

Promise.hr

UDRUGE ZA MEDIJSKO PROMICANJE ISTINE

(https://promise.hr/)



DIJABETES I SPORT (2): OD DISKRIMINACIJE DO SVJETSKIH I OLIMPIJSKIH MEDALJA

Ne ograničavajte djecu s dijabetesom u izboru karijere, ne potičite ih da sami odustanu od sporta! (https://promise.hr/ne-ogranicavajte-djecu-s-dijabetesom-u-izboru-karijere-ne-poticite-ih-da-sami-odustanu-od-sporta/)

OBITELJ (HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/OBITELJ) 20. rujna 2023. | Promise.hr ()

Like Share 11 people like this. Be the first of your friends.

Tweet (https://twitter.com/share?url=https://promise.hr/ne-ogranicavajte-djecu-s-dijabetesom-u-izboru-karijere-ne-poticite-ih-da-sami-odustanu-od-sporta/&text=Ne%20ogranicavajte%20djecu%20s%20dijabetesom%20u%20i) Email Print

Jedna majka mlađahnog nogometaša s dijabetesom tipa 1, požalila nam se da je njen osnovnoškolac posljednjih tjedana, pod paskom novog trenera u zagrebačkom nogometnom klubu, izostavljen iz svih utakmica i prve i druge momčadi, a i na treninzima je počeo raditi odvojeno, iako je prošle sezone nastupao u svim utakmicama svoga godišta. Novi mu se trener u više od mjesec dana nije ni jednom obratio! Njegovi vršnjaci-suiigrači tvrde da zapostavljeni dječak izvrsno ispunjava sve zahtjeve, da je u mnogočemu najbolji, ali on je i dalje odbačen. Je li moguće da se želi obeshrabriti dijete da samo odustane od sporta i aktivnog klupskog nogometa jer je dijabetičar?

Piše: Dražen Boroš

(http://promise.hr/wp-content/uploads/2023/09/SD-plakat-Presentation-169.jpg) Djeca koja su u vrlo ranoj dobi dobila dijabetes, naučila su se rano i posebnom režimu života, silom neprilika discipliniranija su i zrelija od svojih vršnjaka, te žive s motom „dijabetes nije moj neprijatelj, nego moj saveznik“. No, podmuklije od šećerne bolesti katkad može biti okruženje opterećeno neznanjem, predrasudama, ali i komocijom, pa umjesto da bude podrška, svojim pristupom obeshrabruje „djecu na inzulinu“ da odustanu od svojih snova. Okrutno i nedopustivo! Djeca s dijabetesom ne bi smjela biti uskraćena ni u jednom aspektu svog života niti onemogućena u slobodnom izboru svojih karijera.

Borba za jednaka prava svima



„Bio sam potpuno slomljen kada su mi 2015., imao sam tada 22 godine, rekli da ne mogu dobiti profesionalnu boksačku licencu zbog dijabetesa tipa 1. Osjećao sam se očajno, diskriminirano i otuđeno. Prvi razlog zbog kojeg sam se borio protiv te odluke bio je taj što sam zdrava osoba koja živi s dijabetesom. Drugi razlog – dobar sam boksač. I zadnji, a najvažniji, odluka Britanskog boksačkog odbora za kontrolu (BBBC) da mi odbije izdati licencu za profesionalni boks bila je u suprotnosti sa zakonima o jednakosti“, rekao je svojedobno britanski boksač slavnog imena i prezimena, Muhammad Ali. Tri godine kasnije, 2018., Ali će ipak postati prvi britanski boksač s dijabetesom tipa 1 koji je ušao u profesionalni ring. I pobijedio je nakon četiri runde. Bio je to sjajan početak za boksača koji je proveo gotovo tri godine u kampanji da bi dokazao Britanskom boksačkom odboru za kontrolu da njegov dijabetes neće utjecati na njega u ringu. U kampanji za Alijevu profesionalnu licencu sudjelovali su njegov trener, njegov endokrinolog i menadžer.

Što je konkretno zabrinulo BBBC da mu je odbio izdati licencu za ulazak u profesionalni ring?

