

La cinta se ha presentado de la mano de la Asociación Asturiana de Diabéticos (ASDICO)

La diabetes afecta a más del 7% de la población en Asturias

- El documental “Reto Sénior, una historia de superación” demuestra que es posible mantener un buen control de la diabetes tipo 2 con dieta sana y actividad física regular
- La enfermedad supone la quinta causa de mortalidad en España y genera hasta un 7,4% del gasto sanitario total¹
- Reto Sénior es una acción de la campaña **esDIABETES, TÓMATELA EN SERIO** y puede verse en www.esdiabetes.org

Gijón (Asturias), 6 de febrero de 2015 -. La prevalencia de diabetes diagnosticada en la población mayor de 14 años de Asturias es del 7,3%¹. La enfermedad supone la quinta causa de muerte en España y se estima que el coste por esta enfermedad ha supuesto hasta el 7,4% del gasto sanitario total procedente de hospitalizaciones, en primer lugar, seguido de los derivados del tratamiento farmacológico.¹

Sin embargo, con la promoción de actividad física y una dieta equilibrada, entre otros, podría evitarse una proporción elevada de casos de diabetes tipo 2. Para concienciar sobre el papel que juegan los hábitos de vida en el cuidado de esta enfermedad, la **Asociación Asturiana De Diabéticos (ASDICO)** acoge mañana en Gijón una sesión de cine-forum en la que se emitirá el documental **Reto Sénior, una historia de superación**.

La presentación y debate posterior en torno al Reto Sénior irá a cargo de la **Dra. Aida Maestro, especialista en medicina del deporte**. La actividad forma parte del proyecto de difusión del documental entre los pacientes y sus amigos y familiares, que llevará a proyectar la cinta en un total de **25 asociaciones de pacientes de diabetes de toda España** entre 2014 y 2015.



“Al tratarse de una enfermedad silente, que no duele, el paciente ve tan lejana la posibilidad de tener complicaciones que no le parece preocupante no llevar un buen control de la diabetes”, advierte la Dra. Maestro. “Reto Sénior explica de forma sencilla cómo puede afectar la diabetes a la calidad de vida y enseña a los pacientes que tienen en sus manos la herramienta para mejorar el control: cuidar la dieta, realizar ejercicio y tener en cuenta la medicación”.

El día a día de la diabetes

La cinta muestra el día a día de un matrimonio, cuyos dos miembros tienen diabetes tipo 2 (DM2), a quien se propuso el desafío de mejorar el control de su patología únicamente mediante un cambio en sus hábitos de vida. Así, durante 12 semanas, Mercedes y Paco han seguido una dieta, un programa de entrenamiento y motivación y un control médico regular, todo ello adaptado a su edad y sus capacidades físicas.

En todo este tiempo, los pacientes han contado con la supervisión y apoyo de un equipo multidisciplinar formado por su médico de familia, el **Dr. Josep Franch, del Centro de Atención Primaria Raval Sud (Barcelona)**; una **dietista nutricionista, Martina Miserachs**; y un **entrenador personal y Catedrático de Educación Física, Felipe Isidro**. Todos ellos se han declarado sorprendidos por los espectaculares resultados conseguidos por Mercedes y Paco en un período de tiempo relativamente corto y por el grado de implicación que mostró la pareja desde la primera semana, así como su compromiso por seguir las recomendaciones de los expertos más allá de la superación del Reto Sénior.

Resultados espectaculares

Por su parte el **Dr. Josep Franch** ha enfatizado que *“Mercedes y Paco han demostrado que es posible llevar un control óptimo de la diabetes simplemente con dieta, ejercicio y un poco de voluntad. Se trata de una inversión de futuro, ya que ahora tienen menos posibilidades de sufrir complicaciones que tres meses atrás, por ello es necesario que sigan por este camino”*.

Y es que Mercedes ha logrado una reducción de un 2% de sus **niveles medios de glucosa en sangre (HbA1c)**, pasando del 8,7 al 6,7%. Mercedes también ha bajado en 4,3 Kg. su peso corporal (de 86,3 a 82 Kg.) y en 12 cm su perímetro abdominal (de 112 a 100 cm.).

En cuanto a Paco, aunque el médico de familia señala que llevaba un mejor control de la diabetes, también ha conseguido resultados destacables: reducción de sus niveles medios de glucosa en sangre (HbA1c) del 6,5 al 6,4%, pérdida de 5 Kg. de peso (de 78,5 a 73,5Kg.) y disminución del perímetro abdominal en 8 cm. (de 110 a 102 cm.).

En lo que se refiere a la **actividad física**, los pacientes han logrado incorporar un programa de ejercicios a su vida diaria (como caminar al menos 30 minutos al día, practicar ejercicios sencillos en casa o utilizar los gimnasios urbanos) y han mejorado en todos los parámetros marcados por el Functional Senior Test, que mide principalmente la fuerza de piernas y brazos, la resistencia aeróbica, la flexibilidad y la agilidad. Con la incorporación de estos hábitos saludables, Mercedes y Paco han conseguido, además, mejorar otros factores de riesgo como los **niveles de colesterol y la presión arterial**.

