

# #MÉDULA SKY CHALLENGE 2023

*PLAYA GRANADA - MULHACÉN - ATARFE*



## #MédulaSkyChallenge

***DONA SANGRE - DONA MÉDULA - DONA VIDA***

ORGANIZAN



A BENEFICIO DE



COLABORAN



# #MÉDULA SKY CHALLENGE 2023

## 30 JUN - 01 JUL

## RETO SOLIDARIO

Colabora con tu Bizum al 03316 "Heroes Leucemia"

Elige tu tramo, y corre con nosotros

A BENEFICIO DE



PLAYA GRANADA

ATARFE

# DONA SANGRE - DONA MÉDULA - DONA VIDA

PARA CUALQUIER INFORMACIÓN SOBRE EL EVENTO  
[heroeshastalamedula@gmail.com](mailto:heroeshastalamedula@gmail.com)  
[mskychallenge@gmail.com](mailto:mskychallenge@gmail.com)  
 669764084 | 607735459

COLABORAN ORGANIZAN



#DONA SANGRE  
#MédulaSkyChallenge #DONAMEDULA  
#LUCHA CONTRA LA LEUCEMIA INFANTIL





## **RETO #MÉDULA SKY CHALLENGE 2023**

**PLAYA GRANADA – MULHACÉN – ATARFE (128 km + 5000m)**

Nuestro **PRINCIPAL OBJETIVO: SALVAR VIDAS.**

Queremos dar difusión, informar y concienciar a toda la sociedad para:

- Conseguir que más gente realice donaciones de sangre y que las haga de forma regular.**
- Aumentar el número de inscritos como donantes de médula ósea.**
- Recaudar fondos para la investigación contra la Leucemia Infantil.**

**SALIDA de PLAYA GRANADA a las 21:00 h del 30 de JUNIO**

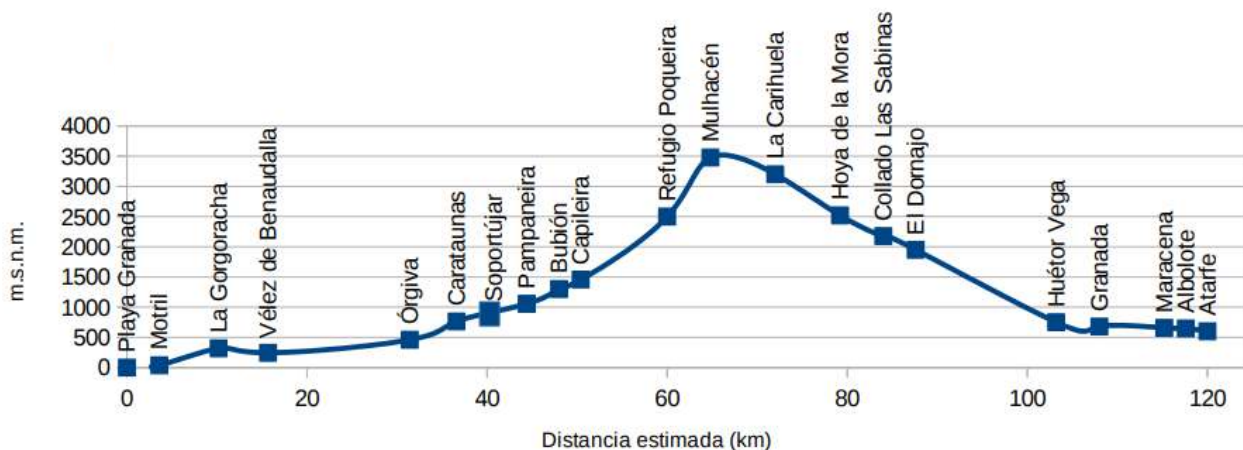
**LLEGADA a ATARFE a las 21:00 h del 01 de JULIO**

Este reto es la cuarta edición del proyecto #Médula Sky Challenge, y al igual que en las pasadas ediciones, está dentro del **calendario oficial de la Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo (FAM)**.

El éxito deportivo y mediático de las anteriores ediciones ha sido rotundo, pero la causa sigue necesitando mucha más ayuda. Las donaciones de sangre están siendo muy justas para las necesidades actuales, y el ritmo de incorporación de nuevos donantes de médula ósea sigue insuficiente (468.042 donantes en España a cierre de 2022). Asimismo, la pandemia ha hecho que los fondos destinados a la investigación de temas no relacionados con el COVID, bajen o desaparezcan. Por eso, no podemos mirar a otro lado y debemos seguir **LUCHANDO** con nuestra mejor arma que es **CORRER** y demostrar que con esfuerzo y unión, todo se consigue.

