

**TRICOLORE**

Da sinistra
Fabrizio Borghesi
capovoga del
quattro di coppia
della Canottieri
Ravenna che ha
vinto il titolo
italiano e in azione
durante una gara

LA STORIA

«Ho il diabete da sei anni ma sono diventato campione di canottaggio»

Fabrizio Borghesi tricolore del quattro di coppia

VENTIDUE anni, ravennate, campione italiano assoluto di canottaggio, Fabrizio Borghesi vive con il diabete «da quando avevo sedici anni: avevo avuto una forte influenza, avevo perso peso, quando sono tornato ad allenarmi mi sentivo stanco, ho fatto gli esami e mi hanno riscontrato il diabete. Ho iniziato così le cure con iniezioni di insulina, tre -quattro volte al giorno». E con questa situazione «a parte che non si può fare altro che accettarla, penso di viverci bene, sento che non mi è precluso assolutamente nulla nella vita». Lo sport del canottaggio Borghesi l'aveva già cominciato prima «quando avevo 14 anni. E quando mi è stato riscontrato il

problema è stata necessaria una piccola fase di stabilizzazione, sono rimasto fermo per un mese, poi ho ripreso ad allenarmi, all'inizio c'era qualche difficoltà a controllare i livelli degli zuccheri, poi piano piano sono andato sempre meglio, ora sono assolutamente a livelli di regolamentazione e di controllo tali per cui non ho problemi a fare gli allenamenti ed a gareggiare». Fabrizio Borghesi ha saputo ottenere grandi risultati nel canottaggio. Il più bello è stato il titolo italiano assoluto del quattro di coppia (il primo assoluto nella storia della Canottieri Ravenna) conquistato nel settembre scorso nel bacino della Standiana. Con Fabri-

zio Borghesi, capovoga, erano Bruno e Matteo Rosetti e Giuseppe Vicari: «è stata una grandissima soddisfazione — ricorda Fabrizio — anche perchè avevamo di fronte uno squadrone come quello delle Fiamme Gialle, esperto, che si era già qualificato per le Olimpiadi, mentre noi siamo quattro ragazzi, io di 22 anni, Bruno di 19, Matteo e Rosetti di 17. Ma già nelle batterie ci eravamo resi conti che li avremmo potuti battere, così nella finale siamo partiti fortissimo e li abbiamo massacrati, ai 1200 metri avevamo dieci secondi di vantaggio, poi ci hanno rimontato qualcosa ma perchè lottavano per il secondo posto, per il primo non c'era più storia. Eravamo in forma splendida, in condizioni perfette, sia fisicamente che psicologicamente, eravamo forti e determinati». Prima di questo titolo, Fabrizio Borghesi aveva già

colto molti ed importanti successi: «avevo già vinto quattro titoli italiani, due under 23, uno juniores ed un campionato del mare; inoltre sette-otto medaglie fra campionati juniores ed under 23; quest'anno sono arrivato quarto ai mondiali under 23 in Scozia». Borghesi fa anche parte del gruppo di 20-30 atleti che sono stati convocati «per cercare di qualificare altre barche per le Olimpiadi di Pechino, come il doppio ed il due senza; so che le possibilità sono minime, però non si può mai dire, mi sto allenando, poi si vedrà». A proposito di allenamenti «alla Standiana in questo periodo vado tutti i giorni e faccio due-tre

ore; dalla primavera ci andrò due volte al giorno, in una settimana faccio anche trenta ore di allenamento, quando ci sono i periodi di maggior carico. No, non è un sacrificio, è certo un impegno, ma se uno si organizza riesce comunque a fare tante cose. Per il mio problema ovviamente devo stare un po' attento a certe cose, come l'alimentazione, però con i dovuti accorgimenti non ho avuto mai problemi, nè a livello sportivo, nè di studi nè di vita sociale. Faccio le cose che fanno tutti». E a proposito di studi Fabrizio Borghesi a marzo conseguirà all'Università di Bologna la laurea in Scienza della comunicazione.

Augusto Mari

Il medico: «Lui è un grande, ma anche con la malattia si vive bene»

«**PRESSO** la nostra struttura sono seguiti oltre 600 persone con il diabete di tipo 1 — spiega il dottor Paolo Di Bartolo, direttore dell'Unità Operativa di diabetologia dell'AUSL Provincia di Ravenna — fra questi vi è un'atleta agonista, fa canottaggio ed ha vinto poche settimane fa il campionato italiano assoluto». Il giovane è Fabrizio Borghesi, portacolori della Canottieri Ravenna, che quest'anno ha vinto il titolo assoluto del quattro di coppia, con Bruno e Matteo Rosetti e Giuseppe Vicari. «Il diabete di tipo 1 è una condizione nella quale il pancreas non è più in grado di produrre insulina. Per una persona vivere con il diabete vuol dire, quindi, dover iniettarsi insulina fino a quattro volte al giorno e controllare il valore della glicemia, attraverso delle micropunture sui polpastrelli, ripetutamente. Prima di somministrarsi l'insulina, al-

la persona diabetica viene richiesto di prendere delle decisioni sulla dose da iniettare che siano basate sul valore glicemico riscontrato e sulla quantità e qualità di cibo che si desidera introdurre. Trasmettere ai pazienti queste competenze è relativamente semplice, si parla di educazione terapeutica, ed è la componente più importante e delicata del compito del team diabetologico. Come potete immaginare una volta acquisito le competenze per gestire la propria terapia le difficoltà non sono finite, perchè il peso psicologico che la presa incarico del proprio diabete impone è un carico importante, a volte un fardello. Ricorrere a processi decisionali più volte nel corso della giornata, per poter affrontare quegli stessi momenti, alimentazione, esercizio ecc, che dai non diabetici non vengono neppure percepiti, senza sviluppare nel tempo

una sorta di fallimento motivazionale non è semplice. La cosa grande è quando il diabetico riesce a digerire il tutto ed a sostenere nel tempo questo carico. Fabrizio in questo senso è un grande perchè non solo è stato capace di vivere una vita normale, studio, amici ecc, ma è stato anche in grado di eccellere come atleta a livello nazionale. Quello che ha fatto assume un valore di grande importanza perchè dimostra che le persone che vivono con il diabete possono accettare non il diabete ma se stessi con il diabete ed imparare a vivere bene insieme al diabete. Ciò assume una importanza straordinaria sia che la persona decida di fare la mamma, o l'impiegato, o che decida di fare quello che ha fatto Fabrizio, diventando un atleta super».

Augusto Mari