



Representantes de los distintos maratones de España que acudieron ayer a la presentación de la iniciativa.

Hermandad entre los **maratones**

● Las pruebas de España se unen para fomentar hábitos saludables y frenar las malas prácticas

S. V.

El acto *Maratones por la Salud* reunió ayer, con motivo del Día Mundial de la Salud, a los principales maratones de España en la Ciudad de las Artes y las Ciencias de Valencia. El objetivo estaba claro: lanzar un mensaje de tranquilidad para frenar el alarmismo generado en la sociedad ante las afirmaciones de que correr no es sano. El evento se celebró en la sala polivalente del Museo Príncipe Felipe, a la que asistieron organizadores de 13 maratones del calendario nacional —entre ellos el de Sevilla—, la Real Federación Española de Atletismo, y los representantes institucionales del Ayuntamiento de Valencia y la Generalitat Valenciana en salud, con Maite Girau, concejal de Deporte y Salud, y Ricardo Campos, subsecretario de la Consejería de Sanidad Universal y Salud Pública de la Generalitat Valenciana.

En la charla coloquio partici-

paron los responsables del Zurich Maratón Barcelona, EDP Rock'n'Roll Madrid Maratón & ½, Zurich Maratón de Sevilla y el Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP, con presencia e intervención de algunos responsables del área médica.

Desde el Maratón de Barcelona, Bep Solé aseguró que los organizadores de maratones “debemos ser capaces de fomentar hábitos saludables y frenar malas prácticas”. También destacó que “el corredor se gasta 120 euros en unas zapatillas y no en una prueba de esfuerzo”, un hábito muy presente en la sociedad, que debe cambiarse.

Por su parte, Pedro Rumbao, de la R'n'R Maratón Madrid, afirmó que “correr una prueba de larga distancia no tiene por qué ser perjudicial para la salud, pero se debe hacer bajo unos controles”. Rumbao también incidió en que “hay que concienciar y educar al corredor. Deben tener una vida saludable y ponerse en manos de expertos”. También



RAUL CARO CADENAS / EFE

Maratón de Sevilla.

participó José Antonio Martín, director de servicios asistenciales de su maratón, para explicar el compromiso de la prueba con la salud y la seguridad.

Francisco Javier Gavela, del Maratón Sevilla, recordó que, “como organizadores, no queremos que los corredores pongan en juego su salud por no estar bien preparados” y añadió que “también sirve para conocer el umbral de entrenamiento de cada corredor”. Otro punto a destacar fue la preparación, ya que “se debe centrar en el seguimiento médico, la planificación de entrenamiento y la monitorización”. Finalmente, Paco Borao, presi-

dente de la SD Correcaminos y director del Maratón Valencia, aseguró que “Valencia se preocupa todo el año por la salud de los corredores. Tenemos un proyecto continuo y hemos tomado medidas para ello, como reducir el tiempo límite o dar cursos de Reanimación Cardiopulmonar”, dando paso a Carlos Hernando de la Universitat Jaume I, que presentó el estudio CRS, donde se han extraído 54.000 datos de análisis y analíticas en corredores a través de 32.000 horas de seguimiento y pruebas para determinar que “correr un maratón no empeora tu salud con la preparación adecuada”.

Los organizadores de Maratón de Alcalá, Maratón BP Castellón, Zurich Maratón Donostia, Gran Canaria Maratón, Maratón de Málaga, Palma Marathon Mallorca, EDP San Fermín Marathon, EDP Vitoria-Gasteiz Maratón Martín Fiz y el Mann Filter Maratón de Zaragoza también estuvieron presentes en la jornada y participaron en la posterior charla-coloquio.

Carlota Castrejana, nueva directora del Área Corporativa y Desarrollo de la Real Federación Española de Atletismo, puso el broche final a esta jornada de hermandad maratoniana, asegurando que “el deporte es autoestima, cultura y salud” y destacando la “unión y hermandad que se ha vivido con una competencia y amistad sana para el atletismo”.

Este primer acto de hermandad entre maratones pretende ser el inicio de un camino conjunto entre las organizaciones de larga distancia en nuestro país, que mostraron su deseo de compartir argumentos en el futuro por la salud de los corredores y de mantener reuniones periódicas para seguir trabajando en acciones y decisiones conjuntas que contribuyan a tener maratonianos saludables y carreras más seguras.