

Improvvisamente si ammala di bulimia, ma grazie allo sport si è salvata. La storia di Lorenza

Attualità - 19 febbraio 2019 - 06:22



Lo spettro della bulimia la stava annullando, ma si è rialzata e grazie al suo grande amore, lo sport, è rinata. Lo ha dimostrato soprattutto a se stessa Lorenza, giovane personal trainer di Novafeltria, che la passione e la perseveranza sono “la” cura. Sì perché la bulimia è una malattia subdola, che non si vede se non la si vive, probabilmente la cosa più frustrante è proprio questa, non veder riconosciuto il fatto che si soffre. “Mi sono sentita molto sola – racconta la ragazza – più volte sono finita in ospedale, sono entrata in cura, ma mi sentivo un numero, mi sentivo piatta, con il lavoro che faccio non mi potevo permettere di non avere energia fisica, ma soprattutto mentale, allora ho deciso di rifiutare le medicine e di affidarmi allo sport”. Il lavoro di Lorenza è stato molto duro, dover gestire al contempo la fame nervosa e la faticosa professione in palestra la portava spesso a un esercizio psicologico continuo, “una lotta durata due anni, finché lo stress mi ha emaciata, ho perso tutto il mio tono muscolare, non potevo ridurmi così, il fitness è la mia vita” racconta. E’ allora che decide di affrontare una sfida che ha a dir poco dell’incredibile, si affida al suo compagno, istruttore di kung fu, inizia a farsi allenare da lui duramente e in tre mesi non solo si rimette in forma, ma riesce a conquistare ben tre cinture. “La fatica fisica c’era, volevo capire quanto ero forte, come potevo gestire le mie emozioni”. Un lavoro anche mentale dato l’approccio ad una disciplina di cui Lorenza non sapeva assolutamente nulla.

E da allora è scattata una nuova molla: perché non mettere a disposizione la propria esperienza personale e professionale per chi soffre? “Ecco che ho pensato di poter essere d’aiuto dal punto di vista dell’allenamento, e non solo, per coloro che soffrono di disturbi alimentari, ma anche per le donne incinte, per esempio, che affrontano un cambiamento fisico fisiologico repentino. Quello che mi spaventa di più è che alla sofferenza di queste persone, solo perché appaiono fisicamente “normali”, non viene dato peso. Non generalizzo, ma è assurdo”.

I progetti sono tanti, Lorenza vive di sport e ci crede davvero di poter essere utile con la sua esperienza. “Io ho fatto la megalomane, lo so, vista la prova di forza enorme che ho affrontato,



ma saprei avere una parola giusta, un consiglio indicato, e in più dare voce a chi, come me, una voce non ce l'ha". La bulimia è una malattia grave, ma spesso invisibile e sentirsi considerati e ascoltati è la prima cura per chi ne soffre. "Ci tengo a ringraziare coloro che hanno reso possibile tutto questo e che sostengono le mie sfide con la loro disciplina, la Pak Hok Pai - insegnamento basato su una rigorosa disciplina fisica e su esercizi fondamentali della gru bianca, allenamento che comporta un notevole condizionamento muscolare - i maestri Sikun Carlo Tonti e Sifu Ermes Balducci, che mi hanno seguito, non avendo ali mi sono appoggiata a quelle della gru bianca! Perché anche combattere una malattia è kung fu".