„Ha, bili su zabrinuti za moje zdravlje i nemogućnost mjerenja glukoze u krvi tijekom boksačkog meča. Dr. Ian Gallen, koji je radio s peterostrukim olimpijskim pobjednikom u veslanju Steveom Redgraveom, koji je usred karijere dobio dijabetes, pridružio se mom timu i puno nam je pomogao. Dao nam je CGM (kontinuirani monitor glukoze) i monitor je pokazao da je moja razina glukoze u krvi stabilna tijekom sparing meča. Morao sam dokazati da sam zdrav dijabetičar s dokazom svog liječnika specijalista. Ja sam bio prva osoba u britanskom svijetu boksa koja se borila za izmjenu propisa, tj. za davanje jednake šanse svima koji se žele natjecati u boksačkom ringu“, rekao je Ali u intervjuu za britanski Diabetes Voice.

Njemu je dijabetes dijagnosticiran u dobi od pet godina. Osjećao se slabo i dehidrirano, često je mokrio.

„Jednog sam dana ušao u hiperglikemiju i roditelji su pozvali hitnu pomoć, odvezli su me u bolnicu gdje je započela moja priča s dijabetesom. U bolnici sam ostao desetak dana, a u međuvremenu su liječnici educirali moje roditelje kako da kontroliraju moj šećer, upravljaju njegovim vrijednostima, te koliko i kakve hrane da jedem. Bio sam jedino dijete u svojoj školi s dijabetesom. Sportom sam se počeo baviti s pet godina, baš u vrijeme kad sam dobio dijabetes. Trenirao sam i natjecao se za lokalne klubove u karateu, nogometu, kriketu i ragbiju. Jako sam natjecateljski nastrojen. Boksati sam počeo sa 12 godina. Boks je oduvijek bila moja strast, u boksu sam odlučujem o sportskom ishodu. Ne mogu se vaditi na suigrače. Ukratko, boks mi daje osobni osjećaj kontrole“, kazao je Ali.

Ima poruku za sve mlade ljude kojima su rekli da ne mogu nešto učiniti jer žive s dijabetesom:

„Ne odustajte! Dijabetes je stanje, a ne bolest i može se dobro kontrolirati. Pretvorite svo znanje koje vam omogućuje tehnologija i živite zdravo! Najvažnije se stalno educirati o dijabetesu i razumjeti kako živjeti zdravim životom. Znam puno više o svome tijelu i svemu

što mu se događa nego što bih znao da nemam dijabetes. Ponekad samo sebe možemo kriviti zato što nismo ostvarili svoj puni potencijal. Okružite se pozitivnim ljudima, oni čine veliku razliku. Vjerujte, ne odustajte od svojih snova, ostvarite ih!", inspirativno završava Ali svoju priču o životu na inzulinu i borbi protiv ipak djelomično diskriminirajućeg sustava.

Jedna majka mlađahnog nogometaša s dijabetesom tipa 1, požalila nam se da je njen osnovnoškolac posljednjih tjedana, pod paskom novog trenera u jednom zagrebačkom nogometnom klubu, izostavljen iz svih utakmica i prve i druge momčadi svoga uzrasta, a i na treninzima je počeo raditi odvojeno od suigrača, iako je prošle sezone nastupao u svim natjecateljskim utakmicama svoga godišta. Novi mu se trener u više od mjesec dana nije ni jednom obratio. Njegovi vršnjaci-suigrači tvrde da zapostavljeni dječak izvrsno ispunjava sve trenerove zahtjeve, da je u mnogočemu najbolji na terenu, ali on je i dalje odbačen.

Je li moguće da se želi obeshrabriti dijete da samo odustane od sporta i aktivnog klupskog nogometa jer je dijabetičar? Zar je ljudski i pedagoški dovesti dijete u stanje da počinje skrivati od drugih svoje senzore i inzulinu pumpu, a samo dva mjeseca ranije taj se isti klinac ponosno vratio iz Poljske sa zlatnom medaljom s jakog međunarodnog natjecanja u futsalu, s tzv. mini europskog prvenstva u reprezentacija dijabetičara?!

Majka ne želi nekom svojom ishitrenom reakcijom odmoći svome djetetu koje živi za nogomet, ali ne može dopustiti niti da njeno dijete pati zbog zapostavljanja i nepravde. I, jednostavno, nije sigurna što bi trebala učiniti.