En palabras de **Mercedes y Paco**, *“ha valido la pena luchar contra la diabetes porque es una enfermedad que trae muchas complicaciones. Nosotros hemos comprobado que, con un buen cuidado, se puede tener una vida mejor, por eso hemos de continuar caminando y seguir con la dieta que nos han recomendado. Si queremos seguir bien, tenemos que continuar así siempre”*.

esDIABETES, TÓMATELA EN SERIO: campaña global de concienciación

El Reto Sénior es una acción de la campaña **esDIABETES, TÓMATELA EN SERIO**, cuyo objetivo es la concienciación global sobre la importancia de adoptar unos hábitos de vida saludables para prevenir o mantener la diabetes controlada. La iniciativa, auspiciada por la Alianza Boehringer Ingelheim y Lilly en diabetes, cuenta con la colaboración y el aval de SED (Sociedad Española de Diabetes), Red GDPS (Grupo de Estudio de la Diabetes en Atención Primaria de la Salud), SEMI (Sociedad Española de Medicina Interna) y FEDE (Federación de Diabéticos Españoles).

La campaña **esDIABETES, TÓMATELA EN SERIO** se puso en marcha en septiembre de 2011 con el lanzamiento de una encuesta de percepción sobre la enfermedad, en la cual participaron cerca de 600 médicos de distintas especialidades y alrededor de 300 pacientes. Posteriormente, la campaña recorrió los mercados de alimentación de varias ciudades españolas para concienciar de la gravedad de la diabetes tipo 2 y de la necesidad de abandonar hábitos de vida poco saludables, especialmente en personas diagnosticadas. Más información en www.esdiabetes.org



Boehringer Ingelheim y Eli Lilly and Company

En enero de 2011, Boehringer Ingelheim y Eli Lilly and Company anunciaron una alianza en el campo de la diabetes que se centra en cuatro compuestos en desarrollo que representan a varias clases de tratamientos. La alianza aprovecha los éxitos de ambas empresas, que son dos de las empresas farmacéuticas líderes del mundo, combinando los sólidos antecedentes de Boehringer Ingelheim en cuanto a innovación basada en la investigación y la innovadora investigación de Lilly, además de su experiencia y su historia de pionera en el campo de la diabetes. Al unir fuerzas, las empresas demuestran compromiso con la atención de los pacientes con diabetes y se mantienen unidas para concentrarse en las necesidades de los pacientes. Obtenga más información sobre la alianza en www.boehringer-ingelheim.com o www.lilly.com.

Boehringer Ingelheim “Aportar valor a través de la innovación”

El grupo Boehringer Ingelheim figura entre las 20 compañías farmacéuticas mayores del mundo. Con sede en Ingelheim, Alemania, trabaja globalmente con 140 afiliadas y cuenta con más de 46.000 colaboradores/as. Desde su fundación en 1885, la compañía de propiedad familiar se ha comprometido con la investigación, el desarrollo, la producción y la comercialización de nuevos productos de alto valor terapéutico para la medicina humana y animal.

La responsabilidad social es un elemento clave en la cultura de empresa de Boehringer Ingelheim. Por ello, la compañía participa en proyectos sociales y cuida de sus colaboradores/as y familias, ofreciendo oportunidades iguales a todos. El respeto, la igualdad de oportunidades y la conciliación entre la vida laboral y la familiar constituyen la base de la cooperación mutua. Así como, la protección del medio ambiente y la sostenibilidad que están siempre presentes en cualquier actividad de Boehringer Ingelheim.

Boehringer Ingelheim se instaló en España en 1952, y a lo largo de estos más de 60 años ha evolucionado hasta situarse entre los primeros 10 del sector farmacéutico en nuestro país. La compañía tiene su sede en España, en Sant Cugat del Vallès (Barcelona), y actualmente, cuenta con más de 1.600 colaboradores/as y dos centros internacionales de producción en Sant Cugat del Vallès y Malgrat de Mar. Para más información sobre la compañía visite: www.boehringer-ingelheim.es

Sobre Lilly Diabetes

En su continuo compromiso con el tratamiento de la diabetes, Lilly aporta a los pacientes tratamientos revolucionarios que les posibilitan vivir más tiempo, más sanos y con mayor calidad. Desde 1923, Lilly ha sido el líder de la industria en terapias pioneras para ayudar a que los profesionales médicos mejoren las vidas de las personas con diabetes, y a continuar con la investigación en medicamentos innovadores que den respuesta a las necesidades no cubiertas de los pacientes. Para obtener más información sobre los productos actuales de Lilly en diabetes visite www.lillydiabetes.es.



Sobre Lilly

Lilly, una compañía líder en innovación, está desarrollando un conjunto de medicamentos líderes en su especialidad, aplicando las novedades tecnológicas más actuales en sus laboratorios de todo el mundo y colaborando con diferentes organizaciones científicas de reconocido prestigio. Con su central en Indianápolis, Indiana (Estados Unidos), Lilly proporciona respuestas –a través de fármacos e innovación– a algunas de las necesidades médicas más urgentes del mundo actual. Para más información visite www.lilly.es.

CONTACTO:

Hill + Knowlton Strategies

Ana Sánchez / Mònica Navas

Email: ana.sanchez@hkstrategies.com Telf.: 93 410 82 63



REFERENCIAS

1. Evaluación de la Estrategia Nacional de Diabetes. Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad. Observatorio de la salud en Asturias. 2012