Personas con diabetes de toda España recorren virtualmente Sevilla durante el mes de marzo

- **La red social Haciendo Camino, de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk, incorpora un nuevo reto que consiste en caminar, vivas donde vivas, 107 km, equivalentes a cinco etapas virtuales por la provincia.**

- **El ejercicio físico es uno de los pilares clave para el control de la diabetes, junto al control glucémico, el tratamiento y una dieta saludable.**

-

Madrid, 17 de marzo de 2022.- Sólo en nuestro país, en torno al 14% de la población padece diabetes, lo que supone cerca de 6 millones de personas[1], alrededor de 1.000.000 en Andalucía[1]. La prevalencia en la Comunidad es superior a la media estatal de 13,8%[1], situándose en el 15,3%[1], de ellos un 10%[1] se corresponde con los casos de diabetes diagnosticada en mayores de 18 años y el 5,3%[1] a la población que tiene diabetes y lo desconoce. De ellas, entre el 90-95% tiene diabetes tipo 2.

Por eso, desde la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk, en colaboración con la Asociación Diabetes Sevilla (ANADIS) y Abbott, se quiere hacer hincapié en la necesidad de que la población conozca y aprenda sobre esta patología.

Sevilla se une a Haciendo Camino

Durante el mes de marzo, la capital andaluza se une al reto de la Red Social *Haciendo Camino.* De esta forma, personas con diabetes de toda España podrán caminar virtualmente durante el mes de marzo por lugares emblemáticos de la provincia. *Haciendo Camino*, de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN), es la primera red social creada en España para formar a las personas con diabetes y sensibilizar al resto de la población sobre la importancia de abandonar el sedentarismo.

Hoy es más importante que nunca seguir promoviendo unos hábitos de vida saludables. Y es que, tanto para prevenir como para el tratamiento de la diabetes, la dieta y el ejercicio son pilares básicos. Por tanto, es necesario que las personas con diabetes se mantengan activos físicamente y con una alimentación equilibrada", explica el Dr. Cristóbal Morales, endocrino de Vithas Sevilla y el Hospital Universitario Virgen Macarena.

Con la colaboración de Abbott, este nuevo reto consta de 5 etapas, de una media de 21km, durante las cuales el caminante podrá conocer, mediante fotos, vídeos e información sobre el lugar, diferentes enclaves sevillanos:

- Etapa 1. Ruta circular de los Molinos del Ciudadeja.
- Etapa 2. Sevilla - Coria del Río por el Corredor Verde Metropolitano.
- Etapa 3. Sevilla - Guillena (Vía de la Plata).
- Etapa 4. Alcázar de la Puerta de Sevilla - Castillo de Luna.
- Etapa 5. Guillena - Castilblanco de los Arroyos (Vía de la Plata).

Cualquier persona puede sumarse al reto, el cual está pensado para contabilizar el ejercicio físico realizado desde casa o al aire libre. Para ello, hay que subir al perfil en la Red Social la foto de la App en la que se visualicen los pasos/km. y la fecha. Unos pasos con los que ir alcanzando los kilómetros hasta llegar a completar la distancia real que existe entre los lugares de salida y llegada de cada una de las etapas del reto.

Fomentando la educación diabetológica

El deporte y mantenerse físicamente activo es una parte importante para el manejo de la diabetes. Para Ana María Álvarez, presidenta de la Asociación Diabetes Sevilla (ANADIS), "es fundamental fomentar la participación e implicación ciudadana en la prevención y cuidado de la diabetes, así como mejorar la calidad de vida de las personas que la padecen. Por eso, son muy necesarias iniciativas como esta".

Si no se controla adecuadamente, esta enfermedad puede producir complicaciones muy graves. Enfermedades cardiovasculares, amputaciones o pérdida de visión son algunas de las patologías que hacen más dependientes a las personas que las padecen. "Por tanto, sin generar miedo, tenemos que concienciar de la importancia de un control adecuado de la misma. Y es que, pese a su elevada prevalencia, todavía existe la creencia popular de que tener diabetes es sólo tener el azúcar un poco alto", afirma el doctor Morales.

En este control de la diabetes, las nuevas tecnologías, como el sistema de monitorización de glucosa flash FreeStyle Libre de Abbott, facilitan el empoderamiento de las personas con diabetes. Gracias a la medición de glucosa en líquido intersticial minuto a minuto y a los sistemas de medición del ejercicio realizado, se puede llevar a cabo un programa de actividad física adecuado y adaptado a las necesidades de las personas con diabetes.

Acerca de la Asociación Diabetes Sevilla (ANADIS)

ANADIS es una asociación de niños, jóvenes, adultos con diabetes y sus familiares creada en el año 2000 con la misión de apoyar desde el momento del diagnóstico, proporcionar una adecuada educación diabetológica y defender las distintas causas actuales de discriminación de este colectivo. Para más información: https://www.anadisevilla.org/

Acerca de Abbott

Abbott es un líder sanitario a nivel mundial que ayuda a las personas a vivir más plenamente en todas las etapas de la vida. Nuestra cartera de tecnologías que cambian la vida abarca todo el espectro de la atención sanitaria, con negocios y productos líderes en diagnóstico, dispositivos médicos, productos nutricionales y medicamentos genéricos de marca. Nuestros 113.000 profesionales atienden a personas en más de 160 países.

Si desea saber más ingrese en https://www.es.abbott/

Acerca de la Fundación para la Diabetes Novo Nordisk (FDNN)
La Fundación para la Diabetes Novo Nordisk es una entidad privada sin ánimo de lucro que aúna los más de 20 años de actividad de la española Fundación para la Diabetes y el casi un siglo de experiencia en todo el mundo de Novo Nordisk. Tiene la misión de contribuir al mejor desarrollo de la sanidad española favoreciendo la generación y divulgación del conocimiento al servicio de los ciudadanos y, concretamente, a los que padecen diabetes, sirviendo como foro de encuentro de todos los colectivos implicados en la diabetes y mejorando la vida de las personas con diabetes a través de una mejor educación para la salud y del desarrollo de una sociedad más saludable.

Para más información:

Mónica Villegas
Cícero Comunicación
T. 650 143 288

Silvia Muñoz
FDNN
T. 616 92 44 92
www.fundaciondiabetes.org

Referencias

1. Estudio di@betes. CIBERDEM.