Na žalost, „mali“ iz ove priče nije usamljeni primjer, postoji previše slučajeva da mladi sportaši s dijabetesom doživljavaju diskriminaciju u svojim sportskim klubovima, i od trenera, pa čak i od suigrača.

Istina je da treneri ili suigrači mogu imati poteškoća u razumijevanju specifičnih potreba i izazova koje mladi sportaši s dijabetesom mogu imati tijekom treninga i natjecanja, ali trenerova je dužnost da se educira. Roditelji djece s dijabetesom ništa ne prepuštaju slučaju, pa su svi u okruženju njihove djece upoznati i usmeno i pismeno s protokolom kako reagirati u pojedinoj situaciji. A ne radi se baš o kvantnoj fizici i izračunu dubine crnih rupa.

Stigmatizacija i izoliranost

Proljetos je u Zagrebu na predstavljanju priručnika Sport & Diabetes, među ostalim, rečeno:

„Treneri su pokazali veliki interes za proučavanje informacija dobivenih u priručniku. Saznali smo zapravo da gotovo svaki sportski klub u Zagrebu ima bar jedno dijete ili više njih s dijabetesom, a treneri nemaju adekvatno znanje kako trenirati tu djecu i omogućiti im da budu najbolji što mogu biti u sportu.“

Na žalost, neki klubovi ili treneri ne pružaju djeci s dijabetesom primjerenu podršku da sigurno i učinkovito sudjeluju u sportu, čak ih zbog straha od komplikacija i odbijaju. Mladi se sportaši stoga zbog svog metaboličkog poremećaja mogu osjetiti, i nerijetko se osjećaju, stigmatiziranim i(li) izoliranim.

Kad roditelj shvati da se njegovo dijete s dijabetesom diskriminira u sportskom klubu, važno je da pristupi situaciji s razumijevanjem, otvorenošću i željom za suradnjom. Evo nekoliko koraka koje roditelj može poduzeti:

1. Ponovite jasno trenerima s kojim se izazovima dijete može susresti tijekom treninga i natjecanja. Podijelite ponovno informacije o dijabetesu, kako se njime upravlja i što treneri trebaju znati da bi pružili sigurno okruženje.
2. Razmislite o konkretnim primjerima diskriminacije kako biste ih mogli jasno iznijeti na sastanku u klubu.
3. Otvorite razgovor s trenerom ili vodstvom kluba s empatijom i pažnjom. Izrazite svoju zabrinutost zbog situacije, naglašavajući da želite najbolje za vaše dijete.

4. Budite konstruktivni, izbjegavajte konfrontacije, ponudite se kao partner u rješavanju problema. Postavite pitanja poput: "Kako možemo zajedno raditi na osiguravanju da se dijete uključi u momčad na najsigurniji način?"
5. Ako primijetite poboljšanja u odnosu prema vašem djetetu, pohvalite trenera ili vodstvo kluba za njihovu podršku. Važno je naglasiti da je cilj ovakvog razgovora osigurati sigurno i uključujuće okruženje za vaše dijete. Komunicirajte s poštovanjem prema treneru i čelnicima, naglašavajući zajednički interes za

dobrobit djeteta.

Ne urodi li plodom konstruktivan pristup, prijavite klub i trenere pravobraniteljici za djecu jer je vaše dijete dovedeno u nepovoljan položaj ili su mu narušena prava i interesi. Ovisno o okolnostima konkretnog slučaja, pravobraniteljica može prosljediti prijavu nadležnim tijelima (policija, DORH, sportska inspekcija, sportski savezi).

NBA, NHL, NFL na inzulinu

Svijet sporta, na sreću svih onih stigmatiziranih i zapostavljenih, bilježi pregršt inspirativnih priča o svjetskim prvacima i olimpijskim pobjednicima na inzulinu, o profesionalnim košarkašima u NBA ligi, o NFL profesionalcima u grubom američkom nogometu, o profesionalnim hokejašima u NHL-u..., opstaju uz dijabetes u najzahtjevnijim sportskim arenama na svijetu. Što je dokaz da se talentom, predanošću, upornošću i pravilnim upravljanjem dijabetesom mogu postizati izvanredni uspjesi na najvišim sportskim razinama. Uz, naravno, puno razumijevanje i podršku sportskih sredina u kojima stasaju, rastu i opstaju.