**Saldrán un total de 8 corredores del Club de Atletismo y Montaña de Atarfe, pero toda aquella persona que quiera acompañarlos en alguno de los tramos, podrá hacerlo en régimen de autosuficiencia.**

Para ello se tiene previsto pasar por los siguientes puntos/localidades, marcados en la curva de la gráfica siguiente:



Con este reto se quiere demostrar que no hace falta ser capaz de conseguir grandes hazañas para conseguir algo realmente importante, que es muy fácil salvar una vida con algo tan sencillo como donar sangre, hacerse donante de médula o apoyar la investigación y eso **TE HARÁ BASTANTE MÁS IMPORTANTE AÚN.**

**Un verdadero HÉROE, no es sólo el que consigue recorrer esas grandísimas distancias, sino el que DA UN POQUITO DE SÍ MISMO PARA AYUDAR A LOS DEMÁS. SALVAR VIDAS ESTÁ EN MANOS DE TODOS.**

Organizan:

- Asociación Héroes hasta la Médula
- Club de Atletismo y Montaña de Atarfe

NOTA: el horario podría variar.

Reglamento para las personas que quieran acompañar a los/as corredores, condiciones de incorporación al reto:

*La principal finalidad de este reto solidario es la concienciación de la importancia de la donación de sangre y médula, y la lucha contra la leucemia infantil. No es una carrera por montaña organizada sino un RETO SOLIDARIO realizado por unos pocos corredores.*

*Estos, son miembros del Club de Atletismo y Montaña de Atarfe con experiencia en este tipo de distancias, todos federados en montaña. Dada la dificultad del reto y que para poder completarlo en su totalidad hace falta unos servicios de apoyo a los corredores, no se admitirá a ningún corredor para realizar la totalidad de recorrido.*

*Para visualizar esta causa, se permitirá que aquellos corredores federados en montaña que lo deseen puedan acompañar en algún tramo a los participantes en este reto. Estos lo harán en régimen de autosuficiencia (la organización del reto solo avituallará a los corredores que realizan la totalidad del recorrido, no cobramos ninguna inscripción ni tenemos medios para ello, y los que tenemos se destinan al proyecto de mecenazgo de la Universidad de Granada para la lucha contra la leucemia infantil). Si conseguimos algún patrocinio, el dinero que gastemos en daros de comer y beber, no podremos donarlo a la investigación contra el cáncer infantil. Cada acompañante será responsable de sus actos y asumirá los daños que pudiera sufrir. No es una actividad ni carrera organizada y no hay equipos médicos. Se exige que sean corredores federados en montaña para que cuenten con seguro médico. La organización del reto no asumirá los daños que los acompañantes puedan causar o sufrir.*

*El seguimiento en vivo, como en las ediciones anteriores, podrán realizarlo a través de Dorsalchip. A modo indicativo, teniendo en cuenta los horarios de paso del año pasado, esta es la hora estimada de paso:*

• SALIDA PLAYA CANINA MOTRIL		21:00h
• Vélez Benaudalla	km 16	23:00h
• Órgiva	km 35	01:30h
• Soportujar	km 40	02:30h
• Pampaneira	km 47	04:20h
• Capileira	km 51	05:30h
• Refugio Poqueira	km 63	09:00h
• Refugio Caldera	km 66	11:00h
• Mulhacén	km 68	12:00h
• Hoya de la Mora	km 82	14:30h
• Purche	km 96	16:30h
• Huétor Vega	km 106	18:30h
• Granada	km 117	19:30h
• Albolote	km 124	20:30h
• LLEGADA ATARFE	km 128	21:00h

*Hay que tener en cuenta que los corredores irán parando para comer y beber, ser recibidos por autoridades y hacerse las fotos pertinentes. La finalidad es la difusión de la donación de sangre y médula. En tantos kilómetros, las dificultades y problemas por las que pasan los corredores son múltiples y es impredecible conocer las horas de paso.*

*Si te apetece acompañarnos, puedes informarnos de tu punto elegido en un formulario que pasaremos próximamente.*

*En el formulario puedes reservar tu CAMISETA NARANJA conmemorativa del reto por 10€ y acompañarnos en la **MAREA NARANJA** y financiar la investigación contra el cáncer infantil.*

