



La Carrera y Caminata Popular por la Diabetes
tendrá lugar el 17 de octubre en los Jardines del Turia

Correr para prevenir y controlar la diabetes

- **La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) y la Fundación para la Diabetes organizan en Valencia una carrera y caminata popular para sensibilizar a la población sobre la importancia de practicar actividad física como forma eficaz de prevenir y controlar la diabetes**
- **El plazo de inscripción permanece abierto hasta el 15 de octubre**

Madrid, 8 de octubre de 2015.- La diabetes es una epidemia que padecen más de 5 millones de españoles y cuya incidencia se incrementa por los hábitos de vida sedentarios y el sobrepeso asociado a dietas poco equilibradas.

Para concienciar sobre la importancia del ejercicio físico tanto para prevenir la diabetes como para controlarla mejor entre quienes la padecen, la Fundación para la Diabetes y la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) se han unido para organizar en Valencia una carrera y caminata popular.

Este acontecimiento deportivo tendrá lugar el próximo **17 de octubre**, desde las 16:30 horas, en los Jardines del Turia, frente al Palau de la Música, coincidiendo con el 37º Congreso Nacional de SEMERGEN.

CARRERA Y CAMINATA POPULAR POR LA DIABETES VALENCIA

Empresas Colaboradoras:

Coca-Cola
Clínica Baviera
Damel
El Corte Inglés
Novalab

Instituciones Colaboradoras:

AEPSAD (Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte)
Ajuntament de Valencia
Colegio de Farmacéuticos de Valencia
FEDE (Federación de Diabéticos Españoles)
FEDICOVA (Federación de Diabéticos de la Com. Valenciana)
Fundación Deportiva Municipal Valencia
SEEN (Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición)

Bajo el lema **“Únete a la marea azul. Muévete por la Diabetes”**, participarán no solo los profesionales médicos asistentes al Congreso sino todas aquellas personas que quieran disfrutar de la fiesta del deporte. Con esta iniciativa se pretende, por un lado, concienciar sobre la importancia de realizar actividad física tanto para prevenir la diabetes entre la población general como para ejercer un mejor control entre quienes la padecen y, por otro, poner de manifiesto que la diabetes no es una limitación en la práctica del ejercicio físico.

Las inscripciones se pueden realizar hasta el 15 de octubre, o hasta agotar el cupo máximo a través de la web: www.porladiabetesvalencia.org o en la sección de deportes de El Corte Inglés de Nuevo



Centro, Avenida de Francia y Pintor Sorolla. Los médicos asistentes al Congreso participarán como categoría especial y se podrán inscribir a través de **www.porladiabetesvalencia.org**.

Se celebrará una Carrera de **10 km**, otra de **5 km** -ambas con categorías masculina y femenina y tres premios por categoría-, una caminata de **2,5 km** y **carreras infantiles** (desde 50 hasta 500 mts) para niños de 0 a 13 años, que recibirán como premio una medalla al llegar a meta.

El precio de la inscripción para las Carreras de 10 Km, 5 Km y la Caminata será de 10 € y 3 € para las Carreras Infantiles (de 0 a 13 años), e incluirá camiseta, dorsal, seguro y bolsa del corredor. En el caso de las Carreras de 10 y 5 km, la inscripción también incluye un chip. Parte de la recaudación de la venta de los dorsales se destinará a proyectos de la Fundación para la Diabetes.

Este evento deportivo comprenderá las diferentes pruebas y paralelamente se celebrará la feria **ExpoDiabetes**, abierta no sólo a los participantes, sino al público en general y donde se podrá encontrar información sobre todo lo relacionado con esta enfermedad y participar en las divertidas actividades previstas. Además se realizarán pruebas oftalmológicas, ya que la diabetes es una de las principales causas de ceguera, pruebas del test FINDRISK para medir el riesgo de desarrollo de la enfermedad, y controles de glucemia antes, durante y después de las pruebas deportivas a todos los participantes que lo deseen.

El tratamiento de la diabetes se basa en tres pilares fundamentales: medicación, dieta y ejercicio. Probablemente la diabetes es la única enfermedad en la que hay una clara relación mutua objetiva entre la dieta, la medicación y el ejercicio. La práctica de actividad física favorece la disminución de la glucemia y mejora la sensibilidad a la insulina.

Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la enfermedad y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida.

La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad. <http://www.fundaciondiabetes.org/prensa>

Para más información:

<http://porladiabetesvalencia.org/>

Contacto de prensa:

Torres y Carrera. Teresa del Pozo
tdelpozo@torresycarrera.com
Tel. 91 590 14 37 / 661 67 20 19