Ne skrivajte dijabetički senzor!

Dizač utega Matthias Steiner vjerojatno je najistaknutiji njemački sportaš s dijabetesom tipa 1. Dijagnoza mu je postavljena u kolovozu 2000., točno dan prije 18. rođendana. Tortu više nije smio okusiti, a već je bila u frižideru. Rođeni Austrijanac nije se dao pokolebati. Nakon spora s matičnim nacionalnim savezom, počeo je nastupati za Njemačku na Olimpijskim igrama u Pekingu 2008. i osvojio je zlatnu medalju u superteškoj kategoriji.

Steineru je trebalo neko vrijeme da pronađe vlastiti način kako se nositi s dijabetesom, kako prilagoditi terapiju osobnim okolnostima, kako pravilno regulirati prehranu. U početku je inzulin ubrizgavao ručno, sada već godinama nosi inzulinsku pumpu i mjeri razinu šećera u krvi pomoću senzora za glukozu na nadlaktici. Za njega je neskrivanje dijabetičkog senzora dio njegove predanosti društvenom prihvaćanju dijabetesa tipa 1.

Njemica Anja Renfordt, danas 43-godišnjakinja, višestruka je svjetska i europska prvakinja u kickboxingu. Školovana je industrijska službenica i fizioterapeutkinja, završila je obuku za osobnu trenericu i sada podržava brojne projekte, poput organizacije za pomoć mladim dijabetičarima.

„U prve četiri godine nije bilo mjerača glukoze u krvi koje bi moji roditelji mogli koristiti da mi izmjere šećer“, govori Anja koja je dijabetes tip 1 dobila još kao beba, sa samo godinu i pol dana. Svoj prvi mjerač dobila je kada je krenula u školu.

„Bio je ogroman, spremljen u bijeli kovčeg i trebale su mu dvije minute da odredi vrijednosti šećera. To ovih dana zvuči nevjerojatno, ali nije mi ništa naškodilo.“

Živahnu, vrhunsku sportašicu roditelji su oduvijek podržavali u njezinim projektima.

„Uvijek sam bila jako entuzijastična i isprobala sam sve, od taekwonda do satova glazbe.“
Zatim se počela baviti kickboxingom, s velikim uspjehom.

„Osobe s dijabetesom pod određenim uvjetima mogu biti jednako produktivne kao i zdravi sportaši“, naglašava ova moćna žena. „Ako želite biti uspješni u sportu i istovremeno upravljati dijabetesom, potrebna vam je velika motivacija i disciplina. Na kraju krajeva, mogu dobro izvesti i završiti trening samo ako mi je razina šećera u krvi ispravna.“

Inzulinsku pumpu ima od 2006. godine, svoj dijabetes tipa 1 nikada nije doživljavala kao hendikep: „Svoj život s metaboličkom bolešću opisujem kao posebne životne uvjete s kojima sam se uspješno nosila.“

Francuskinja Alizée Agier (29 godina) višestruka je europska i svjetska prvakinja u karateu u kategoriji do 68 kilograma. Na državnoj razini osvojila je naslov čak šest puta zaredom od 2014. do 2019.! Kao aktivna članica Francuske udruge dijabetičara, sportašica se zalaže za to da ljudi koji žive s dijabetesom tipa 1 iskuse što je moguće manje ograničenja u izboru karijere. Jedan od razloga za ovu predanost je taj što je 2016. proglašena fizički nesposobnom zbog dijabetesa tipa 1, iako je uspješno položila prijemni ispit za francusku policiju. No, njezina se upornost kasnije isplatila: u listopadu 2018. Upravni sud u Strasbourgu poništio je odluku i otvorio put za njezin posao iz snova da postane policajka.

„Blagoslovljen sam i sretan“

Pomalo zastrašujuća i složena zbirka izazova otvorila se kao ponor ispred 13-godišnjeg Chada Muma nakon što je saznao da ima dijabetes tipa 1. U toj dobi dijete je sklono pojednostavljivanju kad je to moguće, pa se, nakon što je saznao svoju dijagnozu, bacio na istraživanje je li netko s njegovom bolešću ikada igrao američki profesionalni nogomet.

