

## Atleti paralimpici: un esempio per tutti noi

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Sono stata molto fortunata. I medici sono riusciti ad amputarmi le braccia e le gambe al di sotto delle articolazioni dei gomiti e delle ginocchia, dopo che la meningite mi aveva distrutto una parte degli arti: così mi sono potuta mettere quattro protesi e ricominciare a vivere».

L'incontro virtuale con Bebe Vio avvenne alcuni anni fa, grazie a un'intervista sul Corriere della Sera, che iniziava proprio con quel folgorante «Sono stata molto fortunata». Prima di Rio non la conoscevo. Quell'intervista mi commosse: per il coraggio, la positività, la grinta. Soprattutto per la rara capacità di guardare ancora la vita e il futuro con entusiasmo, nonostante una mazzata devastante, spaventosa e feroce, fisicamente e moralmente. Quella frase, «Sono stata molto fortunata», ancora mi ritorna in mente. A 11 anni una bambina sana, allegra, vivace, nel giro di pochi giorni si ritrova prima in bilico fra la vita e la morte, per una meningite fulminante estesa a tutto il corpo, che le provoca la necrosi di avambracci e gambe, e poi amputata. Per cercare di salvarle la vita, i medici sono stati costretti a quella scelta estrema. Immagino lo strazio anche per i genitori. Dopo la tragedia, il papà disse: «Avrei dovuto vaccinarla prima contro la meningite». Trascorsi tre mesi e mezzo in ospedale, Bebe torna a scuola, con un programma intenso di riabilitazione. Le difficoltà sono enormi: è molto difficile imparare a usare ben quattro protesi, con un corpo in crescita, in cui la biomeccanica del corpo va continuamente riadattata. E' ancora più difficile non farsi divorare dalla depressione, dal pessimismo, dal tormentoso "perché proprio a me".

In tempi in cui migliaia di giovani sani non studiano, non lavorano, non fanno sport, e restano persi nella palude del nulla, migliaia di atleti disabili mostrano quanto si può fare per contrastare destini spietatamente avversi. Per Bebe, con difficoltà, anche infettive, che si possono ripresentare, come è successo pochi mesi prima di Tokyo. Atlete e atleti paralimpici ci mostrano quanto determinazione, impegno, costanza, autodisciplina e resilienza possano portare sulle vette del mondo, nello sport e nella vita personale. Quattordici medaglie d'oro e 69 complessive a Tokyo (30 più di Rio!) regalano all'Italia un glorioso nono posto nel medagliere mondiale. Con un magico trio sui 100 metri donne: oro e record del mondo a Ambra Sabatini, argento a Martina Caironi, bronzo a Monica Graziana Contrafatto. Quest'ultima, caporal maggiore dei Bersaglieri, nel 2012 ha subito l'amputazione della gamba destra per l'esplosione di una bomba in un attacco talebano, mentre era in missione in Afghanistan.

Atlete e atleti paralimpici sono un grande esempio: per bambini e adolescenti con disabilità fisiche, per le loro famiglie, per tutti noi. L'allenamento sportivo diventa un volano potente per il recupero della migliore salute possibile. L'attività fisica costante e ben seguita limita i danni di traumi, amputazioni, infezioni, lesioni neurologiche. Corregge i problemi posturali, che aggiungono dolore e patologie al problema primario. E' analgesica, per il corpo e per la mente. E' antidepressiva ed emotivamente rigenerante. Dà obiettivi, anche ambiziosi. Aiuta a organizzare la giornata e i mesi con un'agenda ben ritmata di allenamento e di studio. Sì: oltre ad eccellere nello sport, la maggioranza dei nostri atleti paralimpici va molto bene a scuola e poi nella professione. «I nostri atleti scrivono tanti post dopo le gare – ha detto il Presidente del Comitato

Italiano Paralimpico, Luca Pancalli – e non sbagliano neanche un congiuntivo».

L'avvocato Pancalli ha molti motivi per essere orgoglioso. Talento sportivo fin da bambino, pentatleta (tiro a segno, scherma, nuoto, equitazione, corsa), dopo aver vinto tre titoli nazionali giovanili di pentathlon, resta paralizzato alle gambe per un incidente. Continua ad allenarsi nel nuoto: partecipa a quattro olimpiadi paralimpiche, con 8 ori, 6 argenti e 1 bronzo. Si laurea in Giurisprudenza, dedicandosi alla promozione dello sport paralimpico a vari livelli istituzionali. E' anche grazie al suo impegno pluridecennale se in Italia lo sport paralimpico è cresciuto immensamente, dando opportunità di gioia e di vita più luminosa a migliaia di ragazzi e ragazze. E' un uomo di grande competenza, per vita e per studio, che ha fatto di una tragedia personale un volano motivazionale, per sé e per gli altri. I nostri atleti paralimpici, fra cui Bebe e il magico Trio, Luca Pancalli: sono queste le persone che rendono più grande e positiva, più etica e coraggiosa, la nostra Italia. E i ragazzi con corpi sani e intatti? Basta alibi. Lo sport è vita.