



Realizar ejercicio evitar desarrollar enfermedades como la diabetes.

Cambiar hábitos reduce un 60% el riesgo de diabetes

EFE MADRID

■ Combatir el sedentarismo y cambiar el estilo de vida actual reduciría el riesgo de desarrollar diabetes hasta en un 60%, según aseguró la presidenta electa de la Sociedad Española de Diabetes (SED), Sonia Gaztembide, quien además insistió en la necesidad de fomentar el deporte «desde la familia y la escuela» para reducir las posibilidades de desarrollar diabetes, obesidad o hipertensión, trastornos que, afectan ya a más del 25% de los españoles.

Para concienciar a la sociedad de la importancia de estas medidas preventivas y dar a conocer la diabetes, el actual presidente de la SED, Manuel Aguilar, anunció que la campaña del Día Mundial de la Diabetes (14 de noviembre) tendrá como primer objetivo «la educación diabetológica». «Se instalará una gran carpa de 250 m² en el parque madrileño de El Retiro, en la que se realizarán actividades divulgativas y científicas, además de varios talleres educativos basados en la prevención», avanzó Aguilar.