*DONA SANGRE*

*DONA MÉDULA*

*DONA VIDA*

## 1. INTRODUCCIÓN

***LA SANGRE Y LA MÉDULA ÓSEA NO SE PUEDEN  
FABRICAR***

***SE NECESITAN PERSONAS SOLIDARIAS PARA VIDAS***

***-Es una realidad que DONAR SANGRE SALVA VIDAS-***

En 2021, de 30 millones de ciudadanos españoles entre 18-65 años, donaron sangre 1.133.131 (4%). Estas personas solidarias donaron 1.720.402 unidades de sangre/plaquetas/plasma, y se pudieron atender en los Hospitales de toda España, a más de 493.000 pacientes. Toda esa sangre procedió de donantes, es decir, de personas solidarias que donaron un poquito de su sangre para salvar vidas.

***Una de cada tres personas necesitarán a lo largo de su vida, para recuperarse o incluso para poder seguir viviendo, al menos una transfusión de un componente o un derivado de sangre donada.***



## **-Es otra realidad que DONAR MÉDULA ÓSEA SALVA VIDAS-**

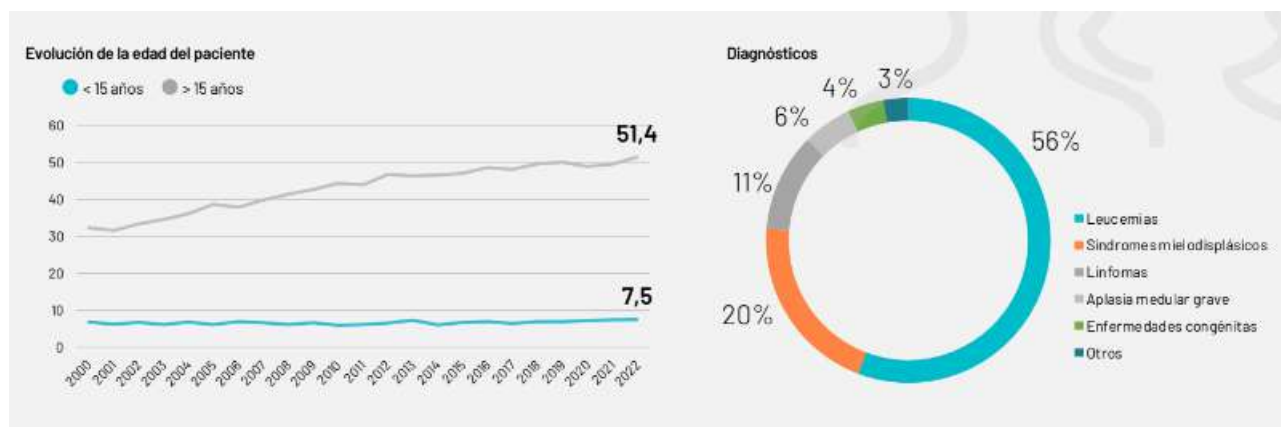
El pasado 2022, se realizaron en España 596 trasplantes de médula ósea de donantes anónimos no emparentados. **Sólo el 22 % procedían de donantes españoles, el resto venían de fuera de España.**



Informe REDMO 2022.

El trasplante de médula ósea es la única salvación que le quedan a muchos pacientes para poder seguir viviendo. Sólo uno de cada cuatro pacientes que necesitan un trasplante de médula ósea, tiene un donante familiar compatible, el resto, han de encontrar un donante anónimo compatible no emparentado. Estos pacientes suelen llevar meses y meses de tratamientos esperando a que llegue su “alma gemela” que le salve la vida, y a veces no llega, o no llega a tiempo.

La leucemia es la enfermedad que más trasplantes de médula requiere para ser vencida, pero lamentablemente no es la única.



Informe REDMO 2022.



Tanto las necesidades de donantes de médula ósea, como el propio proceso de donación son grandes desconocidos, lo que provoca que el número de donantes crezca lentamente y, en algunos casos, haya reticencias de gente para hacerse donante.



Consideramos fundamental recordar que, si bien, todas las personas son bienvenidas como donantes de médula, son especialmente necesarios los **donantes varones jóvenes**.

