

Intolleranze alimentari negli sportivi

Nel 2009 il campione di MotoGP **Stoner**, fu costretto al ritiro a causa di **gravi problemi di salute**. Riproponiamo alcuni stralci dell'intervista in cui rese noto come fosse poi riuscito a guarire dalle patologie che lo affliggevano.

L'intolleranza al lattosio stava rovinando la mia vita, ho dovuto cambiare radicalmente le abitudini alimentari. Dovessi assumerlo, dopo poco comincerei ad accusare stanchezza, nausea, attacchi di panico. Sono stato visitato da molti specialisti, nessuno sapeva spiegarmi perché stavo così male pur essendo i valori del sangue entro i limiti. Finalmente, un medico mi ha parlato di una possibile intolleranza al glutine o al lattosio, ho fatto dei test e solo quando ho smesso di assumere lattosio ho recuperato un ottimo stato di salute.

Casey Stoner

Da aggiungere che nel circuito del moto mondiale e per la stampa fu a lungo ritenuto vittima di stress, qualche giornalista ipotizzò persino fosse afflitto da turbe mentali.

Questa vicenda rappresenta un esempio significativo di come i media affrontino il tema sempre più attuale e delicato del **rapporto cibo-salute**.

Premesso che se non avesse riguardato un personaggio famoso forse non se ne sarebbe sentito parlare, a stupire è il silenzio sopravvenuto dopo i chiarimenti di Stoner: nessuna campagna di stampa, inchiesta approfondita o anche solo una semplice messa in guardia per chi potesse accusare analoghe patologie, senza creare allarmismi o dare nulla di scontato, riportando fatti concreti e sottoponendoli alle opportune verifiche.

Non si può certo dire non sia materia di interesse generale, specie di questi tempi. Invece niente, silenzio, eppure stiamo parlando degli stessi giornali e televisioni che tutti i giorni per ore c'intrattengono su delitti e scomparse, gli stessi che mostrano un'infinità di volte i più bei gol della domenica, per non dire dell'attenzione rivolta a ogni sospiro dei politici e di tanti pensatori a tempo pieno. Insomma, sappiamo molto di gossip e poco di problemi che riguardano la normale vita di tutti i giorni.

A pensar male, viene il sospetto che nell'Era del Consumismo le scelte editoriali dipendano principalmente dalla necessità di non scontentare alcuni inserzionisti. Stando così le cose, meglio essere coerenti fino in fondo: se una volta si diceva "quando c'è la salute c'è tutto", per stare al passo con i tempi potremmo cambiare il motto nel più moderno: "Quando c'è pubblicità c'è tutto".

Quindi, a concludere, chi dovesse trovarsi ad affrontare più o meno gravi

malanni segua con attenzione i consigli per gli acquisti, lo aiuteranno a trovare le medicine giuste per tenersi in equilibrio fra il male e il peggio. Guarire no, non è pensabile, sarebbe come pretendere di non dover comprare più nulla, il sistema non reggerebbe.

E' importante saper quando e cosa mangiare, durante un periodo così delicato come è quello dell'allattamento. Nel latte che beve il bambino passano odori, sapori e sostanze nutritive in relazione a ciò che mangia la mamma. Sarò felice di poterti aiutare.