

Personas con diabetes de toda España recorren virtualmente Málaga durante el mes de octubre

- La [red social Haciendo Camino](#), de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk, incorpora un nuevo reto que consiste en caminar, vivas donde vivas, 53 km, equivalentes a cuatro etapas virtuales por la provincia.
- El ejercicio físico es uno de los pilares clave para el control de la diabetes, junto al control glucémico, el tratamiento y una dieta saludable.

Madrid, 13 de octubre de 2022.- Málaga se une al reto de la red social [Haciendo Camino](#). De esta forma, personas con diabetes de toda España podrán caminar virtualmente durante este mes de octubre por lugares emblemáticos de la provincia de Málaga. Puesta en marcha por la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN), es la primera red social creada en España para formar a las personas con diabetes y sensibilizar al resto de la población sobre la importancia de abandonar el sedentarismo.

Hoy es más importante que nunca seguir promoviendo unos hábitos de vida saludables. “Y es que, tanto para prevenir como para el tratamiento de la diabetes, la dieta y el ejercicio son pilares básicos. Por tanto, es necesario que las personas con diabetes se mantengan activas físicamente y tengan una alimentación equilibrada”, explica el profesor Jaume Picazos, patrono de la FDNN.

Con la colaboración de Abbott, este nuevo reto consta de 4 etapas, de una media de 15km, durante las cuales el caminante podrá conocer, mediante fotos, vídeos e información sobre el lugar, diferentes enclaves malagueños:

- Etapa 1. Etapa circular por los Montes de Málaga (14km).
- Etapa 2. Caminito del Rey – Desfiladero de los Gaitanes (14km).
- Etapa 3. Cascada de La Rejía (10km).
- Etapa 4. Antiguos Cortijos y Minas de Agua de Málaga (15km).

Cualquier persona puede sumarse al reto, el cual está pensado para contabilizar el ejercicio físico realizado desde casa o al aire libre. Para ello, hay que subir al perfil de la red social una foto de una aplicación en la que se visualicen los pasos/km y la fecha. Unos pasos virtuales con los que ir recorriendo el camino hasta llegar a completar la distancia real que existe entre los lugares de salida y llegada de cada una de las etapas del reto.

Fomentando la educación diabetológica

El deporte y mantenerse físicamente activo es una parte importante para el manejo de la diabetes. Para Esther Galicia, presidenta de la Asociación de Diabetes de Málaga (ADIMA), “los hábitos de vida saludable son una herramienta indispensable para el buen manejo de la enfermedad una vez detectada, y también para la prevención de su aparición en el caso de la diabetes tipo 2”.

Asimismo, el 11 de noviembre, de la mano de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk, la Asociación organiza una Jornada para formar e informar sobre esta enfermedad. Como incide su presidenta, “este tipo de actividades permiten visibilizar la enfermedad y da un impulso para la detección precoz de la diabetes tipo 2. Hay que recordar que, según las autoridades sanitarias, está infradiagnosticada y una detección precoz ayuda a un mejor tratamiento y pronóstico de la misma”.

Si no se controla adecuadamente, esta enfermedad puede producir complicaciones muy graves. Enfermedades cardiovasculares, amputaciones o pérdida de visión son algunas de las patologías que hacen más dependientes a las personas que las padecen. “Por tanto, sin generar miedo, tenemos que concienciar de la importancia de un control adecuado de la misma. Y es que, pese a su elevada prevalencia, todavía existe la creencia popular de que tener diabetes es sólo tener el azúcar un poco alto”, afirma el profesor Jaume Picazos.

Acerca de Abbott

Abbott es un líder sanitario a nivel mundial que ayuda a las personas a vivir más plenamente en todas las etapas de la vida. Nuestra cartera de productos que cambian la vida abarca todo el espectro de la atención sanitaria, con negocios y productos líderes en diagnóstico, productos sanitarios y productos nutricionales. Nuestros 113.000 profesionales atienden a personas en más de 160 países.

Si desea saber más entre en <https://www.es.abbott/>

Acerca de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN)

La Fundación para la Diabetes Novo Nordisk es una entidad privada sin ánimo de lucro que aúna los más de 20 años de actividad de la española Fundación para la Diabetes y el casi un siglo de experiencia en todo el mundo de Novo Nordisk. Tiene la misión de contribuir al mejor desarrollo de la sanidad española favoreciendo la generación y divulgación del conocimiento al servicio de los ciudadanos y, concretamente, a los que padecen diabetes, sirviendo como foro de encuentro de todos los colectivos implicados en la diabetes y mejorando la vida de las personas con diabetes a través de una mejor educación para la salud y del desarrollo de una sociedad más saludable. Para más información: www.fundaciondiabetes.org



Para más información:

Mónica Villegas

Cícero Comunicación

T. 91 750 06 40

Silvia Muñoz

FDNN

T. 616 92 44 92

www.fundaciondiabetes.org