

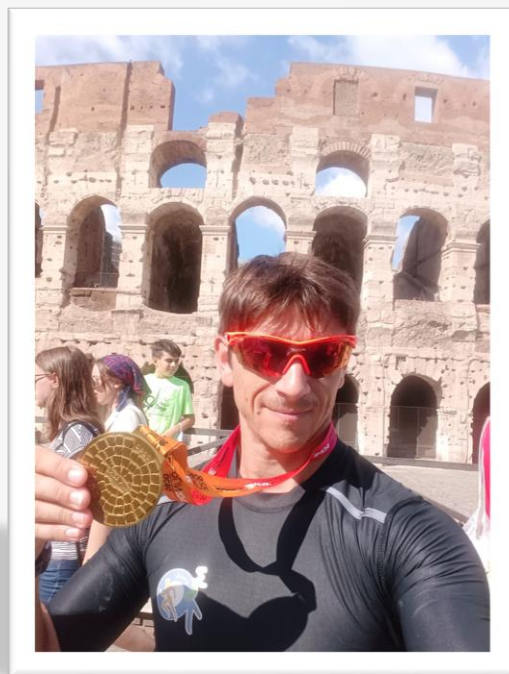
ALLEARSI con il diabete, **una STRATEGIA vincente**

“C’è il rischio che il diabete ti distragga a tal punto da convincerti di essere tutta la tua vita, non una parte di essa”. Ma non è così

Alessio Fresco

Il mio sentire più profondo mi porta a realizzare che tutto quello che sto vivendo a livello di risultati sportivi, che poi si riflettono anche nella vita, sicuramente è dovuto a tanto impegno che metto in quello che faccio, nel lavoro, nello studio, nello sport e nella vita sociale...tutto questo però non sarebbe stato possibile se non per la spinta che mi è stata data dall’ANIAD.

Per chi non lo sapesse ANIAD sta per Associazione Nazionale Italiana Atleti con Diabete, da questo si potrebbe pensare ad un’associazione riservata a persone (per indicare uomini e donne di ogni età) che abbiano già maturato e raggiunto un certo livello sportivo pur essendo affetti da diabete.



In realtà ANIAD è molto di più, ANIAD è un gruppo di aggregazione di ragazzi, adulti e “anziani”, uomini e donne con le proprie vite e situazioni che cercano risposte rispetto a tutti i dubbi che una condizione come il diabete può creare in ognuno di

noi e lo sport è il tramite, quel fil rouge, che ci unisce e ci porta a creare e vivere queste esperienze di crescita personale e collettiva oltre che sportiva (inteso come stile di vita attivo) come l’ultimo evento appena svolto: la Maratona di Roma del 19 settembre 2021.

Questa è la mia storia:

Prima di incontrare Carmelo D'Arrigo (Presidente ANIAD Sezione Abruzzo che in questa occasione ringrazio ancora una volta con tutto il mio cuore) in modo del tutto occasionale in uno stand sulla spiaggia di Pescara, ero un istruttore di ginnastica che timidamente si muoveva nel mondo dello sport e nella società tentando di superare le proprie difficoltà date da una condizione silenziosa ma presente dentro di me (diabete mellito tipo 1) che mi dava costanti dubbi ed incertezze. Questi dubbi ed incertezze che vivevano dentro di me (che continuano tutt'ora a riapparire costantemente come fantasmi) poi si riflettevano anche sulla mia vita privata, sociale, lavorativa e sportiva...insomma a piccoli passi tentavo di capirci qualcosa e risolvere questa condizione che non mi permetteva di aprirmi. In questa fase ero un "diabetico" che si adattava alla vita...

L'ingresso in ANIAD proprio grazie alla condivisione di esperienze, di difficoltà e anche semplicemente il verificare che le proprie difficoltà sono comuni a tutti i diabetici mi ha permesso di sentirmi parte di una fetta della società che potesse comprendere e condividere tutte le mie ansie, paure e difficoltà. Ancora una volta questo cambiamento ha avuto dirette ripercussioni sulla mia vita.

Ad ogni meeting, evento sportivo e momento di aggregazione volevo essere presente per capirci qualcosa sulla malattia e su di me...da questi è maturata in me la voglia di aiutare gli altri oltre che me stesso



iniziando ad approfondire tutti gli aspetti della condizione data dal diabete nelle varie fasi della vita...per farla breve sono diventato un "uomo" che ha la propria vita, fatta di sport, lavoro, affetti e tanto altro e che insieme a tutto questo ha anche il diabete.

A distanza di anni dal mio ingresso in ANIAD continuo ad apprezzarne l'utilità e la forza di questo gruppo di aggregazione e quindi voglio ringraziare l'ANIAD per credere in questa missione, per credere in noi e darci questa possibilità di metterci alla prova, esprimerci, confrontarci ed aiutarci sul campo. Grazie in particolare ai Dott. Corigliano e Strollo e al Presidente ANIAD Marcello Grussu in quanto siete voi motore e propulsione di tutto questo.

Ringrazio infine tutti i miei compagni di sport e diabete ANIAD. Vi elencherei qui uno ad uno ma ci tengo a citare Mimmo e John che hanno percorso la loro prima maratona con i quali ho condiviso alcune fasi della preparazione, il viaggio di andata e ritorno, l'allineamento in griglia di partenza e le emozioni dell'impresa!!!

” ...per farla breve sono diventato un “uomo” che ha la propria vita, fatta di sport, lavoro, affetti e tanto altro e che insieme a tutto questo ha anche il diabete.”

