

Día Mundial de la Diabetes 2018: Familia y Diabetes
14 de noviembre

Madrid corre en familia por la diabetes el próximo 18 de noviembre

- Este año, todas las actividades estarán dedicadas a las familias reconociendo su importancia y apoyo para las personas con diabetes
- El principal objetivo es concienciar a toda la población sobre la importancia de realizar actividad física para la prevención de la diabetes tipo 2 y mejorar su control entre quienes conviven con ella
- Este evento solidario se celebrará en el Parque del Oeste de Madrid y está organizado por la Asociación Diabetes Madrid y la Fundación para la Diabetes

Madrid, 6 de Noviembre de 2018.- El próximo domingo 18 de noviembre tendrá lugar la **7ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes y ExpoDiabetes**, el mayor acontecimiento solidario-deportivo que se celebra en España sobre esta patología. Este evento es una de las principales actividades conmemorativas que se desarrollan alrededor del Día Mundial de la Diabetes (14 de noviembre), y cuyo tema de este año es “Familia y Diabetes”.

La Carrera y Caminata Popular por la Diabetes y ExpoDiabetes se llevarán a cabo en el Parque del Oeste de Madrid y contarán con diversas pruebas para todos los públicos: una carrera de 10 km, otra de 5, una caminata de 2,2 km y varias carreras infantiles para niños. Las inscripciones se pueden realizar a través de la página web: www.mueveteporladiabetes.org y en la planta de deportes de El Corte Inglés de Nuevos Ministerios.

Actualmente en el mundo hay más de 425 millones de personas con diabetes. Solo en España 5,3 millones de personas padece diabetes, lo que supone alrededor de un 14% de la población. De ellas, entre el 90-95% diabetes tipo 2. Sin embargo, dado que en ocasiones suele pasar desapercibida, se calcula que más del 43% están sin diagnosticar y no son conscientes de que padecen esta patología hasta que las complicaciones asociadas se hacen patentes.

La 7ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes tiene como objetivo sensibilizar a todas las personas sobre la importancia que tiene la práctica de actividad física, tanto para prevenir la diabetes tipo 2 como para tener un mejor control de la misma en las personas que ya padecen esta patología. Al mismo tiempo, con esta actividad se quiere mostrar que la diabetes no es una restricción en la hora de practicar ejercicio y que con un control adecuado se puede superar cualquier desafío.

Además, la carrera de este año, siguiendo el lema del Día Mundial de la Diabetes **La diabetes concierne a cada familia**, dirigirá especialmente todas sus actividades a aumentar la conciencia del impacto que la diabetes tiene en la familia y su red de apoyo y, al mismo tiempo, reconocer el papel que esta juega en la gestión, cuidado, prevención y educación en diabetes.

La Carrera y Caminata Popular por la Diabetes es una carrera abierta a todo tipo de públicos, desde personas con diabetes, a familiares y amigos, hasta un importante número de corredores que apoyan esta iniciativa y se suman así a esta celebración. De hecho, batiendo los datos de años anteriores, en la presente edición se prevé una asistencia de 5.000 corredores y 6.000 visitantes a la exposición.

Papel de la familia en el cuidado de la diabetes y la importancia de la práctica deportiva

Según la FID (Federación Internacional de Diabetes), la familia es fundamental tanto para detección temprana de la diabetes como para su prevención. De hecho, señala que “el control de la diabetes requiere tratamiento diario, monitoreo regular, una dieta y estilo de vida saludables y educación continua”. En este sentido, la práctica saludable y controlada de actividad física es un punto clave en el que la familia también juega un papel fundamental, ya que todos los miembros de la familia son una fuente de motivación mutua a la hora de mejorar los hábitos de vida.

“Sensibilizar a la sociedad en general, y a las personas con diabetes en particular, sobre el papel clave que tiene la práctica de actividad física para todos es uno de los objetivos que perseguimos con estas carreras y caminata populares”, señala la presidenta de la **Asociación Diabetes Madrid, Pilar Martínez**. “Además este año, con especial hincapié en la familia, esta carrera nos señala lo importante que es para las personas con diabetes sentirse arropadas por su red familiar en todas las actividades que puedan realizar juntas. Es un impulso en cada momento y también lo es a la hora de cuidarse y practicar ejercicio”, concluye.

