

Le osservazioni di due medici che operano nel ciclismo



Baronchelli e Saronni (foto in alto) stanno per dividersi dopo una stagione di successi e di polemiche. Qui sopra, Pierino Gazzizi che è salito alla ribalta conquistando la maglia tricolore.

La parabola di Saronni

di ANGELO CAVALLI

Giuseppe Saronni aveva abituato la tifoseria ad i tecnici troppo bene. Dopo il primo anno di vittorioso rodaggio, nel quale il ragazzo si era trasformato in un campione di tutto rispetto, aveva iniziato la sua seconda stagione professionistica sbaragliando il campo in tutti i settori, senza inutili timori reverenziali, ma anche senza antipatiche presunzioni. Nella prima metà della stagione ha raccolto tanti allori da far invidia ai più sperimentati campioni del presente e del passato, nella seconda metà invece le vittorie si sono diradate fino ad arrivare ad un finale di stagione molto al di sotto delle sue possibilità.

Una simile parabola porta necessariamente a discussioni sulle cause che l'hanno provocata ed in questi casi le illusioni più o meno gratuite si sprecano. A mio parere basta un po' di buonsenso per scoprirle, anche perché non si tratta di cause tenebrose o complesse, ma solo di una sana stanchezza fisica e soprattutto psichica di un giovanotto costretto a fare migliaia di chilometri in bicicletta e decine di migliaia di chilometri in aereo o automobile, conteso dagli organizzatori di tutta Europa, anche quando avrebbe preferito starsene tranquillo in famiglia o portare a spasso la fidanzatina.

Da ciò ne deriva che il nostro Saronni costretto, volente o nolente, ad esagerare, ad un certo punto ha dovuto registrare un fisiologico calo, dimostrando così di essere un uomo e non un robot.

Alcuni pessimisti, forse anche interessati, sono arrivati a far previsioni fosche sul suo avvenire e tutto ciò mi sembra piuttosto ridicolo. Il Saronni campione esiste e lo dimostrerà ampiamente, la sua maturazione fisica ed intellettuale prosegue a grandi passi, entro breve tempo si accorgerà di non essere più il pulcino della compagnia, ma di essere un vero campione ed allora comincerà ad autoamministrarsi perché si renderà conto che il vero campione è fatto per comandare e non per subire.

Giuseppe Saronni porta in sé la mentalità del vincitore, non del comprimario. Quando corre parte per vincere, non per arrivare più o meno bene al traguardo. Le sue mete devono essere le grandi corse; può darsi che l'anno venturo vinca meno di quest'anno, ma sicuramente saranno vittorie molto più importanti.

Il riposo del guerriero

di BERTINO BERTINI

Giro d'Italia 1978: sta per prendere il « via » da La Spezia la terza tappa considerata dai tecnici un valido « test » per il chiarimento delle forze in campo e il luogo del raduno è un via vai di meccanici e massaggiatori, di ragazzi a caccia di cappellini e di autografi, di tifosi attenti, di corridori lustrati di unguenti e pronti a marciare in sella. C'è un uomo che si chiama Saronni e vicino a me e nell'atto di avviarsi, sbotta in una battuta sintetica e colorita: « Forza Beppe, andiamo alla guerra ». Le avverse condizioni atmosferiche contribuiscono ad avvalorare il pronostico del giovane campione rovesciando sulla carovana temporali e grandinate per tre quarti della gara che si conclude a Cascina con la vittoria solitaria del belga De Muynck.

Ecco, il mio compito di medico del ciclismo è oggi quello di parlare non di questa « guerra » che si combatte per dieci mesi all'anno sulle strade di mezza Europa, ma del periodo di tregua che si distende da metà ottobre fino all'inizio del nuovo anno solare. E' la stagione morta del ciclismo, un periodo delicato e spesso decisivo ai fini di una perfetta impostazione dell'attività futura. I corridori lo sanno e sono i primi a riconoscere che « le corse si vincono anche in questo periodo ».

