rápido en su silla de ruedas. "Miradme" grita cuando pasa por los columpios.

Pedro le sigue en su cochecito. "Vete más despacio" le dice su mamá, "ya estamos llegando".

María adora su nueva y brillante silla de ruedas roja: es la silla de sus sueños.

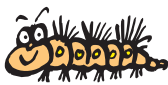
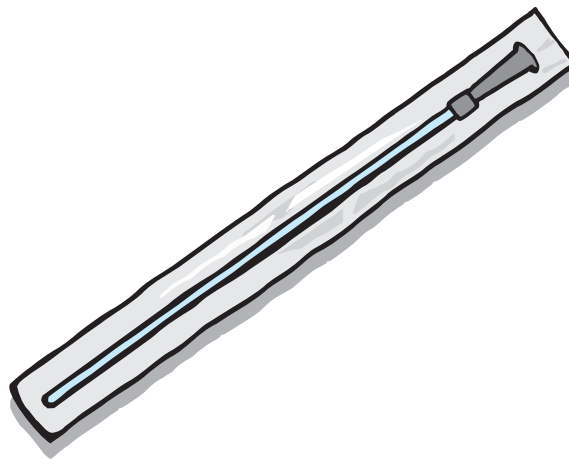




Todos tenemos dos riñones, dos uréteres, vejiga y uretra. La vejiga es como un globo que almacena la orina que llega por los uréteres desde los riñones. Cuando la vejiga se llena tiene que vaciarse para dejar espacio y que el cuerpo produzca más orina.

María necesita una silla de ruedas para desplazarse porque tiene espina bífida. Tener espina bífida significa que las piernas de María funcionan de una forma diferente y por lo tanto no puede caminar y correr como sus amigos.

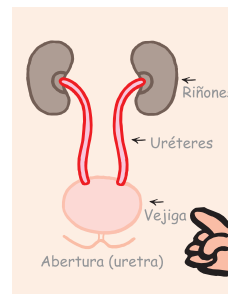
Su vejiga también funciona de una forma particular. María tiene que usar un tubo especial llamado sonda para vaciar su vejiga.



Una enfermera en el hospital le mostró a María cómo usar la sonda. María utiliza un espejo para poder ver que se pone la sonda en el lugar correcto.

Algunas veces necesita ayuda, pero normalmente puede hacerlo todo ella sola. Esto le hace sentirse como una niña mayor e independiente.

María tiene que usar su sonda 4 veces al día. Algunas personas tienen que hacerlo más a menudo y otras no tanto. En ocasiones cuando está jugando se le olvida y su mamá tiene que recordárselo.



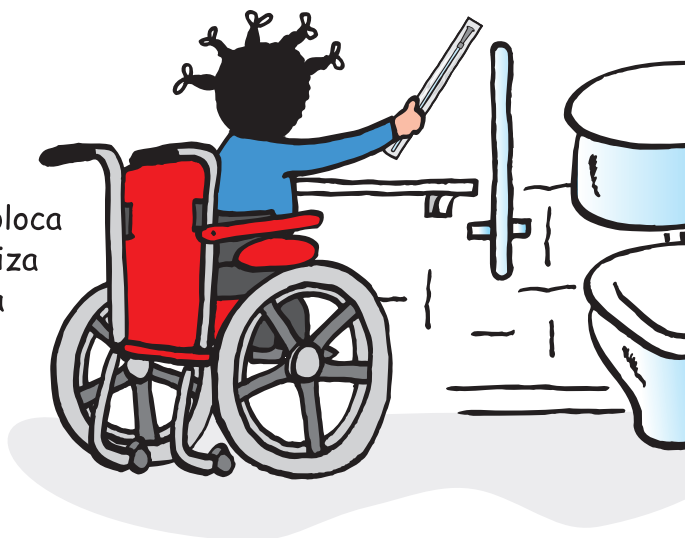


Algunas sondas están lista para usar, y otras pueden necesitar agua o gel lubricante para deslizarse más fácilmente dentro de la uretra.

Cuando María tiene que vaciar su vejiga va al baño y se lava las manos. Después se pasa de su silla de ruedas al inodoro como le enseñó la fisioterapeuta. Tiene agarraderas en la pared para que le resulte más fácil.

María limpia su uretra con una toallita húmeda. Esto ayuda a evitar que entren gérmenes en su vejiga. Después saca la sonda del envoltorio, teniendo cuidado de no tocar la piel ni el inodoro con la sonda.

Sostiene la sonda con cuidado, coloca el extremo en su uretra y la desliza hacia dentro hasta que empieza a salir la orina dentro de la sonda.



