



ConArtritis organiza este fin de semana su IV Carrera Solidaria “Camina y Pedalea por la artritis y la espondilitis anquilosante”

Madrid, octubre de 2023.- Las personas con enfermedades como la artritis reumatoide y la espondilitis anquilosante tienen que permanecer activas para controlar los efectos de sus dolencias, pero a veces no les resulta fácil. Para apoyar a este colectivo, la **Coordinadora Nacional de Artritis (ConArtritis)** organiza, dentro de su campaña “**Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis**” la cuarta edición de su **carrera solidaria “Camina y pedalea por la artritis y la espondilitis anquilosante”, que tendrá lugar los días 7 y 8 de octubre**, e invita a participar al mayor número de personas afectadas con estas dolencias, sus familiares, amigos y equipos médicos, así como a la sociedad en general, mediante la realización de una determinada cantidad de kilómetros (2,5 ó 10) caminando, corriendo, en bicicleta o en silla de ruedas. Entre todos los participantes en esta carrera, en sus diferentes modalidades, se sortearán diferentes premios para fomentar la participación y motivar a los inscritos en la misma.

Se trata de sumar kilómetros, de participar y compartir la experiencia en redes sociales con los hashtag #CaminAR23 y #PedalEA23 para dar a conocer estas enfermedades y mostrar el apoyo de la sociedad. Esta carrera, que pretende resaltar la importancia de realizar ejercicio físico cuando se tiene este tipo de dolencias, forma parte del conjunto de actividades programadas por la **Coordinadora Nacional de Artritis (ConArtritis)** dentro de su **campaña “Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis”** para dar visibilidad a **enfermedades como la artritis reumatoide, la artritis psoriásica, la artritis idiopática juvenil y la espondiloartritis, que afectan a más de un millón de personas en España** y condicionan su rutina diaria y su vida social y profesional.

La **práctica deportiva** es una de las fórmulas para contrarrestar el impacto del conjunto de síntomas que repercuten en la calidad de vida de las personas con artritis y espondilitis anquilosante, como **el dolor crónico, la fatiga, la inflamación articular o la movilidad reducida**. El ejercicio ayuda también a la gestión emocional de estas enfermedades, en las que la organización ConArtritis hace hincapié para que la población reconozca estas patologías y sea posible una detección precoz que ayude a su control y tratamiento de manera inmediata.

La campaña de octubre incluye un **amplio conjunto de actividades y acciones para dar visibilidad a** estas enfermedades, como la **Iluminación de verde** de edificios emblemáticos que tuvo lugar el 1 de octubre, Día Nacional de la Artritis; la celebración el 18 y 19 de octubre del **III Congreso de Personas con Artritis y Espondiloartritis**, con la participación de expertos en estas enfermedades; y “**Ven de verde**”, una iniciativa en redes sociales que invita a vestir de color

C/ Ferrocarril, 18, 2º-Ofc. 1 - 28045 Madrid - Teléfono: 91 535 21 41 - web: www.conartritis.org

Síguenos en:





verde el 12 de octubre, Día Mundial de las Enfermedades Reumáticas.

Toda la campaña se puede seguir con el hashtag #OctAR23, así como en la página web de la asociación, www.conartritis.org.

En esta campaña participan activamente las asociaciones miembros de ConArtritis: Asociación de Ciudad Real de Enfermos de Artritis Reumatoide, Psoriásica y Juvenil (ACREAR), Asociación de Artritis Reumatoide y Espondilitis Anquilosante de Álava (ADEAR), Asociación de Familiares y Afectados de Espondilitis Anquilosante de Burgos (AFAEA), Asociación Guipuzcoana de Afectados por Enfermedades Reumáticas (AGAER), Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis (AMDEA), Asociación Artritis Oscense (ARO), Asociación Enfermos de Artrite Pontevedra (ASEARPO), Asociación Tinerfeña de Enfermos Reumáticos (ASTER), Asociación Valenciana de Afectados de Artritis (AVAAR), Liga de Enfermos Vizcaínos de Artritis Reumatoide (LEVAR); sus delegaciones ConArtritis-Alcorcón, ConArtritis-Madrid, ConArtritis-Mallorca, ConArtritis-Marbella, ConArtritis-Santiago y ConArtritis-Toledo; y las asociaciones invitadas a la campaña: Asociación de Afectados por Enfermedades Reumáticas Autoinmunes (ACERA), Asociación de Autoinmunes y Lupus Almería (ALAL) y Liga Reumatológica de León (LIRELEÓN).

La **Sociedad Española de Reumatología** y la **Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMergen)** han declarado de interés social esta campaña, que cuenta con la colaboración de AbbVie, Janssen, MSD, Pfizer, Sandoz y UCB y el patrocinio de Biogen, Bristol Myers Squibb, Galapagos, Nordic Pharma, Lilly y Sanofi.

Sobre ConArtritis

La Coordinadora Nacional de Artritis, **ConArtritis**, es una asociación sin ánimo de lucro que engloba a 14 asociaciones de personas con artritis y otras enfermedades reumáticas inmunomediadas de toda España y dispone de 15 delegaciones. Tiene como misión integrar y representar a dichas asociaciones ante las administraciones y los gestores sanitarios a fin de promover iniciativas públicas y legislativas que redunden en la plena integración social y laboral y en la mejora de la calidad de vida de los pacientes. **ConArtritis** proporciona a las asociaciones que engloba, su experiencia y asesoría, así como información de relevancia sobre las enfermedades y los últimos avances médicos y científicos para su tratamiento. De manera continuada, **ConArtritis** promueve el conocimiento de la artritis y otras enfermedades reumáticas inmunomediadas y sus consecuencias entre la sociedad en general. www.conartritis.org

Gabinete de Prensa de la campaña "Octubre, mes de la artritis y la espondiloartritis"

Canales de Comunicación; Tel: +34 91 928 06 79

María Jesús Urra: mjurra@canalesdecomunicacion.es