Non dimentichiamo che i ciclisti, reduci da fatiche prolungate e sofferte rinunce, hanno intensamente e a lungo sognato questa pausa e perciò si mostrano oltremodo vulnerabili davanti alle molteplici tentazioni che la vita loro propone. La medicina dello sport può e deve aiutare giovani e meno giovani a sbagliare il meno possibile evitando che i mesi di riposo diventino, come sovente avviene, una lunga « sera festiva ». E' quindi il tempo di correggere e prevenire eventuali squilibri psico-fisici conseguenti ad impegni che hanno oltrepassato i limiti della capacità funzionale del singolo atleta.

Le nostre conoscenze scientifiche abbinate ad una attenta e scrupolosa osservazione dei fatti, devono spingere nel non facile compito di stradicare vecchi convincimenti ormai fuori tempo e fuori luogo. Dobbiamo sponderare il campo da abitudini di vita sbagliate e realizzare una miglior condotta alimentare. Dobbiamo ostacolare e non favorire (come si fa attualmente) il cattivo vezzo di attribuire premi e prebende a destra e a manca, obbligando campioni e gregari a correre su e giù per la penisola. « Bei premio, condoglianze! », è proprio il caso di dire con Sergio Sotgiu.

Non voglio terminare senza un breve cenno alle questioni relative all'utilità o meno di condurre un certo tipo di allenamento anche durante il periodo invernale. Sono decisamente della parte di coloro che si battono per indurre i corridori ad un'attività fisica e anche agonistica, naturalmente moderata. Dev'essere un tipo di allenamento studiato caso per caso, con l'indispensabile collaborazione del direttore sportivo e del medico in maniera da favorire la più rapida eliminazione dei tossici accumulati durante la stagione agonistica. Se non altro servirà ad evitare le riduzioni o le scomparse di tutta quella serie di adattamenti possitivi di ordine muscolare, cardiovascolare, pol-

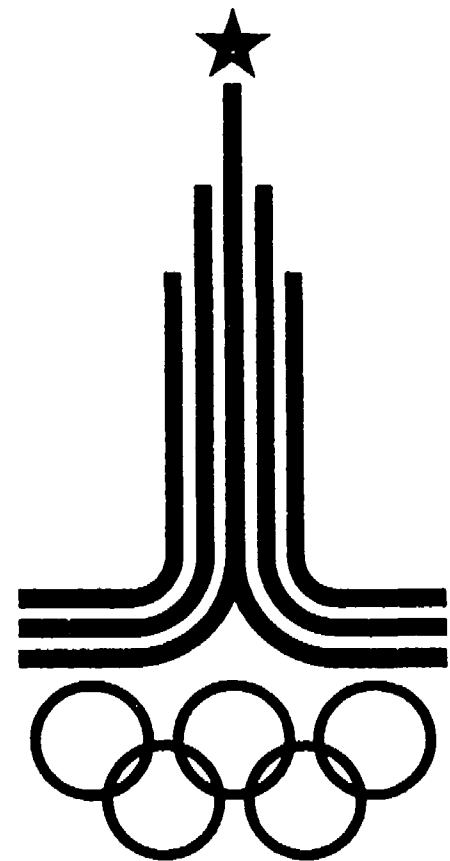
monare, neuro-ormonale e neurovegetativo che l'attività e l'allenamento hanno favorito.

E' qui che si misura il « peso »: un corridore può avere a disposizione i migliori tecnici e i migliori medici, può possedere i migliori attributi fisici, ma tutto ciò non sarà sufficiente se mancheranno le capacità e la volontà di apprendere un certo equilibrio psichico, doti di aggressività e soprattutto doti di carattere che gli consentano di affrontare i duri sacrifici indispensabili per conseguire un'alta meta sportiva.

Campagnolo

dalle vittorie in tutto il mondo alla

assistenza tecnica ufficiale in esclusiva per il ciclo alle Olimpiadi



Moscow 1980

Vibor

fabi spa
cucine componibili

VIBOR - FABI s.p.a. cucine componibili
42045 LUZZARA (Reggio E.) - Tel. (0522) 835.113/19/35

Il G.S. Fiorella saluta tutti gli sportivi italiani e ringrazia per la simpatia ottenuta durante tutta la stagione ciclistica

CALZATURIFICIO

fiorella

s.p.a.

Stabilimento
VIA TEVERE, 1 - PIEVE A NIEVOLE (PT)
TELEFONO (0572) 80.261 - TELEX 58131

FERNET-BRANCA

digerire é vivere

BRANCA

FERNET