

# LA DIABETES NO ES EL LÍMITE

A falta de unos días para que comience una nueva edición de la Titan Desert, ya está todo preparado para completar uno de los muchos retos que se completarán en ella, pero entre los que destaca el que llevará a Antonio Lledó a completar una de las carreras en MTB más duras del mundo siendo diabético.

El objetivo que le ha llevado a plantearse realizar esta carrera no es otro que el motivar y demostrar que la diabetes no es el límite, ya que como el nos comenta, somos nosotros lo que debemos de marcarnos esos límites y no nuestra enfermedad. Hoy en día la diabetes está considerada la pandemia del siglo XXI y se estima que hay más de 400 millones de personas que tienen diabetes, y en muchos de esos casos son niños y adolescentes. Por ello con este reto Antonio pretende acercar los beneficios del deporte con un buen control, demostrar los beneficios de la actividad física para mejorar la calidad de vida de una persona con diabetes, pero sobretodo la importancia de incluir el deporte dentro del tratamiento para una persona diabética.

Serán más de 700km a lo largo de 6 etapas donde Antonio se ha preparado no solo físicamente, también para poder controlar perfectamente su enfermedad en un entorno tan hostil como lo puede ser el desierto del Sahara (Sur de Marruecos). Durante más de un año ha trabajado el aspecto físico, acumulando kilómetros y siempre con el mismo mensaje, que la diabetes no puede frenarnos. Su experiencia le ha llevado en otros años a este mismo lugar, realizando 450km por el sur de Marruecos en la Sahara bike, 600km por la cordillera del Taurus en Turquía, a cruzar la península en bici o a varios maratones.

Gracias a esta experiencia consigue afrontar con seguridad una prueba de estas características, pero lo más duro y mucho más importante es el trabajo previo con su endocrino Javier González, médico asesor de la Asociación de diabéticos de Cartagena y responsable de todo el control y ajustes de las pautas que llevará durante la carrera.

Para poder lograr su reto está siendo apoyado por empresas y laboratorios especializados en la diabetes, entre los que destaca SocialDiabetes, el principal patrocinador y que gracias a su App registrará todas las glucemias durante cada etapa para crear un informe final donde estudiar el comportamiento de su enfermedad. Junto a ella también dispondrá del Dexcom gracias a Novalab ibérica, un medidor de glucosa continuo que le permite saber sus niveles cada cinco minutos y que completará el estudio. Todo el equipamiento deportivo para una prueba de este tipo ha sido gracias a la colaboración de la tienda de ciclismo Online Retto.com, quien ha apostado por historias humanas, retos personales que se mezclan con el deporte y que aportan un valor al mismo.

Una vez finalizado, sea finisher o no, pretende que su estudio y sobretodo experiencia llegue al máximo posible de personas con diabetes, y demostrar como con un buen control cualquier cosa es posible. Con esto pretende seguir con una gran labor que durante mucho tiempo lleva difundiendo el equipo de diabéticos, DT1TEAM.ORG al cual pertenece y que difunden esos mismos valores día tras día en cada una de las pruebas en las que participan. Compuesto únicamente por diabéticos, tratan de ayudar y motivar a la práctica deportiva para todo aquel que quiera superarse y luchar con su enfermedad.

Todos los detalles de la carrera se podrán seguir en su blog [www.antoniolledo.com](http://www.antoniolledo.com), [facebook.com/alledolopez](https://facebook.com/alledolopez) y [twitter.com/alledolopez](https://twitter.com/alledolopez)

