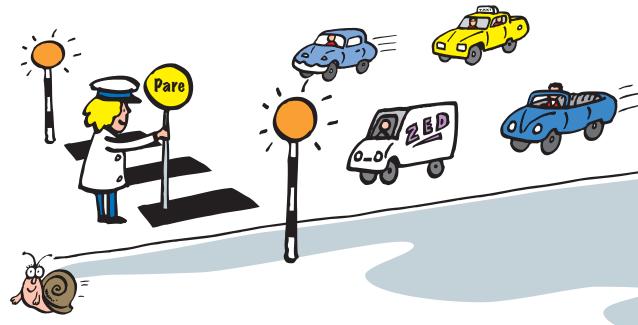


Le gusta cuando toda la familia sale a andar en bicicleta.

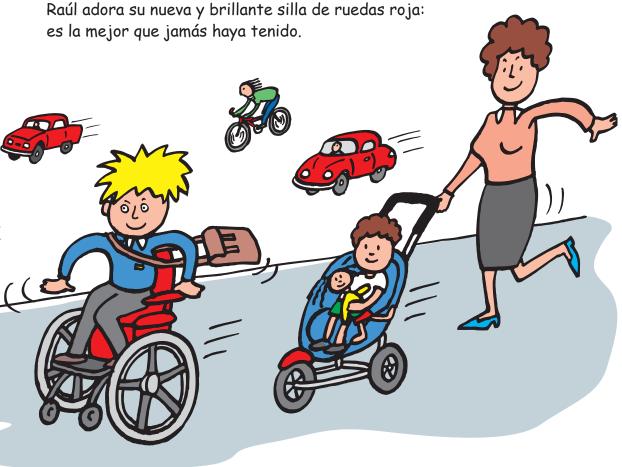
Por sobre todo, le gusta correr carreras con su mamá y con Susi cuando van a la escuela por las mañanas.



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

Susi va rebotando, rebotando en su cochecito. "Ve más despacio" le dice su mamá, "ya casi llegamos".







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

Su vejiga e intestinos tampoco funcionan bien.

Hace ya un tiempo que Raúl va a la escuela. Antes de ir a la escuela, aprendió a sacar la orina de su vejiga usando una sonda. Ahora se mantiene seco en la escuela y esto lo hace feliz.

Sin embargo, algunas veces Raúl se disgusta porque le resulta más difícil manejar su intestino.

Su intestino se tapa con popó, y esto lo hace sentirse cansado y sucio. Después sale popó líquida y tiene que usar un pañal. A veces, sin darse cuenta, isale todo como una gran explosión!



Cuando esto pasa en la escuela, a Raúl le da vergüenza y su maestra tiene que llevarlo con la enfermera escolar para limpiarlo.

Los demás niños se ríen de él y nadie quiere sentarse cerca de Raúl después de un accidente. Tener problemas de intestino significa que a menudo Raúl está preocupado. Le preocupa quedarse a dormir en casas de amigos. Le preocupa ir a lugares que no conoce y conocer gente nueva. Le preocupa ir a nadar por si llegara a pasar un accidente en la alberca.

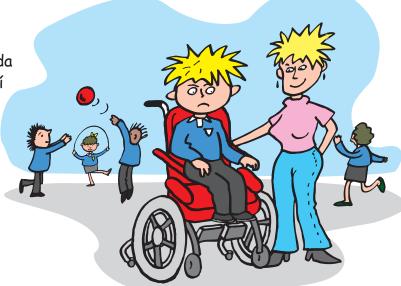


Y en verdad, no le gusta usar un pañal.

"Soy como un bebé" dice llorando, "Quiero usar ropa interior como

un niño grande".

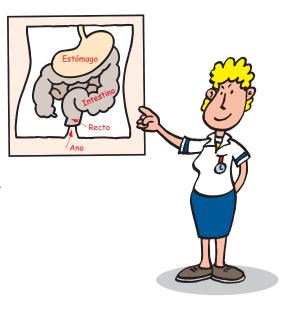
Su mamá decide que es tiempo de que Raúl aprenda a manejar su intestino, así que van a la clínica a reunirse con la enfermera que sabe cómo ayudarlo a manejar el intestino.



La enfermera le explica a Raúl que todos tienen un lugar en su cuerpo llamado intestino que es donde se hace la popó. Cuando el intestino está lleno tiene que vaciarse porque el cuerpo sigue haciendo popó de la comida que comemos.

Raúl entiende que es importante participar en un programa para el intestino. Esto lo ayudará a hacer popó de manera más regular y menos inesperada. La mamá de Raúl toma algunos materiales que le entrega la enfermera sobre cómo mantener blanda la popó para que pueda salir más fácilmente.

Raúl tendrá que tomar un medicamento para ayudarlo a hacer popó en forma regular y mantenerla blanda.

