

nota de prensa

Todo es posible con diabetes, incluso una vuelta al mundo

Javier Pérez, madrileño de 29 años con diabetes tipo 1, recorrerá una veintena de países durante un año, demostrando que, con unas pautas y controles adecuados, las personas con esta enfermedad pueden hacer cuanto se propongan.

Madrid, 21 de diciembre de 2014.– El madrileño Javier Pérez ha iniciado una vuelta al mundo de un año de duración, periodo en el que pretende demostrar que quienes padecen diabetes, como él, pueden hacer cualquier cosa que se propongan mientras sigan unas pautas y unos controles adecuados.

Javier, diagnosticado de diabetes tipo 1 en 2001, cuenta, para ello, con la colaboración de la Asociación de Diabéticos de Madrid, que le facilita su red de contactos con asociaciones similares en el extranjero, y con el apoyo de la compañía de cuidados sanitarios Novo Nordisk.

Éste ha comenzado con un vuelo entre Madrid y Quito, desde donde el joven emprenderá un recorrido en transporte público por seis países sudamericanos antes de dirigirse a la Polinesia Francesa camino de Nueva Zelanda y Australia. A partir de abril de 2015, continuarán por más de una docena de países asiáticos hasta volver a España en noviembre de ese año.

El equipaje de Javier incluye estuches de conservación en frío de los dispositivos de administración de la insulina, pero sólo una parte de las dosis de ésta que necesitará, dada la imposibilidad de cargar con todas ellas. Su plan de viaje prevé encuentros periódicos con amigos que, procedentes de España, le irán suministrando el resto de dosis. Lo que siempre llevará encima es un certificado médico, en español e inglés, para asegurarse el paso con la insulina por aduanas y controles de seguridad de los aeropuertos.

De los dos factores que contribuyen al adecuado control de la diabetes, el ejercicio físico y una dieta equilibrada, Javier tiene garantizado el primero por la duración y el ritmo del propio viaje. Respecto a la alimentación, tratará de ir equilibrando, como todas las personas con diabetes tipo 1, la cantidad de hidratos de carbono que consuma con la de la insulina administrada a fin de minimizar el riesgo de hiperglucemias e hipoglucemias.

Estas últimas suelen producirse cuando las personas con diabetes no compensan el efecto reductor del nivel de glucosa de la insulina con la ingesta de suficientes hidratos de carbono o practican demasiado ejercicio. Por si acaso, Javier lleva también azucarillos, geles de glucosa e incluso glucagón, un inyectable que eleva rápidamente el nivel de glucosa en caso de hipoglucemias graves. Su acompañante tiene conocimientos sobre la administración de todo ello por si fuera precisa su asistencia.

La vuelta al mundo de Javier puede seguirse a través de los *posts* que irá escribiendo en su blog (<http://unaideaunviaje.com/category/vuelta-mundo>), desde el que también ofrecerá consejos, basados en su experiencia, a otros viajeros con diabetes. Entre ellos, la conveniencia, como ha hecho él, de hacerse los análisis de sangre oportunos antes de salir para contrastarlos con otros previstos al volver.

La **Asociación de Diabéticos de Madrid**, antigua ADEMADRID, es una entidad benéfica, sin ánimo de lucro, aconfesional, apartidista y de utilidad pública nacional, cuyo fin es la educación diabetológica a través de actividades formativas y de ocio, el apoyo a la persona con diabetes y la defensa de los intereses de ésta. La Asociación tiene más de 40 años de experiencia y su ámbito es la Comunidad de Madrid; en la actualidad, ofrece sus servicios a 2.000 socios.

Novo Nordisk es una compañía global de cuidados sanitarios con sede en Dinamarca y más de 90 años de innovación y liderazgo en el cuidado de la diabetes. La empresa ocupa también posiciones destacadas en el cuidado de la hemofilia, el tratamiento con hormona del crecimiento y el tratamiento de sustitución hormonal. Novo Nordisk tiene su sede central en Dinamarca, emplea a unas 36.000 personas en 75 países y comercializa sus productos en más de 180 países. Si desea más información, visite novonordisk.com.

Para más información:

Rafa Coloma

Cícero Comunicación

Tels.: 680 612 266 / 91 750 06 40