

Comienza el Reto 'Camina por la Diabetes a Santiago 2018'

- Se trata de un proyecto para fomentar la actividad física entre las personas con diabetes, promovido por la Fundación para la Diabetes, con el apoyo de Novo Nordisk y de asociaciones de personas con diabetes de distintas provincias
- Participantes de este reto formarán parte de un estudio científico coordinado por Serafín Murillo, asesor en Nutrición y Deporte de la Fundación para la Diabetes, e investigador en la Unidad de Diabetes y Ejercicio del CIBERDEM del Hospital Clínic de Barcelona



Madrid, 22 de enero de 2018.- Durante los próximos cuatro meses, un grupo de personas con diabetes tipo 1 y tipo 2 pertenecientes a diferentes asociaciones participará en un programa de entrenamiento físico para preparar el '**Reto Camina por la Diabetes a Santiago**'. Se trata de una iniciativa promovida por la Fundación para la Diabetes con el apoyo de Novo Nordisk, que tiene como principal objetivo cambiar la mentalidad del mayor número posible de personas con diabetes, motivándoles e inculcándoles la necesidad de incorporar el ejercicio físico a su vida

cotidiana y, al mismo tiempo, transmitirles el mensaje de que con diabetes se puede hacer deporte y superar cualquier reto.

Este proyecto consta de dos itinerarios diferentes -el *Camino Portugués* y el *Camino Navarro*- y ambos contemplan un periodo de entrenamiento previo supervisado por uno o varios médicos o educadores. En el caso del *Camino Portugués*, contará con la participación de un grupo de personas de asociaciones de Madrid, Valladolid, Zamora, Zaragoza y Galicia entre otras, que recorrerá siete etapas entre la localidad de Tui y Santiago de Compostela del 2 al 9 de junio.

En paralelo, en el segundo itinerario participará otro grupo de personas de asociaciones de diabetes de Navarra, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, y el Bierzo entre otras. Este grupo realizará el mismo entrenamiento y participará en seis etapas del *Camino Navarro*. En este caso, el reto de la Fundación para la Diabetes ha sido organizado en colaboración con la Asociación Navarra de Diabetes (ANADI) y la Fundación Bas van de Goor. Este recorrido tendrá lugar del 27 de mayo al 3 de junio, partiendo desde Roncesvalles hasta llegar a Logroño.

Investigación científica

Participantes de este '*Reto Camina por la Diabetes a Santiago 2018*' formarán parte de un estudio científico que analizará los beneficios de realizar actividad física en la mejora del control de la diabetes tipo 1 y 2 tanto durante el programa de entrenamiento como en las diferentes etapas del Camino de Santiago. Esta investigación será coordinada por **Serafín Murillo**, asesor en Nutrición y Deporte de la Fundación para la Diabetes, e investigador en la Unidad de Diabetes y Ejercicio del CIBERDEM del Hospital Clínic de Barcelona. En su opinión, "la práctica de ejercicio físico de forma regular tiene muchos efectos beneficiosos para los pacientes con diabetes, incluso más allá de los relacionados con la mejora del control glucémico".

En las diversas caminatas se contará con la asistencia voluntaria de distintos profesionales de la salud relacionados con esta patología como médicos, enfermeras, fisioterapeutas y dietistas, entre otros. Además, después de cada jornada del Camino se realizarán sesiones formativas, en las que los participantes podrán compartir experiencias y aprender a controlar mejor su diabetes.

¿Qué es la diabetes?

La diabetes es una enfermedad crónica que se caracteriza por la presencia de niveles elevados de glucosa en sangre. Esto ocurre porque el páncreas no produce suficiente insulina o porque el organismo no puede utilizar eficazmente la insulina que produce. La insulina es la hormona que permite que la glucosa penetre en las células y pueda ser utilizada para producir energía, con lo que, si falta o no actúa convenientemente, la glucosa se acumula en la sangre.

La diabetes se ha convertido en la gran amenaza del siglo XXI. Hábitos de alimentación poco saludables y el aumento del sedentarismo de la población están provocando un importante incremento de personas con diabetes tipo 2. Ante esta situación los profesionales médicos, las instituciones sanitarias y las organizaciones relacionadas con la diabetes insisten en la necesidad de una acción conjunta para revertir esta tendencia.

Acerca de la Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la enfermedad y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida. La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad. <http://www.fundaciondiabetes.org/prensa>

Sobre Novo Nordisk

Novo Nordisk es una compañía global de cuidados sanitarios con más de 90 años de innovación y liderazgo en el cuidado de la diabetes. Este patrimonio nos ha proporcionado la experiencia y capacidades que también nos permiten ayudar a erradicar otras condiciones crónicas severas como la hemofilia, trastornos del crecimiento y obesidad. Con sede en Dinamarca, Novo Nordisk emplea a aproximadamente 42.000 personas en 77 países y comercializa sus productos en más de 165 países. www.novonordisk.es

Más información:

www.fundaciondiabetes.org

info@fundaciondiabetes.org

Tel. 91 360 16 40

Síguenos en:

Facebook:www.facebook.com/fundacionparaladiabetes

Twitter:[@fundiabetes](https://twitter.com/fundiabetes)

Contacto de prensa: Torres y Carrera.

Paula Pérez / Ángela Rubio. Tel. 91 590 14 37 / 677 82 12 09

pperez@torresycarrera.com / arubio@torresycarrera.com