En palabras de **Ana Mateo**, gerente de la **Fundación para la Diabetes** “es fundamental que la población tome conciencia de que en la actualidad los casos de diabetes están creciendo de forma preocupante. Es precisamente por ello que desde la Fundación trabajamos para aumentar el conocimiento sobre esta patología y para fomentar unos hábitos de vida saludables”. “Queremos que esta carrera sea un ejemplo de cómo se puede practicar deporte también en familia y por ello animamos a todas las personas a unirse a nosotros y retar a la diabetes”, finaliza.

7ª Carrera y Caminata Popular por la Diabetes y ExpoDiabetes: Lugar, fecha y pruebas deportivas

La Carrera y Caminata Popular por la Diabetes, que cuenta con la colaboración de Novo Nordisk y Aquarius Zero, tendrá también el apoyo de múltiples instituciones y organizaciones sanitarias, médicos, farmacéuticos y empresas y preparará para los asistentes diferentes pruebas deportivas adecuadas a su edad y condición física: una carrera de 10 km, otra de 5 km -con categorías masculina y femenina en ambas y tres premios por categoría-, una caminata de 2,2 km y varias carreras infantiles para niños de hasta 12 años. En todas las pruebas puede participar cualquier persona, ya que se pueden ejecutar corriendo o caminando.

El precio de la inscripción de la Carrera de 10 Km es de 12,60 €, para la carrera de 5 Km y para la

Caminata de 10,60 € y las Carreras Infantiles tienen un coste de 5,60€. La inscripción incluye camiseta técnica, dorsal, seguro y bolsa del corredor. En el caso de las Carreras de 10 y 5 km, la inscripción también incluye un chip para cronometraje.

Por otro lado, existe la posibilidad de realizar una inscripción solidaria gracias al denominado Dorsal 0. La recaudación de la venta de todos los dorsales se destinará a proyectos de divulgación y concienciación sobre la diabetes llevados a cabo por la Asociación Diabetes Madrid y por la Fundación para la Diabetes, entidades organizadoras del evento.

ExpoDiabetes, la mayor feria sobre diabetes de España

Además, junto con las diferentes pruebas deportivas, se celebrará en paralelo la 7ª edición de ExpoDiabetes, la mayor feria sobre diabetes que se pone en marcha en nuestro país. ExpoDiabetes se organizará en el Paseo Camoens del Parque del Oeste de 9:00 a 14:00 horas.

ExpoDiabetes estará abierta a todos los públicos, tanto a los corredores como a todos aquellos que quieran sumarse a esta fiesta deportiva y conocer más sobre la diabetes. Este año se prepararán diversas actividades lúdicas para todos los asistentes, entre ellas, actuaciones en el escenario y actividades de ocio para los niños. Asimismo, también en los stands informativos se ofertarán servicios relacionados con esta patología.

Sobre la Asociación Diabetes Madrid

La Asociación Diabetes Madrid, de ámbito de la Comunidad de Madrid, es una asociación de más de 2.500 niños, jóvenes y adultos con diabetes y sus familiares unidos para dar apoyo emocional desde el momento de diagnóstico, informar sobre la enfermedad y sus complicaciones, educar a través de sus más de 60 actividades anuales y defender las distintas causas actuales de discriminación de este colectivo. Con más de 45 años de experiencia la Asociación Diabetes Madrid es una asociación de utilidad pública desde el 2008. www.diabetesmadrid.org

Sobre la 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 esta patología y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la misma. 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

Para más información:

www.mueveteporladiabetes.org

www.facebook.com/mueveteporladiabetes

@porladiabetes

Contacto de prensa:

Torres y Carrera

Jorge Ramírez/ Bárbara Navarro

Tel. 91 590 14 37 / 600 05 41 16