

# II Carrera Solidaria

Muévete por la Salud Renal



## NOTA INFORMATIVA

**LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEFROLOGÍA ORGANIZA LA “II CARRERA SOLIDARIA MUÉVETE POR LA SALUD RENAL”, EN LA QUE DEPORTISTAS, SANITARIOS Y PACIENTES RENALES PARTICIPARÁN PARA SENSIBILIZAR SOBRE LA ENFERMEDAD RENAL Y APOYAR A LOS AFECTADOS**

La carrera se celebrará el próximo 5 de marzo en el Parque Juan Carlos I de Madrid y se enmarca dentro de las actividades del Día Mundial del Riñón que se celebra el 9 de marzo.

Se realizará en dos categorías distintas, con recorrido de 5 km. para mayores de 12 años, con o sin discapacidad; y recorrido de 500 metros para menores de 12 años.

La carrera tiene un carácter 100% solidario y la recaudación íntegra irá destinada al proyecto conjunto de actividades de la S.E.N. y la Federación Nacional de Asociaciones de Pacientes Renales (ALCER), orientado a la mejora del paciente renal.

En la carrera participará, entre otros, Manuel Monasterio, paciente trasplantado renal y deportista que ha realizado diversas maratones, triatlones y pruebas de Ironman y ha ejercido de “liebre” en otras carreras, así como otros pacientes trasplantados y deportistas y amantes del deporte en general.

Las inscripciones pueden realizarse a través de la web oficial de la carrera y el Día Mundial del Riñón ([www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)).

**Madrid, 16 de febrero de 2023.-** El Parque Juan Carlos I Madrid acogerá el próximo domingo 5 de marzo, a las 10.00 horas, la “II Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal”, una actividad en la que unos deportistas, pacientes renales y trasplantados, profesionales sanitarios y ciudadanos amantes del deporte en general participarán con el objetivo de concienciar a la sociedad sobre la Enfermedad Renal Crónica -una patología que se ha convertido en un grave problema de salud pública y cuya prevalencia y mortalidad ha crecido un 30% en nuestro país en la última

década- y subrayar la importancia del ejercicio físico en el cuidado de la salud de los riñones, como medida fundamental para prevenirla y reducir su incidencia (afecta aproximadamente al 15% de la población adulta en España).

La carrera está organizada por la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y la Fundación Senefro, con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid y bajo la dirección técnica de la revista SPORT LIFE, del grupo Motorpress Ibérica, S.A., además de con la colaboración de la Organización Nacional de Trasplantes (ONT), la Federación Nacional de Asociaciones de Pacientes Renales (ALCER), la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN), la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES) y la Fundación Renal Íñigo Álvarez de Toledo (FRIAT).

Esta iniciativa se enmarca dentro de las actividades con motivo del **Día Mundial del Riñón**, que se celebra **el próximo 9 de marzo**, y que busca precisamente sensibilizar a las administraciones e instituciones públicas y la ciudadanía en general del crecimiento de la Enfermedad Renal Crónica en las últimas décadas y su fuerte impacto en la salud y calidad de vida de los pacientes.

La prueba se realizará en dos categorías distintas, con recorrido de 5 km. para mayores de 12 años (cumplidos la semana de la carrera), con o sin discapacidad; y recorrido de 500 metros para menores nacidos entre 2011 (después del 5 de marzo) y 2021. El recorrido de ambas carreras se realizará de forma íntegra por el Parque Juan Carlos I y la salida tendrá lugar en la zona norte del anillo (junto a la Pradera de los Cipreses).

La carrera tiene un carácter 100% solidario y la recaudación íntegra irá destinada al proyecto conjunto de actividades de la S.E.N. y ALCER, orientado a la mejora del paciente renal.

En la carrera participará, entre otros, **Manuel Monasterio, paciente trasplantado renal en 2009 y deportista profesional que ha realizado diversas maratones, triatlones y pruebas de Ironman** a lo largo de su trayectoria deportiva, entre ellas el Ironman km0 de Madrid, considerado uno de los más duros de Europa, y ha ejercido de “liebre” de otros corredores en pruebas como la Media Maratón de Gijón. Asimismo, participarán miembros de la asociación Deporte y Trasplante España, que agrupa a deportistas trasplantados y que trata de promover la actividad física y el deporte después de la operación, entre ellos, su presidenta Noelia Ortega Fernández.

La carrera está abierta a todo el territorio nacional, ya que la prueba, además de realizarse de modo presencial también podrá realizarse en formato virtual, de manera que los participantes inscritos podrán realizar en su propia ciudad o municipio la carrera, entre los días 2 y 5 de marzo (ambos incluidos). Durante esos días los participantes podrán realizar tantos intentos como deseen y registrarlos a través de la app oficial de la carrera.

Las inscripciones pueden realizarse a través de la web oficial de la carrera ([www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)), hasta el 27 de febrero (para la prueba virtual) y hasta el viernes 3 de marzo (para la prueba presencial). El precio de la inscripción es de 5€ para la distancia de 5 km y de 3€ para la carrera infantil (incluye pack de bienvenida, la camiseta y el dorsal).

## **La Enfermedad Renal Crónica en España**

La Enfermedad Renal Crónica, conocida como la “epidemia silenciosa”, es una patología creciente que **ya afecta aproximadamente en España al 15% de la población adulta**, a pesar de ser poco conocida por la población. Su prevalencia ha crecido un 30% en la última década, al igual que la mortalidad, y el número de españoles que necesitan Tratamiento Renal Sustitutivo (diálisis o trasplante) para reemplazar la función de sus riñones alcanza ya las 65.740 personas. En 2021 (último año con datos registrados), más de 7.000 personas iniciaron diálisis o trasplante en nuestro país.

El crecimiento de la ERC se relaciona con factores de riesgo como la diabetes y la enfermedad cardiovascular (responsables de un 40% de los casos), la obesidad, la hipertensión arterial o el tabaquismo, muchos de los cuales podrían prevenirse con la adopción de unos hábitos de vida saludables, que permitirían frenar su avance. A ello hay que sumarle que es una enfermedad que presenta síntomas poco reconocibles en sus estadios iniciales, y que cuenta con una tasa de infradiagnóstico que supera el 40%.

Por ello, la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a pacientes y otras organizaciones, solicitan un mayor esfuerzo para potenciar la prevención y el diagnóstico precoz de la ERC a través de Plan de Salud Renal nacional, que recoja medidas y recursos que permitan avanzar en esta línea, y mejorar también el tratamiento y la calidad de vida de las personas con patologías renales.

### **Acceso al recorrido y programa horario de la Carrera:**

<https://www.xn--diamundialdelrion-txb.com/2023dmr/recorrido-2023/>

**Vídeo promocional de la Carrera Solidaria:** [https://youtu.be/n\\_gHetp5nBk](https://youtu.be/n_gHetp5nBk)

**Hashtags oficiales:** #CarreraDMR (para la Carrera Solidaria); y #DíaMundialdelRiñón #WorldKidneyDay (para el Día Mundial del Riñón)

### **Para más información:**

**Gabinete de prensa de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)**

**Jesús Herrera 625 87 27 80 / Manuela Hernández 651 86 72 78**