

RETO SOLIDARIO

CORRER 101 KM POR LA DIABETES

¿QUIENES SOMOS?

AGD (Asociación Gipuzkoana de Diabetes) nace en Octubre de 1986 y fue la primera asociación dedicada a la ayuda de niños/as con diabetes en Gipuzkoa.

Esta Asociación fue fundada en Donostia por 16 familias, las cuales tenían en común, la diabetes de sus hijos/as y decidieron que todos juntos podrían luchar mejor contra esta enfermedad.

Entre sus metas se encontraba la integración en la sociedad de los niños/as con diabetes y tratar de mejorar sus condiciones de vida, a través del apoyo escolar, la mejora de los tratamientos o el apoyo psico-social.

Con los años AGD, creció para atender las necesidades y demandas de todas las personas con diabetes y sus familiares. Actualmente trabaja en distintas áreas, tales como asesoramiento e información, sensibilización, actividades lúdicas y educativas, voluntariado, educación diabetológica, psicología y podología.

Conscientes de la importancia que tiene el apoyo para todas las personas con diabetes y familiares, realizamos programas para la mejora de la calidad de vida y que facilite la consecución de los objetivos de dicha Asociación

Para ello vamos a organizar el reto solidario corriendo 101 km por la diabetes, en el mes de junio, siendo la fecha el 16 de Junio, con la finalidad de conseguir dar visibilidad a la diabetes y conseguir una aportación económica de solidarios patrocinadores, que se donaría íntegramente a AGD.

SOBRE LA DIABETES

Es una enfermedad que se caracteriza por un aumento de la concentración de glucosa en sangre debido a que el páncreas no produce, o el organismo no utiliza, la insulina de forma adecuada.

La insulina es una hormona imprescindible para la vida. Todas las personas necesitamos insulina durante las 24 horas del día de forma continua y variable, es decir, no se necesita la misma cantidad de insulina a todas las horas. Cuando una persona come, necesita más insulina y cuando realiza actividad física necesita menos.

La fábrica de la insulina es el páncreas, que es una glándula situada en la parte izquierda del abdomen, muy cerca del estómago. De allí la insulina pasa a la circulación de la sangre para repartirse por todo el organismo.

Nuestro cuerpo necesita energía para funcionar, al igual que un coche necesita combustible. Esta energía la podemos obtener a partir de los alimentos que ingerimos. Generalmente la mitad de lo que ingerimos contiene hidratos de carbono (también llamados azúcares o glúcidos), los cuales, una vez pasan al estómago e intestino, se transforman mediante la digestión en glucosa, que es el azúcar más sencillo. Cuando los hidratos de carbono se encuentran en forma de glucosa, pasan a la sangre y es en este momento cuando actúa la insulina.

La insulina es necesaria para que la glucosa entre en las células, como si fuera una llave, y así la glucosa pueda ser utilizada como fuente de energía. Sin insulina, la glucosa se acumula en la sangre en exceso y provoca hiperglucemia, y se elimina por la orina, lo cual hace que se orine en gran cantidad (lo que se llama poliuria), y se tenga que beber mucho líquido (polidipsia). La falta de alimento en nuestras células provoca adelgazamiento y cansancio.

¿EN QUE CONSISTE ESTE RETO?

Correr 101 km, el reto solidario de Ana Isabel Pineda, el próximo 16 de junio, Ana Isabel correrá 101 km en las pistas de Atletismo de Plaiaundi (Irún), con el fin de llamar la atención sobre la enfermedad y recaudar fondos para la Asociación Gipuzkoana de Diabetes.

Toda una prueba de fuego en la que Ana Isabel cuenta con el apoyo de la AGD. Para ello, se ha puesto en marcha el reto 101 km solidarios por la diabetes a

Pº Mons. 100 bajo, 20015 Donosita-Gipuzkoa • CIF G20143350

Teléfono 943320216-665717230

gipuzkoadiabetes@gmail.com • www.gipuzkoadiabetes.com

través de la iniciativa web de crowdfunding <https://retoporladiabetes101.my.canva.site/101kmporladiabetes>, con el fin de divulgarlo entre la población y de conseguir apoyo social y económico.

El día 16 de junio, Ana Isabel, correrá los 101 km, y con ello, animamos a amigos, patrocinadores, colaboradores y todo aquel que se identifique con esta causa a participar en la recaudación de fondos que irá destinada a proyectos y servicios de la Asociación para una mejora en la calidad de vida de las personas con diabetes y familiares.

¿QUIEN ES ANA ISABEL PINEDA?

ANA, ISABEL es amante del deporte y sus valores son: Humildad, esfuerzo, disciplina y generosidad.

Quiere lanzar un mensaje a la sociedad: “Todos tenemos derecho a una vida digna, para ello es importante que todos pongamos nuestro granito de arena”

PALMARÉS

-2017- Campeona de Euskadi de 100km Categoría absoluta

-2018- Sexta española y Veintidós del mundo en el campeonato del mundo de media maratón Categoría Máster

-2023-Campeona de Guipúzcoa de 1500m en pista Categoría Máster

-2023-Campeona de Euskadi de 1500m en pista Categoría Máster

Campeona de Guipúzcoa de Cros 2023-Campeona de la liga de Euskadi de Cross en Categoría Máster

OBJETIVOS DEL RETO

Dar visibilidad a las personas con diabetes y familiares

Reclamar mejoras para el colectivo con diabetes tales como:

- Acceso a las nuevas tecnologías para todas las personas con diabetes
- Enfermera escolar para niños y niñas con diabetes
- No discriminación en el entorno laboral

BENEFICIOS

Todo lo recaudado será destinado a la organización de proyectos y servicios de la Asociación para una mejora en la calidad de vida de las personas con diabetes y familiares.

¿DONDE SE REALIZARÁ EL RETO?

El recorrido será en las pistas de atletismo de Plaiaundi de Irún, Ana Isabel correrá 101km.



PROPUESTA DE PATROCINIO

Para este reto solidario estamos buscando patrocinadores y colaboradores.

PATROCINADORES:

El patrocinador principal será aquel que aporte 5.000€

Repercusión: Dos menciones de su empresa en nuestras RRSS (logo+ descripción empresa) y posibilidad de poner su logotipo en la pista.

COLABORADORES:

Los colaboradores principales podrán comprar km, siendo la cantidad de 200€ xkm
Repercusión: Mención en los stories de Instagram y publicidad de la empresa colaboradora.

Pº Mons. 100 bajo, 20015 Donosita-Gipuzkoa • CIF G20143350

Teléfono 943320216-665717230

gipuzkoadiabetes@gmail.com • www.gipuzkoadiabetes.com

KM 0: *Todo aquel que quiera colaborar podrá donar una cantidad mínima de 5€*

ESFUERZO, SOLIDARIDAD Y AMISTAD

Un reto de esta magnitud no sería posible sin el apoyo de amigos/as, familiares y todas aquellas personas sensibilizadas con la diabetes. En todos los casos, lo que importa es dar un poco de uno mismo para alguien más. Promover la solidaridad y las ganas de ayudar, con lo poco o mucho que uno pueda dar.

En el caso de Ana Isabel, correr los 101 km, representa un reto personal que implica emoción, desgaste físico, pero también una forma de hacer conciencia sobre cómo podemos dar un poco de nuestra solidaridad a los demás.

GRACIAS POR VUESTRO APOYO!!!!