

DIABETES MARATHON

Tutti di corsa per uno stile di vita più sano

Presentata ieri a Forlimpopoli l'edizione 2015, ricca di novità

FORLIMPOPOLI. Presentata ieri a "Casa Artusi" la seconda edizione della "Diabetes Marathon", chilometri di corsa ed a piedi per tutti i gusti ed almeno 30mila euro da racco-

gliere per finanziare i campi scuola formativi per bambini ed adolescenti diabetici. L'idea è venuta due anni fa all'Associazione diabetici-forlivese.

Grazie alla collaborazione dell'Unità operativa di endocrinologia e malattie metaboliche dell'ospedale di Forlì e alla direzione tecnica di Trail Romagna, l'evento è stato un successo. Si replicò il 26 aprile con tante novità. Nel 2014 furono raccolti oltre 30mila euro, con 2mila iscritti, 325 volontari e 28 poliziotti municipali. Anche quest'anno il percorso si snoderà all'interno del centro di Forlì, toccando il parco Franco Agosto e piazza Saffi. All'iniziativa collabora il Comune di Forlì, l'Edera atletica, Forlì Cammina, l'Avis, Corri Forrest ed Edera Triathlon. Tante le possibilità di partecipazione: la gara regionale della Fidal di 10 chilometri competitiva sulla stessa distan-



za e l'originale "In tre per Diabetes Marathon", con tre amici che si iscrivono insieme senza visita medica, ma con pettorina e numero di gare, la camminata ludico motoria di 7,5 chilometri, il nordic walking con istruttore sempre sulla stessa distanza; il "Parco del novecento", itinerario turistico architettonico di 5 chilometri, ed attività e giochi per

bambini al campo "Goti", cuore dell'evento. Contemporaneamente ci sarà la "Festa del volontariato" e ci sarà il pasta party con l'associazione "Il Molino". All'incontro erano presenti Pierre Cignani e Marco Tellarini, a rappresentare l'adf, Ciro Costa per Trail Romagna e Maurizio Nizzoli, direttore di Endocrinologia dell'ospedale di Forlì.

«Quest'anno il "Diabetes Marathon" durerà tre giorni - ha spiegato Tellarini - perché coinvolgerà anche altre città romagnole come Ravenna, Cesena e Rimini in cui le associazioni locali del nostro gruppo proporranno convegni su tecnologie e alimentazione». L'obiettivo dell'iniziativa è anche sensibilizzare sui corretti stili di vita e di alimenta-

zione che, come ha spiegato Nizzoli, possono consentire ai diabetici di avere una vita normale. Presenti, fra gli altri, anche il parlamentare Marco Di Maio, Adriano Bonetti, assessore comunale di Forlimpopoli, e l'assessore allo sport del Comune di Forlì, Sara Samorì. Per informazioni www.diabetesmarathon.it.

Matteo Miserocchi



A sinistra la presentazione dell'evento che si è svolta a Forlimpopoli. A lato la partenza del 2014.

LA MALATTIA

Nella provincia di Forlì-Cesena si stima che 20.000 persone abbiano il diabete e il loro numero è destinato a crescere. 4,2 maschi su 10 sono in sovrappeso e 1,2 sono su 10 sono obesi. Tra le femmine, 2,6 su 10 sono sovrappeso e 1 su 10 obese. Molti fanno poco movimento: 3,1 persone su 10 affermano di non svolgere mai attività sportiva. Le persone affette da diabete ogni giorno devono tenere sotto controllo la glicemia, scegliere un'alimentazione sana, fare esercizio fisico e prendere i farmaci prescritti. La gran parte delle persone con diabete in provincia di Forlì-Cesena si impegna per ridurre i rischi, grazie a questo tra il 2001 e il 2010 i ricoveri per complicanze sono scesi in Emilia Romagna del 31 per cento.