

[STORIE] A 5 anni inizio a dimagrire e ad avere sempre sete. DOPO ALCUNI ESAMI LA DIAGNOSI: **DIABETE GIOVANILE** lo chiamano così, come fosse una patologia di passaggio.

La nostra protagonista Monica Priore, 39 anni, impiegata



Ma con l'età adulta non scompare. Purtroppo condiziona l'intera esistenza e lascia sempre in bilico, fra alti e bassi della glicemia. La mia è una malattia immuno-soppressiva che impedisce al pancreas di produrre insulina. Per curarla, esistono solo le iniezioni dell'ormone che manca all'organismo, ma in agguato ci sono ugualmente le crisi ipoglicemiche: lo zucchero nel sangue cala vertiginosamente e il cervello non riceve più carburante, si può rischiare addirittura il coma.

ALL'INIZIO GAREGGIO "IN INCOGNITO"

Sino a 20 anni sono arrabbiata con il mondo intero: mi sento diversa, tagliata fuori, malata. Poi nella mia vita arriva il nuoto, che cambia radicalmente lo scenario. Taccio la mia malattia al medico dello sport, riesco a strappare un certificato per l'attività agonistica e partecipo ai campionati regionali Master della Puglia, nei 400 metri stile libero. Porto a casa la mia prima medaglia: è il 2000. Da allora, ho vinto oltre 40 medaglie, partecipato alle Olimpiadi del 2012 e affrontato imprese sportive che con la mia malattia sembravano impossibili: la traversata a nuoto dello Stretto di Messina e quella del tratto del Golfo di Napoli che separa Capri da Meta. Sono tutte iniezioni per la mia autostima, che ho raccontato anche in un libro autobiografico (*Il mio mare ha l'acqua dolce*, Mondadori), un riscatto nei confronti del diabete, ma insospettabilmente anche una cura.

ORA HO MENO BISOGNO DI INSULINA

Lo sport è una vera medicina: per lo spirito e per il corpo. Mi fa sentire bene con me stessa e mi dà forza. Facendomi bruciare di più, mi permette anche di ridurre le iniezioni di insulina perché mantiene la mia glicemia più stabile. Non solo: anche

la sua nuova sfida

Monica è protagonista di *Volando sulle onde della vita*, un progetto, nato con il supporto dell'Onlus *BiciCuoreDiabete*, che ha lo scopo di fornire informazioni sul diabete giovanile e divulgare i benefici di una regolare attività fisica per chi soffre di quest malattia. L'iniziativa è strutturata come tour in camper ed è partita da Gallipoli, il 28 giugno: nei due mesi successivi, Monica toccherà tutte le regioni d'Italia, compiendo a ogni tappa una traversata in mare o in lago. In Trentino-Alto Adige si cimenterà in hydrospeed, in Valle d'Aosta in rafting e in Umbria in una "sfida" a nuoto o in canoa. Per saperne di più: volandosulleonde.it

quando devo ricorrere al farmaco, ne impiego metà dose perché il mio organismo utilizza al top l'ormone. Per questo, consiglio a chi soffre di diabete giovanile di sfruttarne i benefici. Non c'è bisogno di trasformarsi in olimpionici: basta mezz'ora al giorno di camminata. Non sono Superman, ma ho imparato a conoscere e gestire la mia malattia e non permetto che sia lei a prendere il sopravvento sulla mia vita.

Monica Priore

Testo raccolto da Ida Macchi