### La donación de medula ósea...

**ES** ofrecer tu ayuda anónima y altruista a cualquier paciente del mundo que lo necesite.

**ES** un compromiso contigo mismo y con los demás.

**ES** la **única donación de órganos que se puede hacer en vida** y en la que las células donadas se regeneran al 100%.

**ES** la única curación posible para cientos de personas que la necesitan.

**ES** dar **VIDA**.

**NO ES** nada relacionado con tu médula espinal sino con tu médula ósea.

**NO ES** una intervención que elimine tu médula ósea. Se regenera completamente.

**NO ES** dar para otro y luego no poder dar si un familiar tuyo lo requiere. Puedes dar varias veces.

**NO ES** inscribirte como donante exclusivamente por una persona particular sino para cualquier persona del mundo que lo necesite.

**NO ES** peligroso para el donante.



## -¿Qué pasa con la investigación?-

Prácticamente pasada la pandemia, hemos visto, y sentido, la necesidad de encontrar una vacuna lo más fiable y rápida posible. Se han destinado a ello cantidades ingentes de recursos humanos y económicos porque es algo que nos afecta a todo el mundo desde el punto de vista sanitario, económico, social, etc.

Cuando las enfermedades afectan a muy pocos, las investigaciones son muy escasas y superficiales, y los tratamientos efectivos tardan décadas en llegar, si llegan.

**ESTAMOS SEGUROS QUE LA LEUCEMIA INFANTIL SE PUEDE CURAR, LO QUE NO SABEMOS ES CUÁNDO**, ya que los recursos destinados para ello son muy limitados.



## 2. QUIENES SOMOS

### ASOCIACIÓN HÉROES HASTA LA MÉDULA



Nació en 2016 a partir de un grupo de amigos, y sus familiares, que se conocieron en la Planta de Oncohematología Pediátrica de Granada, mientras trataban a sus hijos contra la Leucemia. Desde entonces se lleva promocionando la donación de médula ósea, la donación de sangre y se lucha contra el cáncer infantil. Pero ha sido a partir de enero de 2020 cuando se ha registrado como asociación sin ánimo de lucro. Actualmente la sede está en Granada y su ámbito de actuación es por toda España.

Son múltiples las actividades y retos que organiza, así como las charlas de concienciación en los centros educativos y el proyecto “DONA MÉDULA Y SANGRE, Y SERÁS MI HÉROE” en los colegios de Granada y Málaga, que desde 2021 lleva concienciando a los más pequeños en lo necesario de la donación. Todas se centran en la concienciación y promoción de la donación de sangre y médula ósea, en la lucha contra la leucemia y otros cánceres infantiles a través de proyectos de investigación y en la atención a las familias de niñ@s oncológicos.

#### Redes

web: <https://heroeshastalamedula.com/>  
Facebook: @heroeshastalamedula  
Twitter: @HeroesMedula  
Instagram: @heroeshastalamedula

### CLUB DE ATLETISMO Y MONTAÑA DE ATARFE



En 1998, un grupo de amigos a los que les gustaba correr y las montañas fundaron el club de Atletismo y Montaña de Atarfe. Desde entonces no han parado de correr, competir y organizar actividades para que muchas más personas puedan disfrutar de esta actividad, así como de velar por la conservación de Sierra Elvira.

Uno de sus proyectos bandera es la Escuela de Trail de Atarfe, dónde muchos niños se inician en el mundo de las carreras por montaña.

De entre multitud de actividades que organizan de forma periódica, destacan la Cxm Sierra Elvira, que ya va por su XVI edición, de la que ha surgido la Cxm Infantil Sierra Elvira, que ya lleva 7 ediciones y fué el primer campeonato de España de carreras por montaña en edad escolar.

Y como no, además de todo esto, siempre han tenido un sentido solidario. Son varias las colaboraciones con la Asociación Héroes hasta la Médula, destacando el reto solidario, #Médula Sky Challenge en sus ediciones de 2020, 2021, 2022 y ahora en 2023.



### 3. NUESTRO RETO JUNTOS



Todos los retos son para fomentar las donaciones de sangre y de médula ósea, y para recaudar fondos para la investigación contra la Leucemia Infantil.

