

# 4<sup>a</sup> Carrera Solidaria

Muévete por la Salud Renal

Domingo 9 de marzo

2025

10:00h. Parque Juan Carlos I · MADRID 5km



¿No puedes acudir a la carrera en MADRID?  
PARTICIPA EN LA FILA 0

Los ingresos irán destinados al programa de actividades de la  
Asociación Para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón ALCER

Organizado por:  
Sociedad Española de Nefrología fundación senefro

Entidades colaboradoras:



FUNDACIÓN RENAL ESPAÑA MADRID



Con el patrocinio:  
CSL Vifor

[www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)

## NOTA INFORMATIVA

**LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEFROLOGÍA PONE EN MARCHA LA “4ª CARRERA SOLIDARIA MUÉVETE POR LA SALUD RENAL”, EN LA QUE DEPORTISTAS, SANITARIOS Y PACIENTES CORRERÁN PARA SENSIBILIZAR SOBRE EL IMPACTO DE LAS ENFERMEDADES DEL RIÑÓN Y APOYAR A LOS AFECTADOS**

La carrera, organizada junto a la Fundación Senefro, se celebrará el próximo 9 de marzo en el Parque Juan Carlos I de Madrid y se enmarca en las actividades del Día Mundial del Riñón que se celebra el próximo 13 de marzo.

La actividad 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 Lucha contra las Enfermedades Renales (ALCER), orientado a la mejora de los pacientes renales.

La prueba se realizará en distintas categorías, con una carrera de 5 km. para mayores de 12 años, con o sin discapacidad; y otras carreras infantiles de 500 metros para menores de 12 años.

La inscripción ya puede realizarse a través de la web del Día Mundial del Riñón y la Carrera Solidaria ([www.diamundialdelriñon.com](http://www.diamundialdelriñon.com)).

Todos aquellos que no puedan acudir a la carrera en Madrid, tendrán la posibilidad de participar y colaborar con la iniciativa a través de la FILA CERO (dorsal 0).

**Madrid, 6 de febrero de 2025.-** La Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y la Fundación Senefro organizarán por cuarto año consecutivo la “Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal”, una actividad que se desarrollará el 9 de marzo en el

Parque Juan Carlos I Madrid con el fin de concienciar a la sociedad sobre el crecimiento de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) 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 iniciativa se enmarca en las actividades con motivo del **Día Mundial del Riñón**, una efeméride que se celebra este año en España y el mundo el **próximo 13 de marzo**, y que busca precisamente sensibilizar a las administraciones e instituciones públicas y a los ciudadanos en general del crecimiento del aumento ERC en las últimas décadas y de la necesidad de cuidar la salud de los riñones como principal vía de prevención.

La ERC es una 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 en pocos años.

La carrera cuenta con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid y se organiza bajo la dirección técnica de la revista SPORT LIFE, del grupo SportLife Ibérica. Además, cuenta con la colaboración un año más 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 Española, además de con el patrocinio de CSL Vifor y la colaboración de AstraZeneca, Bayer, Diaverum, Fresenius Medical Care y GSK.

La carrera se realizará en distintas categorías, con una carrera de 5 km. para mayores de 12 años (cumplidos la semana de la carrera), con o sin discapacidad; y otras carreras infantiles de 500 metros (no competitivas) para menores nacidos entre 2013 (después del 9 de marzo) y 2023. Las pruebas se realizarán todas de forma íntegra por el Parque Juan Carlos I, a partir de las 10.00 horas, 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 la carrera está prevista la participación de pacientes renales y de 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.

La carrera incluye premios para los 3 primeros y 3 primeras clasificadas de cada categoría, y los participantes en las carreras infantiles tendrán una medalla conmemorativa. Asimismo, todos los inscritos a la carrera que finalicen la prueba y acrediten su tiempo correctamente tendrán diploma de su participación en 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)) y a través de la web [www.deporticket.com](http://www.deporticket.com), hasta el 7 de marzo. El precio de la inscripción es de 5€ para la distancia de 5 km y de 3€ para la carrera infantil (incluyendo en ambos casos pack de bienvenida, la camiseta oficial de la prueba y el dorsal).

Para aquellos que no puedan participar en la carrera, los organizadores han habilitado una FILA CERO para que se pueda colaborar adquiriendo el "Dorsal 0", al precio de 5€. Esta inscripción incluye igualmente pack de bienvenida, la camiseta y el dorsal, que se enviará a los

inscritos para que el día de la prueba puedan correr con su camiseta y publicar en redes sociales una foto con el #hashtag #CarreraDMR para así ayudar a dar visibilidad a la causa.

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

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 muy desconocida para los ciudadanos en general, pero muy creciente en los últimos años. De hecho, afecta ya al 15% de la población en nuestro país (más de 6 millones de españoles), en cualquier estadio de la enfermedad e incluyendo a las personas sin diagnosticar. Además, la ERC tiene un fuerte impacto en la expectativa de supervivencia y calidad de vida de los pacientes y representa una importante carga para el sistema público sanitario. La prevalencia de las personas con ERC en Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, las personas en diálisis o que han recibido un trasplante para reemplazar la función de sus riñones- ha crecido entre un 30% en la última década. En 2023 (último año con datos registrados), un total de 67.625 personas con ERC avanzada recibían TRS en nuestro país.

Estas cifras preocupantes también se trasladan a la incidencia (los nuevos casos de pacientes), ya que en los últimos diez años el número de personas que necesitaron iniciar tratamiento de diálisis o trasplante renal ha aumentado cerca de un 30%, con un total de 7.280 personas que iniciaron TRS en 2023. De hecho, de seguir su ritmo actual de crecimiento, si no avanzamos en prevención y detección precoz, en pocos años un tercio de las personas mayores de 65 años tendrán ERC y se convertirá en la segunda causa de muerte en nuestro país tras el Alzheimer. En el mundo hay unos 2,6 millones de personas con ERC en tratamiento de diálisis, y se estima que el 2030 esta población alcance los 5,4 millones de personas, convirtiéndose además en la quinta causa de muerte en el mundo en 2040.

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, con el desarrollo de 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, fomentando el trasplante y potenciando las terapias de diálisis domiciliaria.

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

<https://www.xn--diamundialdelrion-txb.com/2025dmr/4-carrera-solidaria/>

**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**