



O.J.D.: 51764
E.G.M.: 320000
Tarifa: 2530 €
Área: 177 cm2 - 36%



Fecha: 01/04/2013
Sección: MUJER
Páginas: 37

TOMA EJEMPLO



© Isidre Lafina 2011

Beatriz García Berché UNA DIABÉTICA EN LOS 4 DESIERTOS

Beatriz García Berché es la única mujer española que (de momento) se ha atrevido con la "4Deserts", una de las pruebas más duras del mundo, y además, es diabética desde los 10 años. La prueba consiste en atravesar los 4 desiertos con los climas más extremos del planeta. Mientras hacíamos esta revista, Beatriz se enfrentaba al desierto de Atacama, en Chile (250 km en 6 etapas por el desierto más seco del mundo cargando con toda la comida y la insulina que va a necesitar). En mayo se enfrentará al desierto de Gobi, en China (el más ventoso) y en 2014 correrá en el Sáhara, en Egipto (el más caluroso) y en la Antártida (el más frío).

"Para mí la diabetes no es ningún impedimento, y mucho menos para practicar deporte, que es mi gran pasión. En el desierto haré lo que hago siempre: cuidar mi alimentación, estar bien hidratada y controlar mis niveles de glucosa e insulina. Por suerte, ahora se está avanzando mucho en el desarrollo de productos específicos para personas con diabetes que tienen en cuenta nuestras necesidades concretas".

Puedes descubrir más sobre la carrera en www.4deserts.com

Para afrontar el reto, Beatriz cuenta con la colaboración de DiaBalance, que ofrece un apoyo integral a los diabéticos. Si padeces esta enfermedad, en su web puedes encontrar pautas para disfrutar del ejercicio plenamente y sin peligro. www.diabalance.com
¡Buena suerte, Beatriz!