

LA RIOJA**Las XXI jornadas de la diabetes inciden en la importancia del ejercicio físico****La asociación riojana instalará el sábado una carpa y ha organizado una caminata el domingo**

ANA B. HERNÁNDEZ/LOGROÑO

El lunes comienza la vigésimo primera edición de las jornadas diabetológicas que incidirán en aspectos importantes para prevenir una enfermedad que padecen en La Rioja entre 17.000 y 18.000 personas, según el presidente de la asociación Diabéticos Asociados Riojanos (DAR), Alberto Avenzoa, que añadió que el 50% de los diabéticos se encuentran sin diagnosticar.

Desde el lunes hasta el viernes se desarrollarán conferencias que tratarán las repercusiones oftalmológicas de la diabetes 'mellitus' o los aspectos psicológicos de quienes sufren la enfermedad. Sin embargo, uno de los puntos más importantes, según Avenzoa, es la educación de los enfermos «que supone un 80% del tratamiento. El resto lo hace la medicación y el ejercicio físico», dijo. Por esta razón el sábado, se conmemorará el día mundial de la diabetes con una carpa que se colocará en la Plaza del Mercado desde las diez de la mañana a las siete de la tarde, donde se harán controles de glucemia y se proporcionará información a los visitantes.

La actividad física es otra de las armas de los enfermos para mejorar su calidad de vida y, para tratar de promocionar su práctica, Diabéticos Asociados Riojanos ha organizado la 'Caminata Mundial por la Diabetes' que durará 30 minutos y que saldrá del Ayuntamiento, continuará por la calle Muro de Cervantes, Portales, Fuente de Murrieta, Murrieta, Gran Vía, Vara de Rey y Espolón. «Hacer ejercicio es bueno para todo el mundo, mucho más para los diabéticos», insistió Avenzoa.

El lema de la marca, 'Combate la obesidad, prevén la diabetes', refleja otro de los mensajes que quiere lanzar la organización. La directora general de Salud, M^a Dolores Rubio, explicó que la enfermedad «afecta cada vez a más personas y el número seguirá creciendo por el envejecimiento de la población, la urbanización y la vida sedentaria, que influye directamente en la aparición de casos de obesidad». Rubio señaló que la diabetes es la cuarta causa de muerte en los países desarrollados y que 3,2 millones de muertes en todo el mundo se atribuyen a esta enfermedad.

En La Rioja, el 6% de la población es diabética, «aunque no existe un censo muy preciso», dijo el presidente de DAR, que afirmó que existen 8.000 personas inscritas que reciben medicación. El resto, hasta los 18.000 casos que calcula que existen en la región, no necesita medicarse. En todo el mundo se calcula que existen 190 millones de diabéticos, una cifra, que según la directora general de Salud podría, aumentar hasta 330 millones en 2.025. Rubio hizo hincapié en que «en que la enfermedad es peligrosa ya que a veces no se manifiesta con síntomas».

Alberto Avenzoa señaló que, aparte de las actividades que se desarrollen en Logroño, se ofrecerán charlas en las distintas cabeceras de comarca de la región. El 16 de noviembre acudirán a Haro, el 30 a Calahorra y el 14 de diciembre a Nájera.