



El número 21 de los Atlanta Hawks, Dominique Wilkins venció en una ocasión a Michael Jordan, el mejor basquetbolista de la historia, en el torneo de clavadas, tras 27 años de esa hazaña su único oponente a vencer es la diabetes.

Hace tiempo y después de retirarse de la NBA, Dominique Wilkins fue diagnosticado con diabetes tipo II a los 40 años para sorpresa de todos, sobretodo de él mismo. Después de perder a su padre y abuelo por la enfermedad decidió hacer todo lo posible para manejar mejor su enfermedad y animar a otros a hacer lo mismo.

Para ello recientemente asoció su nombre a Novo Nordisk, para poner en marcha el Diabetes Dream Team de Dominique Wilkins. El proyecto es una iniciativa nacional en Estados Unidos que ayuda a los adultos con diabetes tipo II personalizar un enfoque en la gestión de los retos diarios de su enfermedad.

Como parte del programa, Dominique Wilkins asiste a conferencias en todo el país, compartiendo su historia personal y da consejos sobre cómo las personas pueden manejar su diabetes. “La diabetes no es una maldición ... cuando me enteré decidí no dejar que me derrotara”, dijo Dominique Wilkins hace unos días en Houston, Texas.

Dominique Wilkins también compartió grandes consejos de cómo manejar la enfermedad incluyendo el equilibrio de la actividad física, una dieta equilibrada y la medicina adecuada, si es necesario. Estos son los tres componentes a un plan de manejo exitoso de la diabetes.

“La diabetes es una enfermedad compleja y se necesita un equipo para obtener los mejores resultados. Cuando me diagnosticaron la enfermedad, formé mi propio ‘Dream Team Diabetes.’” dijo Dominique Wilkins

Una vez más el espíritu de equipo es importante para afrontar la diabetes tipo II. Un equipo en el que el líder es uno mismo, y que cuente con los mejores aliados, puede ser la solución al

correcto manejo y control del padecimiento.

La figura de Dominique Wilkins también debería hacer reflexionar a mucha gente. ¿Cómo es posible que un atleta como Dominique Wilkins, que ha estado en la cima del deporte mundial, haya podido desarrollar diabetes tipo II? Para muchos aún hay tiempo de tomar las riendas de su vida, controlar su dieta y practicar mucho deporte, dos condiciones básicas para frenar la posible aparición de la diabetes.

Con información de www.DiabetesDreamTeam.com .