



Kris Freeman es probablemente el mejor esquiador de travesía de los EEUU de su generación. Miembro clave del equipo de esquí de los EEUU, su compromiso total con su deporte es el propio de la élite deportiva. Pero tiene otra cara: con tres Olimpiadas de invierno en su haber, es el único atleta de resistencia conocido con diabetes tipo 1. Se describe a sí mismo como portavoz apasionado de la concienciación sobre la diabetes.

En las últimas Olimpiadas de Invierno, celebradas en 2010 en Vancouver (Canadá), Kris sufrió un importante

retraso deportivo cuando su nivel de glucemia cayó abruptamente durante una carrera de 30 km, obligándole a quedar casi 8 minutos por detrás del ganador y acabando con un decepcionante puesto 45 en la carrera.

Como cualquier atleta que compite al más alto nivel, Kris se ha impuesto a sí mismo unos estándares extraordinariamente altos y ha descrito su propia actuación en Vancouver como "un desastre rotundo". Pero, tal y como le dice a Diabetes Voice en su entrevista exclusiva, volverá.

Kris Freeman, olímpico: en la cumbre de su juego con diabetes

(Diabetes Voice): ¿Qué edad tenía cuando le diagnosticaron diabetes y qué sucedió?

(Kris Freeman) En 2000, renuncié a una beca completa de atletismo de la Universidad de Vermont para pasar a entrenarme con el Equipo de Esquí de los EEUU para las Olimpiadas de 2002 de Salt Lake City. Dos meses después de mudarme allí, un análisis de sangre rutinario del equipo reveló que mi glucemia estaba en 240 mg/dl (13,3 mmol/l). Me enviaron a un endocrinólogo y me diagnosticaron diabetes tipo 1 en 5 minutos. Me dijeron que era el final de mis aspiraciones olímpicas. Sin embargo, después de ese momento he competido en tres Olimpiadas.

Me dijeron que era el final de mis aspiraciones olímpicas. Desde entonces, he competido en tres Olimpiadas.

¿Qué es lo que le desagrada de la diabetes?

Me desagrada el tratamiento diario y lo impredecible de esta afección. Son muchos los factores, como el entorno, el estrés, las hormonas, la preparación de los alimentos, etc., que afectan el modo en que la glucosa y la insulina interactúan.

¿Hay algo que le guste de tener diabetes?

Tener diabetes me ha obligado a aprender más sobre dieta y fisiología de lo que nunca habría aprendido de otro modo. La infor-

mación es útil y se puede aplicar a otros aspectos de la vida.

Tener diabetes me ha obligado a aprender más sobre nutrición y fisiología de lo que jamás habría aprendido de no haberla tenido.

¿Trabaja con alguna asociación de diabetes?

Trabajo con campamentos de verano de diabetes durante la temporada en la que estoy libre. Es importante para mí insistir en que la diabetes no debe impedir a nadie a que aspire a sus sueños. Mi trabajo me coloca en una posición que ayuda a que las cosas cambien.

¿Qué sabe de la FID?

He oído mucho sobre la FID y le doy mi apoyo a cualquier organización que tenga un sólido compromiso con la mejora de la vida de las personas con diabetes.

Estoy especialmente interesado en el programa Life for a Child de la FID. Me diagnosticaron diabetes al final de mi adolescencia y me resultó difícil adaptarme. No puedo imaginarme cómo será que te diagnostiquen siendo niño en un país en desarrollo y no tener acceso a los suministros y recursos que yo tuve a mi disposición. Los esfuerzos del programa por ayudar a los niños con

diabetes en países en desarrollo resultan inspiradores y con toda seguridad cambiarán la vida de esas familias para mejor.

¿Tiene usted algún héroe/heroína con diabetes? ¿Qué ha aprendido de él/ella?

Gary Hall ganó una medalla de oro de natación en los 50 m durante las Olimpiadas de verano. Me inspiró porque si él consiguió tener esos resultados en un sprint, yo sé que puedo tener resultados al mismo nivel en un evento de resistencia.

¿Qué mensaje puede darles a otras personas con diabetes?

Que no existen límites en cuanto a lo que una persona con diabetes puede hacer o conseguir.

No existen límites en cuanto a lo que una persona con diabetes puede hacer o conseguir.

¿Cuál es su siguiente proyecto?

El año que viene, competiré en los Campeonatos Mundiales de Oslo (Noruega). También pienso competir en las Olimpiadas de Invierno de 2014 en Sochi (Rusia).