### #Médula Sky Challenge 2020

ATARFE – MULHACÉN – HOYA DE LA MORA (70 km + 4200m)







<https://www.ideal.es/deportes/provincial-granada/medula-challenge-dona-20200911184456-nt.html>

### #Médula Sky Challenge 2021

PLAYA GRANADA – MULHACÉN – ATARFE (128 km + 5000m)



<https://www.granadadigital.es/medula-sky-challenge-unira-costa-mulhacen-vega-en-favor-investigacion-leucemia-infantil/>



## #Médula Sky Challenge 2022

PLAYA GRANADA – MULHACÉN – ATARFE (128 km + 5000m)



<https://www.elindependientedegranada.es/implicados/motril-mulhacén-atarfe-140-km-pie-24-h-concienciar-sobre-cancer-infantil-donacion-medula>

## 4. FONDOS PARA LA INVESTIGACIÓN CONTRA LA LEUCEMIA INFANTIL

*AULA DE INVESTIGACIÓN CONTRA LA LEUCEMIA INFANTIL  
“HÉROES CONTRA LA LEUCEMIA”, Universidad de Granada*



En septiembre del pasado 2020, en mitad de la pandemia, se creó el AULA DE INVESTIGACIÓN CONTRA LA LEUCEMIA INFANTIL “HÉROES CONTRA LA LEUCEMIA”

<https://ugr.es/~leucemiainfantil/>

Este Aula es el fruto de la colaboración entre la Asociación Héroes hasta la Médula y la Universidad de Granada. Es una entidad sin ánimo de lucro, es decir, que ninguno de sus miembros recibe sueldo o compensación económica por realizar las actividades relacionadas con el aula, que realizan de manera altruista. El Aula de Investigación sólo recibe apoyo a través de la unidad de dirección de Proyección Social, Patrocinio y Mecenazgo de la Universidad de Granada y una aportación anual de la Asociación. Todo donativo es bienvenido. Además, al ser Fundación, todos los donativos realizados son deducibles en su porcentaje máximo (se emite el correspondiente Certificado de Donaciones para Hacienda).

<https://canal.ugr.es/noticia/la-asociacion-heroes-hasta-la-medula-y-la-ugr-crean-el-aula-de-investigacion-contra-la-leucemia-infantil-heroes-contra-la-leucemia/>

Los principales objetivos del Aula son la investigación contra la leucemia infantil, y la concienciación sobre la donación de progenitores sanguíneos como armas para luchar contra esta enfermedad.

Los donativos se realizan directamente al Aula de Investigación, a través de la web del Mecenazgo de la Universidad de Granada, sin pasar por ningún intermediario.

<https://mecenazgo.ugr.es/donar/>

También pueden hacerse a través de:

**BIZZUM 03316, asunto "Héroes Leucemia"**

O a través de transferencia, con el concepto:

**“Mz Héroes Leucemia”.**

**ES48 – 0049 – 0004 – 95 – 2814499711**

## 5. ¿QUÉ NECESITAMOS DE NUESTROS COLABORADORES Y PATROCINADORES?

Un proyecto de este tipo lo que más necesita es DIFUSIÓN. Cuanto a más gente lleguemos, más donantes de sangre y de médula ósea conseguiremos. Esta difusión puede ser a través de redes, medios de comunicación, publicidad, marketing...

Además, si eres AYUNTAMIENTO, necesitamos que se atiendan a los corredores por el paso de su localidad, tanto desde el punto de vista de avituallamiento, seguimiento por Protección Civil y/o Policía Local, megafonía de acompañamiento promocionando la donación, y aquellas atenciones que consideren para un reto de este tipo y en pro de darle la mayor visibilidad posible y ayudar a los deportistas.

Pero el principal compromiso que necesitamos de cada uno de los Ayuntamientos por los que pasa el reto es que conciencien a su población para aumentar el número de donantes de sangre y aumentar las nuevas incorporaciones al Registro de Donantes de Médula Ósea (REDMO).

Otro tipo de colaboración, tanto por parte de Ayuntamientos y Empresas, es la económica. Bien realizando una aportación económica directamente al Aula de Investigación Contra la Leucemia Infantil, o bien para proporcionar recursos para el propio Reto como:

- Avituallamiento
- Geles y productos necesarios para los/as corredores
- Logística
- Patrocinar Camisetas conmemorativas del Reto
- Combustible coche de apoyo
- Apoyo medicalizado
- Material para la difusión del Reto como roll-up, pancartas, banderas, plumas...

Y sobre todo, aunque ya se haya comentado, DIFUSIÓN.





***¿DE QUÉ LADO ESTÁS?***

***¡COLABORA!***

***DONA SANGRE***

***HAZTE DONANTE DE  
MÉDULA ÓSEA***

***COLABORA CON LA  
INVESTIGACIÓN CONTRA  
LA LEUCEMIA INFANTIL***

***G R A C I A S  
POR AYUDAR A  
SALVAR VIDAS***