



El Diario de León (local)

Si quieres, puedes

Emilio Vales considera que no existe ninguna meta que no se pueda alcanzar debido a la diabetes. Él recibió el diagnóstico de la enfermedad hace ocho años y, desde entonces, no ha cejado en su afición: el montañismo. Así ha logrado alcanzar grandes cumbres y formar parte de expediciones por todo el mundo. El pasado año anotó en su cuaderno una más: el Aconcagua.

En su calendario, para mediados de abril, está fijada otra meta histórica. El día 3 partirá, junto con otras dos jóvenes diabéticas, hacia el Polo Norte formando parte de una expedición organizada por la Fundación para la Diabetes que tiene como objetivo luchar contra la discriminación a los enfermos diabéticos, más de 2,5 millones de españoles.

«Se trata de demostrar que aunque siempre hemos oído que hay ciertas cosas que no se pueden hacer, la medicina va evolucionando, la calidad de vida también, y prácticamente puedes hacer todo, sólo es necesario llevar un control», explica Emilio.

En su mochila, un botiquín como el de cualquier montañero que se enfrenta a temperaturas mínimas de 20 ó 30 grados bajo cero. La única diferencia es que junto a su cuerpo llevará pegadas las dosis de **insulina** necesarias para seguir el tratamiento durante las dos semanas que dure la expedición. «El único cuidado que hay que tener es que los viales no se congelen y para eso el truco es llevarlos pegados al cuerpo porque con el calor se puede mantener una temperatura correcta. Todos los problemas que puedan ir surgiendo se pueden suplir con experiencia y controlando todo exhaustivamente», explica días antes de partir.

Para demostrar que no existe ninguna contraindicación para que los diabéticos practiquen deporte, Emilio asegura que en los últimos Juegos Olímpicos dos medallistas padecen esta enfermedad.

La expedición se limitará a dejar constancia de su presencia en el Polo Norte, al que llegarán realizando un viaje casi completamente realizado en helicóptero. La expedición partirá el día 3 de Madrid y hará escalas en Moscú, Krasnojark (en Siberia), Khatanga (la última aldea del Círculo Polar Ártico) y llegar a la meta del punto más septentrional del planeta. Junto a Emilio viajarán dos jóvenes, también insulinodependientes, Yaiza (una asturiana que ha competido en triatlón) y Azucena, una montañera madrileña.

«Nuestro deseo hubiera sido realizar más camino a pie, pero era imposible preparar la expedición con tan poco tiempo y permanecer sólo quince días allí», explica. Por ello, la mayor parte del itinerario se realizará en helicóptero, y sólo las condiciones climatológicas modificarán el plan establecido. Junto a los jóvenes expedicionarios viajará un equipo del programa de televisión Saber Vivir que será testigo de la aventura.

La expedición está organizada por la Fundación para la Diabetes, una organización estatal privada que tiene como finalidad mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes. Entre las actividades organizadas destaca un proyecto para prevención de la ceguera por retinopatía diabética. Más información: www.fundaciondiabetes.org.