

Día Mundial de la Diabetes

La práctica de actividad física es uno de los pilares fundamentales en la prevención de la diabetes tipo 2 y control de la diabetes tipo 1 y 2

La 4ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes bate su record reuniendo más de 4.000 corredores

- Organizada por la Fundación para la Diabetes y la Asociación de Diabéticos de Madrid, con el apoyo de médicos, farmacéuticos, pacientes, empresas e instituciones es el mayor evento deportivo sobre esta enfermedad
- La diabetes es una enfermedad que padecen más de 5 millones de españoles y cuya incidencia se incrementa por los hábitos de vida sedentarios y el sobrepeso

Madrid, 15 de noviembre de 2015.- Más de 4.000 corredores se han dado cita este domingo en la **4ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes y ExpoDiabetes**, organizada por la Fundación para la Diabetes y la Asociación de Diabéticos de Madrid, y que se ha celebrado en el Parque Juan Carlos I de Madrid.

Bajo el lema **‘Únete a la marea azul. Muévete por la diabetes’** la edición de este año ha batido records de asistencia, no sólo de corredores, sino también de visitantes a ExpoDiabetes, la mayor feria sobre esta enfermedad. En total, más de 5.000 personas se han dado cita para apoyar la Marea Azul, conocer de primera mano numerosos aspectos médicos y nutricionales relacionados con la diabetes y disfrutar de las actividades lúdicas organizadas.

En esta edición, el Viceconsejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, el **Dr. Manuel Molina**, junto a **Juan Antonio Corbalán**, ex jugador profesional de baloncesto y especialista en fisiología del ejercicio del Instituto de Rehabilitación y Ciencias Aplicadas al Deporte La Salle, y el cocinero **Íñigo Urretxu** han sido los encargados de cortar la cinta y dar el pistoletazo de salida de la carrera de 10 km, la primera de las diferentes pruebas deportivas.

Además de esta carrera, se ha celebrado otra de 5 km, una caminata de 2,8 km y carreras infantiles para niños de 0 a 12 años. Este acontecimiento deportivo tiene como objetivo concienciar a la población de la importancia de practicar de forma regular algún tipo de actividad física para evitar la aparición de enfermedades, y particularmente para prevenir y controlar la diabetes, una epidemia que padecen más de 5 millones de españoles y cuya incidencia se incrementa día a día a causa de hábitos de vida sedentarios y el sobrepeso asociado a dietas poco equilibradas.

PATROCINADORES:

Según manifestó **Sara Pascual**, vicepresidenta de la Fundación para la Diabetes “estamos muy satisfechos de haber superado el número de participantes porque demuestra el compromiso de muchas personas por frenar la incidencia de esta enfermedad”.

Para **Juan Manuel Gómez Moreno**, presidente de la Asociación de Diabéticos de Madrid “este tipo de iniciativas son esenciales para sensibilizar a la opinión pública sobre la importancia que tiene la práctica de actividad física diaria como la forma más eficaz de prevenirla diabetes tipo 2 y controlar la diabetes tipo 1 y 2”.

En opinión de **Juan Antonio Corbalán** “la práctica de ejercicio físico reporta beneficios a cualquier persona pero es muy importante en el manejo y control de la diabetes, porque probablemente es la única enfermedad en la que hay una clara relación entre la dieta y la práctica de actividad física”.

La carrera ha contado también con el apoyo del prestigioso cocinero **Iñigo Urrechu**, dado que este año las actividades para conmemorar el Día Mundial de la Diabetes giran en torno a la “Alimentación y Vida Saludable”.

Por su parte, las carreras infantiles han tenido como padrino al alpinista vitoriano **Josu Feijoo**, al que se le diagnosticó diabetes tipo 1 a la edad de 24 años. En 2010 se convirtió en la 1ª persona con diabetes en conseguir "The Grand Slam" (al escalar las 7 cumbres más altas del mundo y alcanzar el Polo Norte y el Polo Sur).

Patrocinadores y Colaboradores

La 4ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes y ExpoDiabetes han contado como patrocinadores con A. Menarini Diagnostics, The Coca-Cola Company y Novo Nordisk. Además, ambos eventos han estado respaldados por diferentes organizaciones médicas y asociativas vinculadas con la diabetes como la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), la Sociedad de Endocrinología, Nutrición y Diabetes de la Comunidad de Madrid (SENDIMAD), la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), la Sociedad Madrileña de Medicina de Familia y Comunitaria (SoMaMFyC), el Colegio de Farmacéuticos de Madrid (COFM), Madrid Salud, Salud Madrid, Cruz Roja Comunidad de Madrid, y otras entidades como la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD), el Consorcio de Transportes de Madrid, la Universidad Europea de Madrid y la organización Voluntarios por Madrid.

Además, han colaborado empresas como Damel, DiaBalance, D-Médical, DKV Seguros, El Corte Inglés, IER Baviera, Novalab, Mediterránea, Sp Diabetes y Vitasun, y ha contado con el

PATROCINADORES:

apoyo de la Sociedad Española de Diabetes (SED) y la Federación de Diabéticos Españoles.

Ejercicio físico, pilar de control de la diabetes

El ejercicio físico regular es una de los pilares del control de la diabetes, previene la diabetes tipo 2 y contribuye a la mejora del control en la tipo 1 y tipo 2. Las personas con diabetes pueden competir en pruebas deportivas, llevando un mayor control de sus niveles de glucosa en sangre y mejorando su sensibilidad a la insulina.

La diabetes es una enfermedad caracterizada por un aumento de la cantidad de glucosa en la sangre. Su incidencia aumenta con la edad, el exceso de peso y la vida sedentaria. Su tratamiento se basa en tres pilares fundamentales: medicación (pastillas o insulina), dieta y ejercicio. Probablemente es la única enfermedad en la que hay una clara relación entre la dieta, la medicación y el ejercicio.

Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad de carácter privado, constituida en 1998 al amparo de la Ley 30/94 del 24 de noviembre, como una organización independiente, de naturaleza fundacional, sin ánimo de lucro y de interés general, cuya misión es luchar contra el incremento de la prevalencia de la diabetes y las complicaciones derivadas de la misma. 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. www.fundaciondiabetes.org

Asociación de Diabéticos de Madrid

La Asociación de Diabéticos de Madrid es una entidad benéfica, sin ánimo de lucro, aconfesional, apartidista y de utilidad pública nacional, cuyo fin es la educación diabetológica a través de actividades formativas y de ocio, el apoyo emocional a las personas con diabetes y sus familiares y la defensa de los intereses de ésta. La Asociación tiene más de 45 años de experiencia y su ámbito es la Comunidad de Madrid. En la actualidad, ofrece sus servicios a más de 2.000 socios. www.diabetesmadrid.org

Para más información:

www.mueveteporladiabetes.org

Síguenos en:

Facebook:

www.facebook.com/mueveteporladiabetes

Twitter: @mueveteporladiabetes

Contacto de prensa:

Torres y Carrera

Teresa del Pozo/ Ángela Rubio

tdelpozo@torresycarrera.com/arubio@torresycarrera.com

Tel. 91 590 14 37 / 661672019

PATROCINADORES:

