

COMUNICADO: La Carrera y Caminata Popular por la Diabetes prevé batir su récord este año con 4.000 participantes

Abierto el plazo de inscripción de su tercera edición, que tendrá lugar el 16 de noviembre

Madrid, 3 de julio de 2014.- Ya está abierto el plazo de inscripción de la III Carrera y Caminata Popular por la Diabetes, la principal cita deportiva celebrada en nuestro país en relación con una enfermedad que tiene la consideración de epidemia al padecerla más de 5 millones de españoles. Organizada por la Asociación de Diabéticos de Madrid y la Fundación para la Diabetes, su objetivo es concienciar sobre la importancia del ejercicio físico tanto para prevenir la diabetes como para controlarla mejor entre quienes la padecen.

La III Carrera y Caminata Popular por la Diabetes tendrá lugar el próximo 16 de noviembre, a partir de las 9:00, en el madrileño Parque Juan Carlos I. Bajo el lema "Únete a la marea azul. Muévete por la diabetes", será el punto final a las actividades conmemorativas que se desarrollarán en toda España en torno al 14 de noviembre, Día Mundial de la Diabetes. Los organizadores prevén la participación de más de 4.000 personas, un nuevo récord tras las 3.000 inscritas en la segunda edición.

Los participantes con diabetes entrarán a formar parte del movimiento "Diatlétic", un programa de la Fundación para la Diabetes que promueve la práctica deportiva entre las personas que la padecen para demostrar que, con un control responsable, pueden llevar una vida como las demás, hacer ejercicio e, incluso, competir. De hecho, el deporte ayuda a la disminución de sus niveles de glucosa en sangre, potenciando el autocontrol de la enfermedad para prevenir y afrontar sus complicaciones más habituales, las hipoglucemias.

Todos los participantes podrán elegir entre una carrera de 10 kilómetros, más orientada a quienes realizan deporte habitualmente, con categorías masculina y femenina y tres premios por categoría, y una caminata de 2,5 km. para todas las edades. Habrá también carreras infantiles para niños de 0 a 12 años. El recorrido, circular, representa el símbolo oficial de la diabetes, un círculo azul. Las inscripciones, que incluyen seguro, camiseta, dorsal y bolsa del corredor entre otras cosas, pueden realizarse en la página web www.mueveteporladiabetes.org y, a partir del 10 de septiembre, en las plantas de deportes de las tiendas El Corte Inglés de Goya, Nuevos Ministerios, Pozuelo y Campo de Las Naciones. La mayor parte del dinero recaudado se destinará al patrocinio de campamentos de educación diabetológica para niños con diabetes

ExpoDiabetes, la gran feria sobre esta enfermedad

Simultáneamente a las pruebas deportivas, el mismo recinto del Parque Juan Carlos I acogerá la tercera edición de ExpoDiabetes. Se trata de la mayor feria sobre diabetes de nuestro país al estar abierta no sólo a pacientes sino al público en general, dado que los hábitos de vida cada vez más sedentarios y el sobrepeso asociado a dietas alimentarias poco sanas hacen que sean muchas las personas en riesgo de desarrollar una diabetes de tipo 2.

En consecuencia, ExpoDiabetes propondrá actividades para personas con y sin diabetes de todas las edades, incluyendo juegos infantiles, stands con toda clase de información sobre la diabetes, pruebas oftalmológicas y revisiones de pie diabético (pues la diabetes es una de las principales causas de ceguera y amputaciones de miembros inferiores), nuevas tecnologías, realización del test Findrisc para medir el riesgo de desarrollo de la enfermedad, etc. Además, profesionales sanitarios de la Sociedad Española de Diabetes (SED) practicarán controles de glucemia antes, durante y después de las pruebas deportivas a los participantes con diabetes.

Ambas iniciativas -Carrera/Caminata Popular y feria- cuentan con el respaldo de todas las entidades médicas y asociativas que tienen que ver con la diabetes en España, como la propia SED, la Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica, la Federación de Diabéticos Españoles, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria y la Sociedad Madrileña de Medicina de Familia y Comunitaria, además del apoyo de Madrid Salud (Ayuntamiento de la capital), Salud Madrid (Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid), la Universidad Europea y Cruz Roja Española.