„Moj san je bio igrati sveučilišni nogomet, a zatim među profesionalcima NFL-u. Počela je moja potraga za NFL igračima s dijabetesom. Pojavio se Jay Cutler. Igrao je za Denver kad mu je dijagnosticirana, a ja sam odrastao u Denveru i to mi je bilo cool.“

Cutler je nastavio igrati idućih 12 godina u NFL-u za Denver Broncose, Chicago Bearse i Miami Dolphinse. U međuvremenu, Muma je uspio ostvariti svoj san, nakon uspješne sveučilišne karijere, danas igra na najvišoj razini, u NFL-u, za Jacksonville Jaguarse.

Njegov se dijabetes spominjao u razgovorima sa skautima, ali nije mu smetao. Njegova duga povijest dobrog upravljanja dijabetesom da bi ostao zdrav odigrala je važnu ulogu u smanjenju skautskih i menadžerskih briga.

„Kada sjednete i razgovarate s NFL ljudima vidite različite razine znanja o dijabetesu“, rekao je Muma. „Zapravo uživam objašnjavati kako se nosim s dijabetesom. Kad to jednom shvate, mislim da im to više nije problem. Sada u NFL-u ima više momaka koji su tip 1. Mark Andrews u Baltimoreu, Noah Gray u Kansas Cityju. NFL razumije da ljudi s dijabetesom mogu igrati u najzahtjevnijoj ligi na svijetu. Blagoslovljen sam i jako sretan.“

Među sportske velikane s dijabetesom spada američki plivač Gary Hall Jr. On je na trima olimpijskim igrama, u Atlanti, Sydneyu i Ateni osvojio ukupno 10 medalja. Često je tijekom karijere isticao:

„Dijabetes je samo jedan aspekt mog života. Ne definira me.“ Gary je dokazao da se s disciplinom i pravilnom brigom o sebi mogu ostvariti nevjerojatni pothvati. On je inspiracija ne samo za sportaše, već i za sve osobe s dijabetesom.

Britanski veslač Steve Redgrave bio je već etablirani sportaš – četverostruki olimpijski pobjednik – kad mu je 1997. dijagnosticiran dijabetes. Upravo se fokusirao na priprema za osvajanje petog olimpijskog zlata u Sydneyu 2000. Najprije se mislilo Redgrave da ima tip 1, počeo je s inzulinskim injekcijama, jer je njegov vrlo aktivan način života značio da se njegov šećer u krvi ne može kontrolirati ni na koji drugi način.

„Kad sam prisustvovao jednoj konferenciji specijalista za dijabetes 2003. godine, rečeno mi je da zapravo imam tip 2. Vratio sam se kući i rekao to svome liječniku, a on mi je odgovorio 'kakve to veze ima'. Ključ je kontrolirati ga, bez obzira na vrstu“, kazao je Redgrave koji je u Sydneyju uspio osvojiti peto uzastopno olimpijsko zlato!

Gary Forbes, rođen u Panami 1985., jedan je od samo trojice košarkaša koji su igrali u NBA ligi, istodobno se noseći s izazovima dijabetesa tipa 1. Ujedno on je i posljednji aktivni igrač s dijabetesom 1 u NBA, u kojem je nastupao za Denver 2010./2011. i Toronto 2011./2012. Kasnije je još desetak godina igrao širom Azije i u Južnoj Americi, a danas je autor serijala slikovnica za djecu kojima ih educira i ohrabruje da dijabetes ne mora biti prepreka da ne bi pokušali ostvariti svoje snove.

I Hrvatska ima svoje „zašecerene“ sportske asove. Najpoznatiji i naš najtrofejniji sportaš s dijabetesom je vaterpoljski vratar Ivan Marcelić koji je s hrvatskom reprezentacijom 2017. postao prvak svijeta. Razgovor s Ivanom Marcelićem, kojem je dijabetes tipa 1 dijagnosticiram sa 10 godina, o njegovom životu sa sportom i metaboličkim poremećajem, objavit ćemo u četvrtom nastavku našeg serijala Dijabetes i sport. U istom nastavku objavit ćemo i priču o Kristini Tomić, danas 28-godišnjakinji, koja je s dijabetesom tipa 1 osvojila prije četiri godine naslov europske prvakinje u taekwondou, samo nekoliko tjedana nakon što joj je potvrđena „šećerna“ dijagnoza.