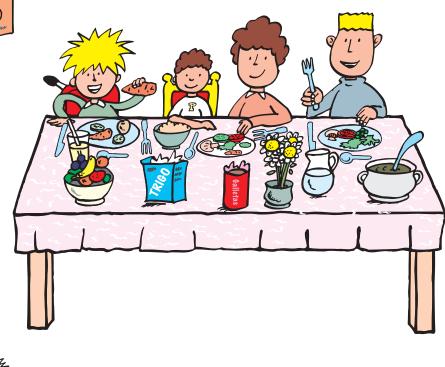




Raúl también tiene que comer comidas que tengan fibra iincluso si no son siempre tan ricas como otras cosas! Tiene que comer mucha fruta y verdura todos los días para ayudar a que su popó sea blanda y regular.

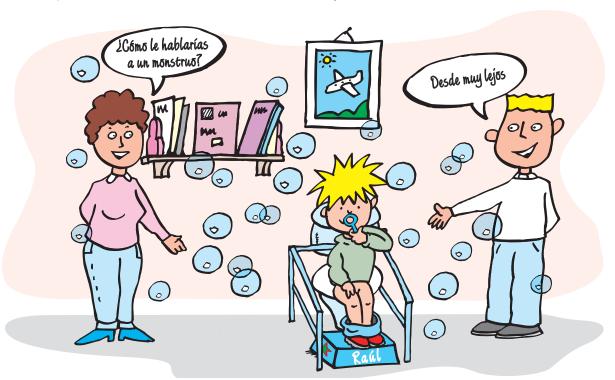


Raúl se siente orgulloso y recuerda que también tiene que tomar muchos líquidos, ya que esto también ayuda a mantener la popó blanda. Su bebida favorita es el jugo natural de naranja.



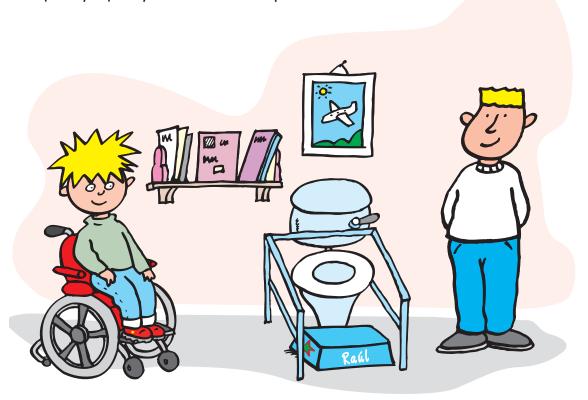
Algunos días Raúl tiene que sentarse en el inodoro durante mucho tiempo antes de poder movilizar el intestino. Su mamá puso un revistero en el baño junto con muchos de los juguetes e historietas favoritas de Raúl.

A Susi también le gusta usar el baño de Raúl iporque allí hay una botella para hacer burbujas! Soplar para hacer burbujas ayuda a los músculos de la barriga de Raúl a empujar la popó hacia fuera. La enfermera del hospital dice que toser y reírse también ayuda, iasí que su mamá le cuenta chistes tontos para hacerlo reír!



El papá de Raúl dice que el inodoro es su trono, porque tiene barandales a los lados para evitar que se caiga, un asiento especial blando para que sus pompas no le queden adoloridas y un pequeño banquito para apoyar los pies para que no le queden colgando. Él está muy orgulloso de su banquito ya que ayudó a su mamá a pintarlo.



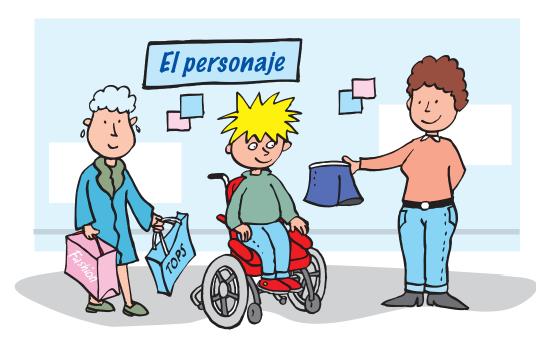


Juan, el amigo de Raúl, también tiene espina bífida. A Juan le hicieron una operación llamada un A.C.E. para ayudarlo con el programa para el intestino. El doctor del hospital pensó que esto funcionaría mejor para Juan. Él tiene una pequeña abertura en su piel (llamado estoma), que tiene un pasaje que va hasta su intestino.



La mamá de Juan lo ayuda a poner un tubo en este pasaje y pasa algo de líquido hasta su intestino. Esto facilita la salida de la popó hacia afuera del intestino de Juan. A veces Juan tiene que sentarse en el inodoro durante mucho tiempo igual que Raúl, iasí que también tiene libros y juguetes en su baño!





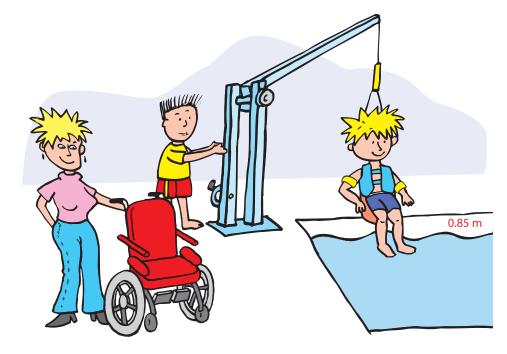
iiMiren a Raúl!!

iAhora que está limpio y seco puede hacer de todo e ir a todos lados!

