

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Cicismo e diabete 2.0: la "dolce vita" sulle alpi svizzere

Redazione · Wednesday, June 29th, 2016

Riceviamo e pubblichiamo:

Ancora una volta io, Franco, e Adriano, inseparabili amici legnanesi, su due ruote l'abbiamo fatta grossain sella alla nostre bici da corsa abbiamo pedalato per 10 ore sulle Alpi svizzere. In una giornata abbiamo percorso 170 km e 4000m di dislivello superando il passo Splugen , lo Julier Pass e il passo del Maloja.

Ma il vero ostacolo superato è aver dimostrato che il diabete non è un limite all'attività sportiva, anzi, in particolare il diabete di tipo 1 o insulino dipendente trova grande giovamento all'attività sportiva e dal ciclismo.

Nel diabete di tipo 1 il paziente si sottopone più volte al giorno a misurazioni della glicemia e ad iniezioni sottocutanee di insulina.



La medicina moderna mette a disposizione moderni lettori in continuo della glicemia e microinfusori di insulina che migliorano notevolmente la qualità della vita e che soprattutto rendono possibili "imprese" apparentemente impossibili.

Non mi stancherò mai di sottolineare come l'attività sportiva aumenti la fiducia in se stessi e la sensazione di "potenza" nei confronti della malattia.

Io e Adriano siamo amici di vecchia data e pratichiamo attività sportiva insieme fin dall'adolescenza, non siamo nuovi ad avventure di questo genere per le quali ci prepariamo tutto l'anno insieme al loro team MAZZAFAME ING.

Oggi, 50enne, sono insulino dipendente da moltissimi anni e devo questo risultato sportivo non solo all'allenamento e alla moderna tecnologia medica, ma soprattutto all'affiatamento con il mio inseparabile amico ADRIANO senza il quale salire su questi passi sarebbe probabilmente off limits.

Collaboro con l'associazione pazienti diabetici "LA DOLCE VITA" di Gallarate che promuove attività e iniziative che favoriscono la sensibilizzazione a tematiche inerenti il diabete.

La vita e? come andare in bicicletta: se vuoi stare in equilibrio devi muoverti....

Franco

This entry was posted on Wednesday, June 29th, 2016 at 12:01 am and is filed under [Ciclismo](#), [Cronaca](#), [Legnano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.