FOTO: Ilustracija Pixabay

(U idućem nastavku: Razgovor s voditeljicom centra za dijabetes za djecu u Dječjoj bolnici u Klaićevoj, Anitom Uroić Špehar, dr. med., specijalistica, dječja endokrinologinja - dijabetologinja)

Tekst je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz programa 'poticanja novinarske izvrsnosti'

'Rocky' s inzulinskom pumpom živi za nogomet, najveći je trkač gdje god igrao, uzor mu je Modrić (<https://promise.hr/rocky-s-inzulinskom-pumpom-zivi-za-nogomet-najveci-je-trkac-gdje-god-igrao-uzor-mu-je-modric/>)

0 comments

Sort by

Add a comment...

Facebook Comments Plugin

0 comments

Sort by



Add a comment...

 [dijabetes i sport](https://promise.hr/tag/dijabetes-i-sport/) 1 (<https://promise.hr/tag/dijabetes-i-sport/>)

[Muhammad Ali](https://promise.hr/tag/muhammad-ali/) 1 (<https://promise.hr/tag/muhammad-ali/>) [boksac](https://promise.hr/tag/boksac/) 1 (<https://promise.hr/tag/boksac/>)

[treneri](https://promise.hr/tag/treneri/) 1 (<https://promise.hr/tag/treneri/>) [djeca](https://promise.hr/tag/djeca/) 72 (<https://promise.hr/tag/djeca/>)

[diskriminacija](https://promise.hr/tag/diskriminacija/) 12 (<https://promise.hr/tag/diskriminacija/>) [top](https://promise.hr/tag/top/) 1223 (<https://promise.hr/tag/top/>)

NAJNOVIJE



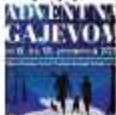
"Jakuševac je tempirana bomba koja može uništiti trećinu grada! Dosta je kretenskog prikrivanja" (<https://promise.hr/jakusevac-je-tempirana-bomba-koja-moze-unistiti-trecinu-grada-dosta-je-kretenskog-prikrivanja/>)

(<https://promise.hr/jakusevac->



Susret studenata iz iseljeničtva upisanih putem posebne upisne kvote (<https://promise.hr/povezivanje-s-domovinom-susret-studenata-iz-iseljenictva-upisanih-putem-posebne-upisne-kvot/>)

(<https://promise.hr/povezivanje->



ADVENT NA GAJEVOM: Predstave za djecu, božićni sajam, projekcije filmova, ples, poezija... (<https://promise.hr/advent-u-gajevom-predstave-za-djecu-bozicni-sajam-projekcije-filmova-ples-poezija/>)

(<https://promise.hr/advent->



Uručene Baščovjek nagrade; 'Dom nade', o kojem smo pisali, i dalje hrabri beskućnike (<https://promise.hr/urucene-bascovjek-nagrade-dom-nade-o-kojem-smo-pisali-i-dalje-prima-beskucnike/>)

(<https://promise.hr/urucene->



Poglavica iz Kameruna u borbi protiv degradacije sportaša na inzulinu (<https://promise.hr/poglavica-iz-kameruna-u-borbi-protiv-degradacije-sportasa-na-inzulinu/>)

NAJČITANIJE



"Jakuševac je tempirana bomba koja može uništiti trećinu grada! Dosta je kretenskog prikrivanja"



Susjedi hrabre psihologinje zgroženi osvetom vladajućih: 'Sram ih može biti! Podrška našoj susjedi...'



Uručene Baščovjek nagrade; 'Dom nade', o kojem smo pisali, i dalje hrabri beskućnike



Prečko već dva mjeseca bez pedijatra, nitko se ne javlja na natječaj



SUZE BESKUĆNIKA IVE razotkrile istinu o silnoj bijedi koja se valja Hrvatskom

Promise.hr

[Naslovnica \(https://promise.hr/\)](https://promise.hr/) • [O nama \(https://promise.hr/o-nama/\)](https://promise.hr/o-nama/) • [Impressum \(https://promise.hr/impressum/\)](https://promise.hr/impressum/) • [Uvjeti korištenja \(https://promise.hr/uvjeti-koristenja/\)](https://promise.hr/uvjeti-koristenja/) • [f \(https://www.facebook.com/portal.promise\)](https://www.facebook.com/portal.promise/)