

SENZA IL GLUTINE HO SALTATO SEMPRE PIÙ IN ALTO ... FINO A RIO!

Capolista italiana nel salto in alto azzurro con 1,97 metri, ha preso parte alle ultime edizioni delle Olimpiadi a Rio de Janeiro, dove ha potuto mangiare solo pollo, verdura cruda e frutta fresca per 10 giorni



NELLA FOTO: La campionessa italiana di salto in alto mentre legge Celiachia Notizie

I miei genitori, fin da quando ero piccola, mi hanno sempre spinto a praticare dello sport, preoccupati dalla mia eccessiva magrezza.

Ho iniziato a 6 anni con la ginnastica artistica, nuoto ed equitazione, ma a 13 anni, quando sono passata all'atletica, ho scoperto di essere portata per il salto in alto. Inoltre ad 11 anni ho scoperto di essere celiaca: prima mangiavo molto ma non aumentavo di peso, avevo carenza di vitamine e calcio. La diagnosi la devo ai miei genitori, che non spiegandosi la situazione si informarono tramite libri e riviste mediche e chiesero alla pediatra di fare ulteriori accertamenti.

Con la dieta sono stata subito meglio, iniziando a migliorarmi anche nei risultati sportivi con titoli italiani nella mia categoria d'età.

Negli anni, ho proseguito sempre migliorandomi, nonostante (o grazie) alla scoperta di altre intolleranze - lattosio, uova e nichel - fino ad arrivare allo scorso maggio quando ho saltato 1,94 (misura di accesso a Rio 2016) ed a giugno 1,97, riconfermandomi e siglando la miglior prestazione italiana e mondiale dell'anno.

Prima di partire per Rio, mi avevano assicurato che ci fosse un'area riservata a noi atleti celiaci, ma purtroppo così non è stato (ma di questo vi parlerò ampiamente nell'articolo a pag. 100 dedicato proprio alle Olimpiadi).

Nella vita quotidiana, dovendomi spostare per allenamenti ed anche gare, mi sono dovuta organizzare portandomi sempre dietro uno zaino/valigia di prodotti senza glutine poiché, nonostante sia una routine per me chiamare le apposite strutture per chiedere e spiegare le mie necessità, non c'è ancora accuratezza ed attenzione per le nostre esigenze. Ma se non riesco a trovare una soluzione non rischio, e a malincuore rinuncio o minaccio di non andare. D'altronde sono sintomatica e non posso rischiare la mia salute.

A casa, avendo anche mia sorella celiaca, per una questione di contaminazione anche i miei genitori mangiano senza glutine: sperimentiamo sempre nuovi impasti o dolci, ma fortunatamente mia sorella è portata per la cucina.

Adesso chi mi vizia è anche il mio fidanzato Fausto, che mi fa trovare dolci e torte fatte da lui, inoltre è molto attento e premuroso e ricerca sempre ristoranti o pasticcerie certificate in ogni città che programiamo di visitare.

I miei prossimi appuntamenti iniziano a gennaio 2017: affronterò gli Europei a Belgrado ed in estate i Mondiali a Londra, con l'obiettivo sempre in testa di dare il meglio per partecipare a Tokyo 2020. ♦

*** Ha 22 anni, è nata a Udine e vive a Nespolo, in Friuli Venezia Giulia. Gareggia con i colori del gruppo sportivo delle Fiamme Oro Padova della Polizia di Stato da quando aveva 17 anni**