Él, su mamá y su abuela fueron de compras para comprar ropa nueva. Compraron ropa interior con autos y jeans muy de moda. ¡Raúl también recibió un nuevo traje de baño, que está super! Raúl decide unirse al equipo de natación en la escuela. Unas semanas más tarde, su mamá, su papá y Susi van a la piscina a ver el encuentro de natación.

Susi piensa que Raúl se ve muy bien con su traje de baño. El entrenador ayuda a Raúl a meterse en la piscina con un elevador especial para que pueda prepararse para su carrera.

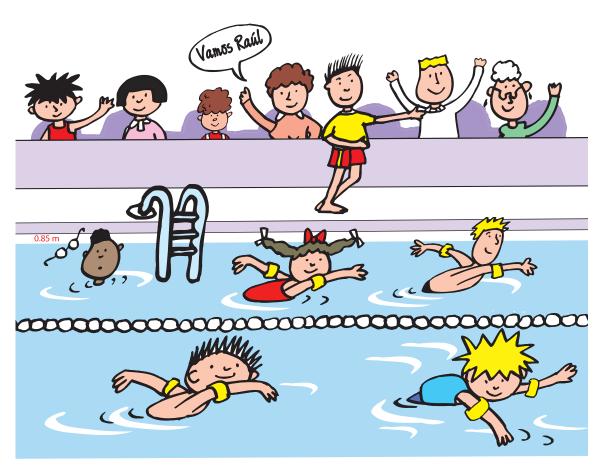






iSuena el silbato para largar la carrera! iRaúl nada lo más rápido que puede!

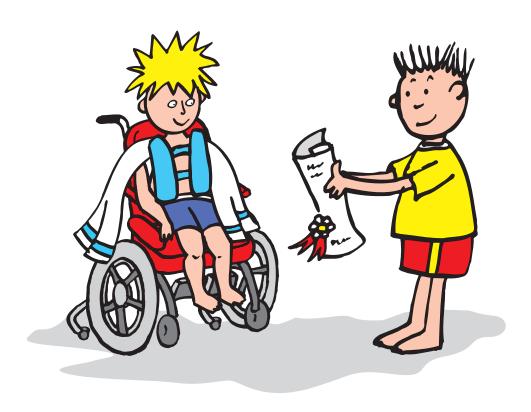
"Vamos Raúl", grita su abuela, y después "Hurra, Hurra" porque iRaúl gana la carrera!



Raúl está tan orgulloso de sí mismo. Se esforzó mucho para asegurarse de no mojarse más y no tener más accidentes.



iAhora tiene su primer medalla en natación!



Algunas palabras que quizás no conozcas:

ACE: sigla de Antegrade Continence Enema (enema retrógrado de continencia), una operación que permite lavar la popó de tu intestino a través de una abertura en tu abdomen que va hasta tu intestino.

Tapones anales: están hechos de una espuma blanda y cómoda. Se colocan adentro de las pompas para evitar que salga la popó. Pueden usarse cuando vas a nadar. Es necesario que tu doctor te los recete.

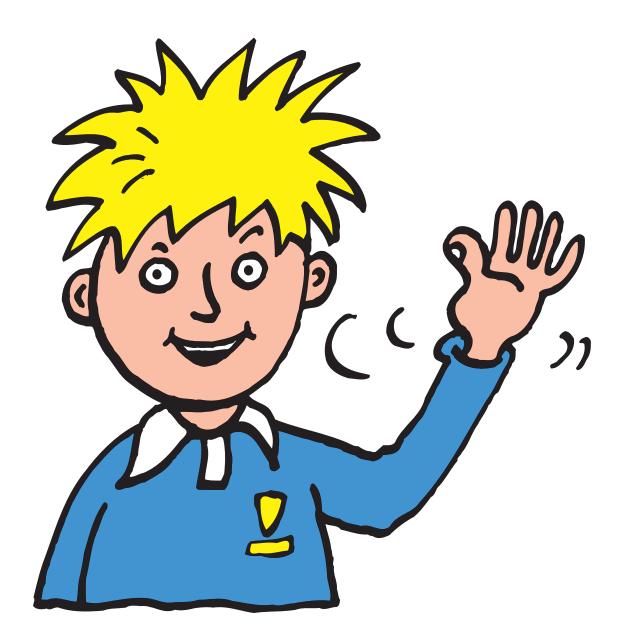
Intestino: el lugar de tu cuerpo donde se fabrica y se guarda la popó.

Fibra: alimentos que son buenos para tu intestino.

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 en forma adecuada.

Estoma: una abertura en la parte exterior del cuerpo con un pasaje hacia el interior.







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



Hollister Incorporated 2000 Hollister Drive Libertyville, Illinois 60048 USA 1.800.323.4060

Distribuido en Canadá por Hollister Limited 95 Mary Street Aurora, Ontario L4G 1G3 1.800.263.7400

www.hollister.com