



APROPANT DISTÀNCIES, APROPANT CAPACITATS

Tres nedadors travessen l'estret de Gibraltar (x2) amb un repte, millorar la qualitat de vida dels nens i joves amb discapacitat intel·lectual

Apropant Distàncies, Apropant Capacitats és un projecte que uneix la superació i l'esforç dels esportistes amb aquell que fan a diari els infants i joves amb discapacitats intel·lectuals, els beneficiaris d'un treball que impulsen la Fundació Amics de l'Hospital del Mar i l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM)

L'objectiu és recollir fons per a crear una eina informàtica que exerciti i millori les capacitats intel·lectuals de nens i joves amb Síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals

És una travessa molt difícil que només han aconseguit fer 12 nedadors fins ara i es farà entre el 12 i el 19 d'agost

Tres nedadors, Carles Céspedes, Fer Espina i David Presas, faran una dura prova, en una data entre el 12 i el 19 d'agost (segons condicions climatològiques): travessar nedant plegats l'Estret de Gibraltar d'anada i tornada. Aquesta és una fita que combina un clàssic de la natació en aigües obertes amb una dificultat afegida, com és la tornada, que la converteix en un repte que exigeix molta força, resistència i ganes de superar-se. La Mar de Fons és una fita solidària, una campanya de micromecenatge de la Fundació Amics de l'Hospital del Mar, un projecte anomenat "Apropant distàncies, apropant capacitats", que ajudarà a tirar endavant un treball amb infants i joves amb Síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, posat en marxa per l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM) en estreta col·laboració amb el Centre de Regulació Genòmica (CRG).

"Volem desenvolupar una eina informàtica que, en forma de videojoc per a resultar més atractiva, exerciti i millori les capacitats intel·lectuals d'aquests nens i joves. Aquest tipus de videojocs per a la salut, en els quals es juga sense ser conscient que s'està participant en una sessió terapèutica, no existeixen avui en dia per a les discapacitats intel·lectuals" explica Rafael de la Torre, coordinador del Grup de Farmacologia Integrada i Neurociència de Sistemes de l'IMIM i director del projecte.



El grup d'investigadors de l'IMIM i el CRG que el promouen porta més de sis anys treballant en la millora de les capacitats cognitives de persones amb Síndrome de Down mitjançant la combinació d'un extracte del té verd i d'eines d'estimulació, amb resultats molt prometedors.

Una travessa especialment difícil que només han fet 12 nedadors fins ara

Creuar l'Estret de Gibraltar en la modalitat d'anada i tornada és un repte molt exigent que fins ara només han aconseguit dotze nedadors, segons l'Asociación Cruce a Nado Estrecho de Gibraltar (ACNEG). Està previst iniciar-la a les 6 de la matinada per a fer l'anada en 3 hores i mitja nedant a 4 km/h i la tornada en 5-6h. Els obstacles que complicaran aquest exigent i emocionant repte són: la distància que separa els dos continents, de 22 km (44 km en total), els forts corrents de la zona, l'alta probabilitat de que aparegui la boira d'estiu pel contrast entre l'aire càlid i la fredor de l'aigua i l'intens tràfic de grans vaixells (més de 300 vaixells diaris). Aquests obstacles condicionaran també la data de sortida, i és per aquest motiu que la data exacta no la sabem fins que es donin les millors condicions per a garantir la seva seguretat. Per a assolir el repte, els tres nedadors comptaran només amb les seves forces, experiència, ganes de superació i amb la seva companyia per a donar-se alè en els moments més difícils de la dura tornada superant els corrents marins.

Aproant distàncies, apropant capacitats

La il·lusió per superar-se és un dret de tots. Per això, des d'Amics de l'Hospital del Mar posem en marxa campanyes com "Aproant distàncies, apropant capacitats", que connecta el desig de superar-se i ajudar de tres nedadors amb els interessos de millorar les capacitats cognitives de les persones amb síndrome de Down.

Com explica el nedador David Presas, "*Lligar el repte de la travessia a aquesta causa és donar un sentit al que fem. Per nosaltres representarà un gran esforç aconseguir-ho, però per a ells cada petita cosa del dia a dia és un esforç.*" I Fer Espina afegeix que "*Associar el repte a aquesta causa significa donar un nou i veritable sentit i una motivació addicional a nedar*".

Si voleu seguir els preparatius de la travessa, ho podeu fer a través del Facebook Aproant distàncies, apropant capacitats: <https://www.facebook.com/AproantCapacitats?fref=ts>

I si voleu contribuir també amb el vostre esforç podeu fer-los costat al web <http://www.migranodearena.org/es/reto/6985/aproant-distancias---apropant-capacitats/> posant el vostre gra de sorra per a què aquest projecte del Grup de Farmacologia Integrada i Neurociència de Sistemes de l'IMIM es faci realitat.

Els tres nedadors

Carles Céspedes, enginyer de telecomunicacions i MBA, nedador del CE Mediterrani, exwaterpolista i amant del surf. Ha fet abans una vegada la travessa d'anada de l'Estret i també altres de llarga distància com la Travessia Lupus (43km) o el Canal Mallorca-Menorca (40km).

Fer Espina, enginyer informàtic i MBA, nedador del CE Mediterrani i apassionat defensor de les causes justes. També ha creuat l'Estret d'anada i ha fet el Canal Mallorca-Menorca, l'Ultra de l'Ebre (30km) o la travessia Lanzarote-Fuerteventura (15km).

David Presas, assessor comptable-fiscal, nedador del CN Aquamasters i Triatlleta amb el Triatló Girona Costa Brava. Encara no ha travessat mai l'Estret però sí ha fet un intent del Canal Mallorca-Menorca (fins els 23 km) i altres travesses com la Tossa-Sant Feliu (13km) o Palamós-Platja d'Aro (8,5km).



Institut Hospital del Mar
d'Investigacions Mèdiques



Més informació

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

Sobre la Fundació Amics de l'Hospital del Mar:

Neix formalment el juny de 2013, amb el suport del Parc de Salut Mar, amb l'esperit inicial de crear una xarxa de persones, empreses i institucions implicades i compromeses, que impulsi projectes socials, solidaris i de transformació i innovació a l'Hospital del Mar. Els impulsors d'aquesta iniciativa són professionals de l'Hospital del Mar, antics treballadors, pacients agraiats, empreses i persones reconegudes de la societat civil que volen contribuir a fer més pel centre i el benestar dels seus usuaris.
<http://www.amicsdelhospitaldelmar.org/>

Contacte:

Rosa Manaut, Comunicació Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM), Tel. 933160707/618509885 e-mail: rmanaut@imim.es