



## **ACERCANDO DISTANCIAS, ACERCANDO CAPACIDADES**

### **Tres nadadores atravesaran el estrecho de Gibraltar (x2) con un reto, mejorar la calidad de vida de los niños y jóvenes con discapacidad intelectual**

**Acercando Distancias, Acercando Capacidades es un proyecto que une la superación y el esfuerzo de los deportistas con el que hacen a diario los niños y jóvenes con discapacidades intelectuales, los beneficiarios de un trabajo que impulsan la Fundación Amigos del Hospital del Mar y el Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM).**

**El objetivo es recoger fondos para crear una herramienta informática que ejercite y mejore las capacidades intelectuales de niños y jóvenes con Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales**

**Es una travesía muy difícil que hasta ahora solo han conseguido 12 nadadores y que se llevará a cabo entre el 12 y el 19 de agosto.**

Tres nadadores, Carles Céspedes, Fer Espina y David Presas, acometerán en una jornada, entre los días 12 y 19 de agosto, una dura prueba: atravesar nadando juntos el Estrecho de Gibraltar de ida y vuelta. Éste es un hito único porque combina un clásico de la natación en aguas abiertas con una dificultad añadida, como es el regreso, que lo convierte en un reto complejo que exige mucha fuerza, resistencia y ganas de superarse. El Mar de Fondo es un objetivo solidario, una campaña de micromecenazgo de la Fundación Amigos del Hospital del Mar, un proyecto llamado "Acercando distancias, acercando capacidades", que ayudará a tirar adelante un trabajo con niños con Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales, puesto en marcha por el Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM) en estrecha colaboración con el Centro de Regulación Genómica (CRG).

*"Queremos desarrollar una herramienta informática que, en forma de videojuego para resultar más atractiva, ejercite y mejore las capacidades intelectuales de estos niños y jóvenes. Este tipo de*



*videojuegos para la salud, en los que se juega sin ser consciente que se está participando en una sesión terapéutica, no existen hoy en día para las discapacidades intelectuales" explica Rafael de la Torre, coordinador del grupo de Farmacología Integrada y Neurociencia de Sistemas del IMIM y director del proyecto.*

El grupo de investigadores del IMIM y del CRG que lo promueven llevan más de seis años trabajando en la mejora de las capacidades cognitivas de personas con Síndrome de Down mediante la combinación de un extracto del té verde y de herramientas de estimulación, con resultados muy prometedores.

### **Una travesía especialmente difícil que solo han realizado 12 nadadores hasta ahora**

Cruzar el Estrecho de Gibraltar en la modalidad de ida y retorno es un reto exigente que hasta ahora sólo han conseguido doce nadadores, según la Asociación Cruce a Nado Estrecho de Gibraltar (ACNEG). Está previsto iniciarla a las 6 de la madrugada para hacer la ida en 3 horas y media nadando a 4 km/h y el retorno en 5-6h. Los obstáculos que complicarán este exigente y emocionante reto son: la distancia que separa los dos continentes, de 22 km (44km en total), las fuertes corrientes de la zona, la alta probabilidad de que aparezca la niebla de verano por el contraste entre el aire cálido y el agua fría y el intenso tráfico de grandes barcos (más de 300 diarios). Estos obstáculos condicionaran también la fecha de salida, así que no se concretará la fecha exacta hasta que se den las mejores condiciones para garantizar su seguridad. Para lograrlo, los tres nadadores contarán sólo con sus fuerzas, experiencia, ganas de superación y con su compañía para darse aliento en los momentos más difíciles del duro retorno superando las corrientes marinas.

### **Acercando distancias, Acercando capacidades**

La ilusión para superarse es un derecho al alcance de todos. Por eso, desde Amigos del Hospital del Mar ponemos en marcha campañas como "Acercando distancias, acercando capacidades", que conecta el deseo de superarse y ayudar de tres nadadores con los intereses de mejorar las capacidades cognitivas de las personas con Síndrome de Down.

Como explica el nadador David Presas, *"Unir el reto de la travesía a esta causa es dar un sentido a lo que hacemos. Para nosotros representará un gran esfuerzo conseguirlo, pero para ellos cada pequeña cosa del día a día es un esfuerzo."* Y añade Fer Espina que *"Asociar el reto a esta causa significa dar un nuevo y verdadero sentido y una motivación adicional a nadar"*.

Si queréis seguir los preparativos de la travesía, lo podéis hacer a través del Facebook Apropant distàncies, apropant capacitats: <https://www.facebook.com/ApropantCapacitats?fref=ts>

Y si queréis contribuir también con vuestro esfuerzo de Amigos del Hospital del Mar podéis apoyarles en la web <http://www.migranodearena.org/es/reto/6985/apropant-distancias---apropant-capacitats/>



poniendo vuestro grano de arena para que este proyecto del Grupo de Farmacología Integrada y Neurociencia de Sistemas del IMIM se haga realidad.

### Los tres nadadores

**Carles Céspedes**, ingeniero de telecomunicaciones y MBA, nadador del CE Mediterráneo, exwaterpolista y amante del surf. Ha hecho antes una vez la travesía de ida del Estrecho y también otras de larga distancia como la Travesía Lupus (43km) o el Canal Mallorca-Menorca (40km)

**Fer Espina**, ingeniero informático y MBA, nadador del CE Mediterráneo y apasionado defensor de las causas justas. También ha cruzado el Estrecho de ida y ha hecho el Canal Mallorca-Menorca, el Ultra del Ebro (30km) o la travesía Lanzarote-Fuerteventura (15km).

**David Presas**, asesor contable-fiscal, nadador del CN Aquamasters y Triatleta con el Triatlón Girona Costa Brava. Todavía no ha atravesado nunca el Estrecho pero sí ha hecho un intento del Canal Mallorca-Menorca (hasta los 23 km) y otras travesías como la Tossa-Sant Feliu (13km) o Palamós-Playa de Aro (8,5km).

### Más información

- **Entrevista Rafael de la Torre, director del Proyecto** (<http://bloccmaralaxarxa.parcdesalutmar.cat/?p=847>)
- **Twitter** @AmicsHmar
- **Facebook** Apropant distàncies, apropant capacitats
- **Facebook** AMICS de l'Hospital del Mar
- **Información sobre el proyecto de investigación en Síndrome de Down:** <http://www.cridard.imim.es/>

### Sobre la Fundación Amigos del Hospital del Mar:

Nace formalmente en junio de 2013, con el apoyo del Parque de Salud Mar, con el espíritu inicial de crear una red de personas, empresas e instituciones implicadas y comprometidas, que impulse proyectos sociales, solidarios y de transformación e innovación en el Hospital del Mar. Los impulsores de esta iniciativa son profesionales del Hospital del Mar, antiguos trabajadores, pacientes agradecidos, empresas y personas reconocidas de la sociedad civil que quieren contribuir a hacer más por el centro y el bienestar de sus usuarios. <http://www.amicsdelhospitaldelmar.org/>

### Contacto:

Rosa Manaut, Comunicación Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM), Tel. 933160707/618509885 e-mail: [rmanaut@imim.es](mailto:rmanaut@imim.es)