



## NOTA INFORMATIVA

**DEPORTISTAS, SANITARIOS Y PACIENTES RENALES PARTICIPARÁN EN LA “III CARRERA SOLIDARIA MUÉVETE POR LA SALUD RENAL” PARA SENSIBILIZAR SOBRE LAS ENFERMEDADES DEL RIÑÓN Y APOYAR A LOS AFECTADOS**

Organizada por la Sociedad Española de Nefrología y la Fundación Senefro, esta carrera se celebrará el próximo 10 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 14 de marzo.

La prueba se realizará en distintas categorías, con una distancia de 5 km. para mayores de 12 años, con o sin discapacidad; y otra 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 ella 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.

El plazo de inscripción para participar ya está abierto y puede realizarse a través de la web del Día Mundial del Riñón y la Carrera Solidaria ([www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)).

**Madrid, 13 de febrero de 2024.**- El Parque Juan Carlos I Madrid acogerá el próximo domingo 10 de marzo, a las 10.00 horas, la “III Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal”, una actividad en la que deportistas, pacientes renales y trasplantados, profesionales sanitarios y ciudadanos aficionados al deporte en general participarán con el fin de concienciar a la sociedad sobre la Enfermedad Renal Crónica 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 en España. Esta patología se ha convertido en un grave

problema de salud pública y se estima que afecta ya al 15% de la población adulta en España. Además, la prevalencia del Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -diálisis o trasplante- ha aumentado más de un 30% en la última década en nuestro país, con un elevado impacto socio-sanitario para los pacientes afectados; y se prevé que se convierta en la segunda causa de muerte en nuestro país.

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. Además, cuenta 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), 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 14 de marzo**, y que busca precisamente sensibilizar a las administraciones e instituciones públicas y a la ciudadanía en general del crecimiento de la Enfermedad Renal Crónica en las últimas décadas y de la necesidad de cuidar la salud de los riñones como principal media de prevención para evitar la ERC.

La carrera se realizará en distintas categorías, con una distancia de 5 km. para mayores de 12 años (cumplidos la semana de la carrera), con o sin discapacidad; y una distancia de 500 metros para menores nacidos entre 2012 (después del 10 de marzo) y 2022. Las pruebas se realizarán todas 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).

Como en ediciones anteriores, esta 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 ella 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 en Madrid también podrá realizarse en modo virtual, de manera que los participantes inscritos podrán realizar en su propia ciudad o municipio la carrera, entre los días 6 y 10 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.

El plazo de inscripción para participar ya está abierto, y pueden realizarse a través de la web del Día Mundial del Riñón y la Carrera Solidaria ([www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)), hasta el 26 de febrero (para la prueba virtual) y hasta el viernes 8 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 oficial de la prueba y el dorsal).

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

La Enfermedad Renal Crónica (ERC) es un importante problema de salud pública en todos los países y también en España. Conocida como la “epidemia silenciosa”, es una patología creciente que **ya afecta aproximadamente al 15% de la población adulta en España (unos 7 millones de españoles)**, a pesar de que es poco conocida por la población. La prevalencia del Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, las personas en tratamiento de diálisis o trasplante para reemplazar la función de sus riñones- ha aumentado más de un 30% en la última década en España, con un elevado impacto socio-sanitario. En 2022 (último año con datos registrados), un total de 66.982 personas con ERC avanzada recibían TRS en nuestro país, mientras que 7.119 lo iniciaron a lo largo de ese año.

Según un estudio basado en un modelo de microsimulación que ha permitido proyectar la epidemiología y costes asociados a la ERC basándose en su evolución actual, los costes sanitarios directos de la ERC aumentarán un 13,8% en cinco años, alcanzando los 4.890 millones de euros en el año 2027, una cifra que equivale al 7% del presupuesto actual de todas las comunidades autónomas en Sanidad y que se acerca al presupuesto total de comunidades como Navarra o Asturias. El 42,5% de ese gasto corresponderá al coste directo de los pacientes en TRS, el cual se elevará en 2027 por encima de los 2.000 millones, una cifra superior al presupuesto global de una comunidad como la Rioja. Si no avanzamos en prevención y detección precoz, en pocos años, un tercio de las personas mayores de 65 años tendrá ERC y esta será la segunda causa de muerte 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 de en torno al 40%.

Por ello, la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), junto a pacientes y otras organizaciones, piden un mayor esfuerzo a las autoridades sanitarias y administraciones públicas para potenciar la prevención y el diagnóstico precoz de la ERC a través de un 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/2024dmr/recorrido-2024/>

**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.)**

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