

**SALUD**

● Un grupo de triatletas realizará mañana una demostración

Deporte y diabetes son compatibles

Enrique Morán HUELVA

Punta Umbría acoge mañana la primera etapa de la primera edición del Diabetes Triathlon Challenge, que organiza el equipo de deportistas Team One y la Asociación Española para el Deporte con Diabetes (AEDD).

Serán siete atletas los que realizarán las tres pruebas incluidas en esta modalidad deportiva. El alma mater de la iniciativa, el profesor de Educación Física Fernando Herrera indicó que "lo prioritario en esta ocasión es lanzar un mensaje: que tener diabetes y practicar deporte son cosas totalmente compatibles". De hecho, todos los atletas son diabéticos tipo 1 aunque Herrera se apresuró a añadir que el mismo mensaje sirve para los que padecen diabetes mellitus o diabetes tipo 2 que es la que crece con bastante rapidez en la sociedad actual. Sin embargo, esta convocatoria nace con el propósito de persistir en los próximos años y con posibilidades de que

cambien aspectos de su actual configuración.

La cita deportiva de mañana cuenta además con la colaboración de la Asociación Huelva Diabetes y el Club Triatlón de Huelva. El programa dará comienzo a las 9:00. El punto de encuentro es la explanada junto al Chiringuito Camarón. La primera de las pruebas será natación en paralelo. Acto seguido será el momento para coger la bicicleta y recorrer en ella 10 kilómetros hasta el chiringuito del Cruce. Finalmente, la carrera *running* se disputará por el paseo marítimo.

Posteriormente los integrantes de la Diabetes Triathlon impartirán una charla-coloquio en la Casa de la Cultura a las 12:00.

Este triatlón tiene también tintes de maratón ya que la misma prueba que mañana se realizará en Punta Umbría, se repetirá en el resto de provincias andaluzas los días consecutivos terminando el 25 en Huerma (Granada).

Las pruebas no tienen carácter competitivo. Lo importante es



Organizadores del triatlón en la presentación que tuvo lugar ayer.

difundir que con un buen control de la enfermedad y una correcta preparación, no sólo la diabetes no es un límite a la hora de llevar a cabo actividades deportivas, sino que además la actividad física tiene que ser uno de los pilares básicos, junto a la insulina, de su tratamiento.

Fernando Herrera ha trabajado minuciosamente para dar a luz este proyecto. Se ha encargado personalmente de su diseño y demás preparativos. Gracias a la ayuda de varios clubes deporti-

Huelva es el punto de partida de un recorrido que los deportistas realizarán por Andalucía

vos, se han podido diseñar los diferentes recorridos. Herrera reconoce que "sin su ayuda, esta iniciativa no habría podido salir adelante por eso tenemos que dar las gracias de forma expresa a todos estos clubs que de forma desinteresada han querido colaborar para que este proyecto no quedara en una utopía". Un tanto de lo mismo se puede decir de las asociaciones de pacientes que han prestado su colaboración en el ámbito de la logística.