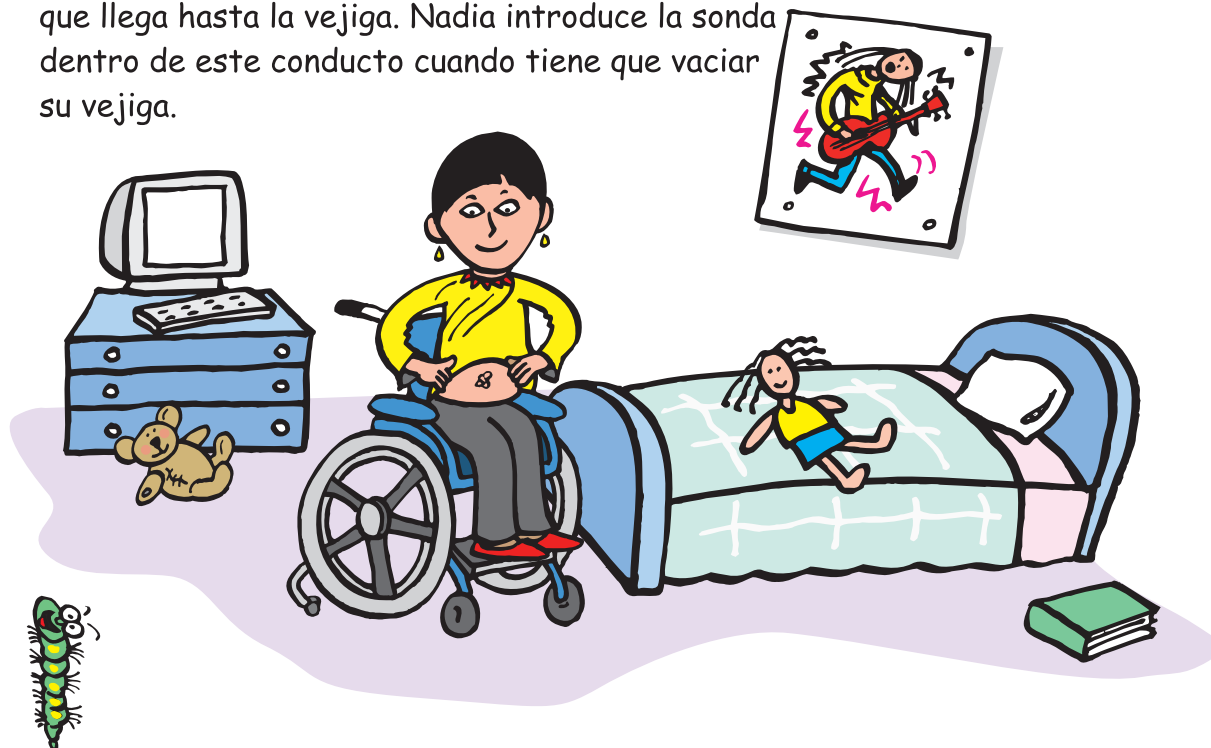
Cuando la orina deja de salir, saca la sonda un poco hacia afuera. Su mamá le recuerda que puede quedar algo más de orina en su vejiga y que debe esperar hasta que deje de salir por completo antes de sacar la sonda.

María saca suavemente la sonda y la tira a la papelera, nunca al inodoro. Después vuelve a su silla de ruedas, se lava las manos otra vez y se va a jugar con sus amigos. Usar su sonda sólo le ha llevado un par de minutos. ¡Prácticamente ni se dieron cuenta de su ausencia!



María tiene una amiga llamada Nadia. Nadia también tiene espina bífida y usa una sonda para vaciar su vejiga, pero de una forma diferente. A Nadia le hicieron una operación llamada Mitrofanoff. Un doctor muy agradable del hospital (urólogo) pensó que esto podría resultar mejor para Nadia.

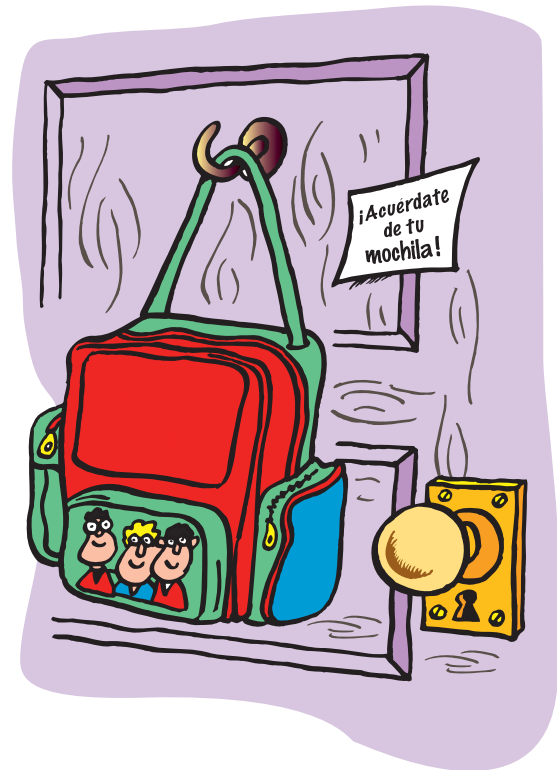
Nadia no se pone la sonda en su uretra. Tiene una pequeña abertura en su abdomen, con un conducto que llega hasta la vejiga. Nadia introduce la sonda dentro de este conducto cuando tiene que vaciar su vejiga.

