



NOTA INFORMATIVA

LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEFROLOGÍA ORGANIZA LA “5ª CARRERA SOLIDARIA MUÉVETE POR LA SALUD RENAL”, EN LA QUE DEPORTISTAS, SANITARIOS Y PACIENTES CORRERÁN POR LAS CALLES DE MADRID PARA SENSIBILIZAR SOBRE EL IMPACTO DE LAS ENFERMEDADES DEL RIÑÓN

La carrera, organizada junto a la Fundación Senefro, se celebrará el próximo 7 de marzo a las 9.00 horas en la zona de Moncloa, con salida y meta en el Parque del Oeste, y se enmarca en las actividades del Día Mundial del Riñón que se celebra el 12 de marzo.

La prueba se realizará en distintas categorías, con una carrera de 5 km. para mayores de 12 años, con o sin discapacidad; y otra carrera infantil de 500 metros para menores de esa edad.

La actividad tiene un carácter 100% solidario, ya que la recaudación irá destinada al proyecto de actividades de la S.E.N. y la Federación Nacional de Asociaciones de Pacientes Renales (ALCER), orientado a la mejora del cuidado de estos pacientes.

La inscripción ya puede realizarse a través de la web del Día Mundial del Riñón y la Carrera Solidaria (www.diamundialdelriñon.com). Todos aquellos ciudadanos que no puedan acudir a la carrera en Madrid, y quieran sumarse a esta causa solidaria pueden participar y colaborar a través de la FILA CERO, adquiriendo el dorsal 0.

La Enfermedad Renal Crónica es una patología que se ha convertido en un grave problema de salud pública y se estima que afecta ya al 15% de la población adulta en España; de ahí la importancia de promover el cuidado de la salud de los riñones como principal medida de prevención y para frenar su notable crecimiento en los últimos años.

Madrid, 26 de enero de 2026.- Con el fin de concienciar a la sociedad sobre el crecimiento de la Enfermedad Renal Crónica (ERC) en España 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, la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) y la Fundación Senefro organizarán por quinto año consecutivo la “**Carrera Solidaria del Día Mundial del Riñón – Muévete por la salud renal**”, que se desarrollará el próximo sábado 7 de marzo por las calles de Madrid, en la zona de Moncloa y con salida y meta en el Parque del Oeste.

Esta iniciativa se enmarca en las actividades del **Día Mundial del Riñón**, una efeméride internacional que se celebrará este año en España y el mundo el **12 de marzo**, y que busca precisamente sensibilizar a las administraciones e instituciones públicas y a los ciudadanos en general del aumento de la incidencia y prevalencia de la ERC en las últimas décadas y de la necesidad de cuidar la salud de los riñones como principal media de prevención.

La ERC es una patología que se ha convertido en un grave problema de salud pública y se estima que afecta ya al 15% de la población adulta en España -en los diferentes estadios de la enfermedad, incluidas las personas sin diagnosticar-. Además, la prevalencia del Tratamiento Renal Sustitutivo (TRS) -es decir, las terapias de diálisis o el trasplante renal- 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 quinta causa de muerte en nuestro país en el año 2040.

La carrera cuenta con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid, 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, y con el patrocinio de CSL.

El evento se organiza bajo la dirección técnica del área de eventos de la revista SPORT LIFE del grupo SportLife Ibérica, y 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 otra carrera infantil de 500 metros (no competitiva) para menores nacidos entre 2014 (después del 7 de marzo) y 2024.

Las pruebas se realizarán todas en el entorno del Parque del Oeste, en el Paseo de Camoens de Madrid, a las 9.00 horas, con salida y meta en el Paseo de Camoens, frente a la Estatua de Eugenio Espejo. El circuito de la carrera será Paseo Camoens (salida), Paseo del Rey, Cuesta de San Vicente, Avda. de Valladolid, Paseo de Ruperto Chapí, Paseo de Camoens (meta), y también se podrá realizar caminando para las personas que se quieran unir.

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 cuidado y la atención al paciente renal. En la carrera está prevista la participación de pacientes renales y deportistas trasplantados que tratan 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 se entregará un trofeo al equipo ganador en la categoría de grupo. Todos los participantes en las carreras infantiles tendrán una medalla conmemorativa, y todos los inscritos a la carrera que finalicen la prueba y acrediten su tiempo correctamente tendrán un 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.diamundialdelrinon.com) y a través de la web Deporticket (<https://www.deporticket.com/web-evento/12680-v-carrera-solidaria-del-dia-mundial-del-rinon>), hasta el 6 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 en Madrid el 7 de marzo, 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 (con gastos de envío), 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 mayor visibilidad a la enfermedad renal.

La ERC en España, un problema de salud pública

La ERC es un grave 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). Además, esta patología 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 con ERC avanzada que necesitan diálisis o que han recibido un trasplante para poder seguir viviendo- ha crecido un 30% en la última década. En 2024 (último año con datos registrados), un total de 68.403 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 también ha aumentado cerca de un 30%, con un total de 7.300 personas que iniciaron TRS en 2024. Es decir, cada 75 minutos una persona entró en un programa de diálisis y/o recibió un trasplante renal, lo que demuestra el importante impacto de la ERC. 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 5ª causa de muerte en nuestro país en 2040. 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.

El crecimiento de esta patología 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 profesionales sanitarias, piden un mayor esfuerzo a las autoridades 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, que aportan importantes beneficios clínicos y sociales y laborales a los afectados.

Acceso al recorrido y programa horario de la Carrera:

<https://www.diamundialdelriñon.com/2026dmr/5-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