

ESPÍRITU 'DIATLETIC'**'Mi amiguita la diabetes'**

- **David debutó a los 31 años con esta enfermedad y convive pacíficamente con ella**
- **Su próximo reto es correr la Maratón del Sáhara y llevar hasta allí ayuda solidaria**

JOSÉ RAMÓN SUÁREZ

MADRID.- Que te diagnostiquen una enfermedad crónica es una conmoción. ¡Eres diabético! Ahora, a convivir con ella. A David Jiménez se lo dijeron hace cinco años cuando tenía 31, sin embargo lo asumió bien desde el principio, hasta el punto de que la llama "mi amiguita la diabetes" sin ironía alguna. Y se ha convertido en un ejemplo de como conjugar los tres pilares básicos de su tratamiento: medicinas, dieta y ejercicio.

Antes de que le diagnosticaran la diabetes ya hacía ejercicio, pero no tanto como ahora, que combina varias actividades: atletismo, ciclismo, badminton. Es la representación del espíritu Diatletic, un equipo de deportistas aficionados que surgió a través de los seminarios de la [Fundación para la Diabetes](#) hace tres años. Dentro del grupo Diatletic convive gente "haciendo halterofilia, natación, parapente, bailes de salón... lo importante es que a la vida sedentaria se incorpore algo de actividad física", nos dice Jiménez.

David colabora con médicas y enfermeras dando ponencias a otros diabéticos y considera que el mensaje paciente a paciente es muy útil: "no se trata de hacer mañana el Camino de Santiago", cuenta sobre sus charlas "pero hay que hacer deporte, algo, lo que sea, una actividad física mínima".

Reto: Maratón del Sáhara

Hace dos años recorrió en una semana los últimos 150 kilómetros del Camino de Santiago, realizando cada día una media maratón. Este abril ha corrido la maratón madrileña. Y el año próximo su gran reto es realizar la Maratón del Sáhara que anualmente se celebra en el desierto africano, conocida por su carácter solidario, en el que han participado Abel Antón y Martín Fiz en sus últimas ediciones.

Para ello irá acompañado de dos endocrinólogas (Puri y Marta) y una enfermera (Carmen) que velarán por él y analizarán su comportamiento en la carrera. Acudirán además, Raquel, su pareja y Roberto, un amigo, que además de participar en la competición se encargarán de hacer un reportaje audiovisual "al estilo 'Mi cámara y yo'" según nos comenta el deportista.

Controlarse la diabetes varias veces al día, lo que para David es lo habitual, con una gotita de sangre en su medidor de glucosa, resulta excepcional en aquellas latitudes. Así cuenta impactado "que hay un señor con una motocicleta que pasa cada dos meses por los poblados a ver la glucemia que tiene la gente. Entre esos dos meses, alguno se queda en el camino".

De manera que el objetivo no es solo deportivo, sino también solidario, pues Jiménez está en contacto con la asociación del pueblo saharauí para que le informen sobre el material relativo a la diabetes que les hace falta tener allí. Su meta es obtener luego ayuda de instituciones públicas y privadas para proveerles de aquellas cosas de las que estén necesitados.

Al hablar de la intendencia para su viaje explica las precauciones que todo diabético debería tener en sus desplazamientos, como "la traducción al inglés del informe médico y luego todo multiplicado por dos o por tres, las insulinas, los medidores de glucosa, llevarlo repartido si vas acompañado y si vas solo, tener un kit contigo y otro en el equipaje".

La idea de esta maratón solidaria surgió cuando conoció a Teresa Lord, presidenta de la Asociación Compostelana para Diabéticos. Para David, Teresa es "una 'crack' de mujer, desarrolla actividades solidarias en Marruecos y recientemente acaba de publicar un libro de cocina tradicional gallega para diabéticos". Cuando ella le dijo: "Tienes que venirte al Sáhara", David contestó "allá que me voy".