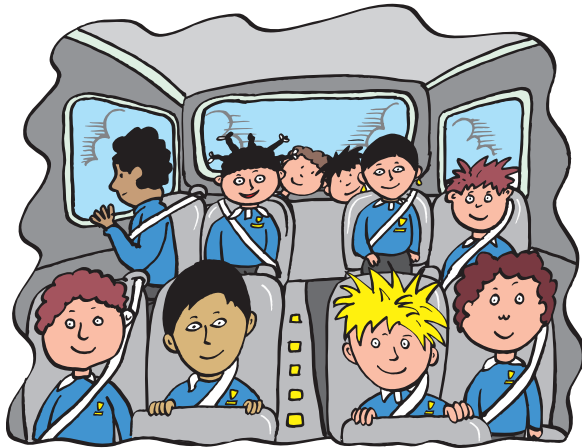


María tiene que acordarse siempre de llevar consigo sus sondas y toallitas húmedas, y también tiene que acordarse de usar la sonda cada 3 horas aproximadamente.

Todos los días antes de ir a la escuela debe asegurarse de que lleva en su mochila el material de repuesto necesario. La noche anterior deja preparada su mochila en el salón lista para la mañana siguiente.

María tiene un reloj de pulsera para acordarse de cuándo tiene que hacerse el sondaje. Su reloj de pulsera vibra, así que sólo ella sabe que es la hora de ir al baño. Antes siempre se asegura de beber agua.





Un fin de semana María y Nadia estaban muy contentas porque se iban de campamento. Para María era muy importante recordar todo lo que le había dicho su mamá sobre cómo usar la sonda y mantenerse seca.

Se quedaron con muchos otros niños en un centro de aventura y durmieron en literas en una habitación con otras seis niñas.

¡María, Nadia y sus amigos disfrutaron mucho en el campamento!





Dieron largos paseos, jugaron en el bosque y se rieron muchísimo.



¡Cuando se hacía de noche se sentaban alrededor de la hoguera!





Y el único momento en el que María se
mojó fue mientras aprendía a navegar.





¡María estaba muy feliz porque pudo usar su sonda sin ayuda! Además se había acordado de utilizarla incluso cuando se iba tarde a la cama.

¡Estaba impaciente por ver a su mamá y a su papá!. Iban a estar muy orgullosos de ella porque podía ponerse su sonda sin problemas.

¡Quizá la próxima vez podría quedarse más tiempo!



Algunas palabras que quizás no conozcas:

Vejiga: es el lugar donde se almacena la orina.

Sonda: un tubo especial que pones dentro de tu vejiga para drenar la orina.

Hacer el sondaje: usar tu sonda.

Gérmenes: pequeñas criaturas tan pequeñas que no se pueden ver pero que te hacen sentirte enfermo.

Hidrocefalia: ocurre cuando el cerebro produce demasiado líquido y el líquido no se drena correctamente.

Riñones: el lugar donde se fabrica la orina.

Mitrofanoff: una operación para drenar tu vejiga a través de un conducto desde tu abdomen.

Espina bífida: una condición que tienen algunos bebés cuando nacen. Los huesos de la columna vertebral no están formados correctamente y las piernas, la vejiga y el intestino del niño no funcionan de forma adecuada.

Urólogo: un doctor que trabaja en un hospital y se especializa en problemas de los riñones y la vejiga de las personas.

Drenar: facilitar la salida de líquido acumulado.









Hollister Incorporated desea agradecer especialmente a la Asociación de Espina Bífida e Hidrocefalia del Reino Unido (Association for Spina Bifida and Hydrocephalus of the United Kingdom), a la Asociación Escocesa de Espina Bífida (Scottish Spina Bifida Association) y a la Asociación de Espina Bífida de Estados Unidos (Spina Bifida Association of America) por su apoyo.



Hollister Ibérica, S.A.

Edificio América

Avda. de Bruselas nº 13, 2ºD

28108 Alcobendas -MADRID

Tel.: 91 383 87 27