

## **Un joven diabético recorre el mundo para demostrar que estos pacientes pueden hacer todo lo que se propongan**

MADRID, 18 DIC.

El madrileño Javier Pérez, de 29 años, ha iniciado una vuelta al mundo de un año de duración con el objetivo de demostrar que quienes padecen diabetes pueden hacer cualquier cosa que se propongan siempre y cuando sigan unas pautas y unos controles adecuados.

Javier contará con el apoyo de la compañía de cuidados sanitarios Novo Nordisk y con la Asociación de Diabéticos de Madrid, que le facilitará su red de contactos con asociaciones similares en el extranjero y le resolverá las dudas sobre diabetes que puedan surgirle en el viaje.

El trayecto ha comenzado con un vuelo entre Madrid y Quito, desde donde el joven y una acompañante emprenderán un recorrido en transporte público por seis países sudamericanos antes de dirigirse a la Polinesia Francesa camino de Nueva Zelanda y Australia, y a partir de abril de 2015, continuarán por más de una docena de países asiáticos hasta volver a España en noviembre de ese año.

El equipaje de Javier incluye estuches de conservación en frío de los dispositivos de administración de la insulina, pero sólo una parte de las dosis de ésta que necesitará, dada la imposibilidad de cargar con todas ellas. Su plan de viaje prevé encuentros periódicos con amigos que, procedentes de España, le irán suministrando el resto de dosis. Lo que siempre llevará encima es un certificado médico, en español e inglés, para asegurarse el paso con la insulina por aduanas y controles de seguridad de los aeropuertos.

Para el adecuado control de la diabetes, es necesaria la realización de ejercicio físico y una dieta equilibrada, por lo que Javier tratará de ir equilibrando la cantidad de hidratos de carbono que consuma con la de la insulina administrada a fin de minimizar el riesgo de hiperglucemias e hipoglucemias.

Sin embargo, en el caso de hipoglucemias graves, Javier lleva también azucarillos, geles de glucosa e incluso glucagón, un inyectable que eleva rápidamente el nivel de glucosa. Además, su acompañante tiene conocimientos sobre la administración de todo ello por si fuera precisa su asistencia.

La vuelta al mundo de Javier puede seguirse a través de los 'posts' que irá escribiendo en un blog creado por su acompañante ([www.unaideaunviaje.com/category/vuelta-mundo](http://www.unaideaunviaje.com/category/vuelta-mundo)), desde el que también ofrecerá, a través de otra sección, consejos basados en su experiencia a otros viajeros con diabetes.