



O.J.D.: 85541
E.G.M.: 430000
Tarifa: 4003 €
Área: 360 cm2 - 40%

«En Groenlandia probaré cómo respondo a los cambios bruscos de temperatura»

NERVIÓN-IBAIZABAL

Susana Ruiz, una joven diabética de Basauri que el pasado año subió al Everest, pondrá su cuerpo al límite en una expedición por los fiordos

LEIRE PÉREZ

BASAURI. La basauritarra Susana Ruiz, de 32 años, volverá en agosto a poner su cuerpo al límite para demostrar que «la diabetes no es un obstáculo a la hora de practicar deporte en condiciones extremas». Tras la experiencia del año pasado, en la que participó en un trekking hasta el campo base del Everest, ahora cambiará de rumbo e intervendrá en una expedición por los fiordos de Groenlandia. Durante los últimos meses ha preparado una ruta en la que estudiará cómo responde un cuerpo diabético desde los once años –en su caso de tipo 1, el más delicado– a las gélidas condiciones de esta región de la América septentrional. Por la noche, la temperatura caerá hasta menos diez grados bajo cero y la basauritarra dormirá en una tienda de campaña.



Susana Ruiz ya se plantea afrontar el año que viene una expedición a la cima del Montblanc. :: S. R.

El viaje, que durante quince días realizará junto a otras personas no diabéticas por el sur del país y en el que, entre otras actividades, deberá aprender a pescar y recolectar comida, incluirá desde trekking por zonas verdes y sin nieve hasta largas caminatas por glaciares y sobre hielo. Cada día tendrá que montar el campamento base. «El año pasa-

do el principal problema para una persona como yo era la altitud. En esta ocasión veremos cómo influyen los cambios bruscos de temperatura y el frío, porque creemos que responderé de forma diferente», puntualiza Ruiz.

Como ya hiciera en la expedición al Everest, esta joven basauritarra intentará demostrar que no está con-

dicionada por la diabetes. «No debe suponer una barrera; hay que conocer nuestra enfermedad, sus límites, para tener un buen control metabólico y una buena hemoglobina glucosilada», recuerda. En su aventura estará 'tutelada' nuevamente por asistencia médica, aunque desde la distancia. Especialistas del hospital de Galdakao controlarán los

datos que enviará a través del móvil por un sistema de telemedicina. Los especialistas analizarán las mediciones que se haga a lo largo del día. Además, al igual que en su ascensión al techo del mundo, utilizará un monitor continuo que le permitirá comprobar en tiempo real sus niveles de glucosa y conocer si suben, se mantienen estables o bajan. Una herramienta con la que confía en no sufrir ninguna hipoglucemia. «El año pasado me anticipé y no sufrí ninguna. En cuanto veía que el azúcar bajaba, comía algo para repormerme», comenta.

«Crecer deportivamente»

Susana Ruiz está convencida de que el nuevo reto le ayudará a «crecer deportivamente». Durante los últimos meses ha impartido hasta ocho charlas en asociaciones de diabéticos para demostrar a personas con esta enfermedad que «podemos hacer cualquier deporte que nos planteemos; eso sí, de forma planificada y bajo control». En este sentido, insiste en que «no tenemos ningún problema, únicamente debemos saber qué cantidad de comida tomar, qué dosis y qué medicación nos tienen que dar».

En 2015 aspira a subir al Montblanc. Será en verano, la mejor época, porque la cumbre permanece nevada el resto del año. Ya se está preparando físicamente para completar otra aventura que tampoco se antoja fácil. «Es una ascensión muy técnica, hace falta material específico y estar muy entrenada», argumenta.