

Mezzo secolo con passione

サムライ調西疾

Samurai

Bushido

50° anno

PUGILATO



ISSN 1124-9722



Numero 3 - Nuova Serie - Anno ventunesimo - marzo 2006 - Sped. abb. post. D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 2° 46) art. 1, comma 1, LO/MI - euro 6,00

Karate

Notiziario

Vedere per vincere: come la chirurgia refrattiva ha cambiato la performance di Simone Marino

Oltre a essere campione europeo e atleta della nazionale, Simone Marino è anche atleta dell'Arma dei Carabinieri, un ruolo che incarna quotidianamente dentro e fuori dal tatami. Disciplina, senso del dovere, spirito di sacrificio e rispetto delle regole non sono per lui soltanto valori sportivi, ma principi fondanti che appartengono alla tradizione dell'Arma e che guidano ogni aspetto della sua preparazione. Nel karate di alto livello, come nel servizio allo Stato, nulla è lasciato al caso: ogni gesto richiede controllo, ogni decisione lucidità, ogni azione responsabilità. È in questo parallelismo che si inserisce il percorso di Simone, atleta e carabiniere, capace di trasformare una difficoltà personale in un'opportunità di crescita, con la stessa determinazione con cui l'Arma forma i suoi uomini e le sue donne a superare i limiti. Il miglioramento visivo ottenuto grazie alla chirurgia refrattiva non rappresenta quindi solo un passo avanti nella performance sportiva, ma anche un ulteriore strumento per onorare al meglio il proprio ruolo, fatto di eccellenza, affidabilità e impegno costante. Una dimostrazione concreta di come i valori dell'Arma dei Carabinieri possano trovare piena espressione anche nello sport di altissimo livello, dove preparazione, equilibrio e visione – in ogni senso – fanno la differenza. *“Avevo un forte astigmatismo all'occhio destro di 5 diottrie” racconta Simone “facevo molta fatica a trovare lenti a contatto adatte a correggere completamente il mio difetto visivo. Con il sudore si appannavano, avevo dei veri e propri blackout visivi”. Per anni ha cercato di compensare il problema proprio con le lenti, senza mai ottenere una correzione completa e stabile. Col tempo, però, i limiti visivi hanno iniziato a manifestarsi anche sul piano fisico e anche nell'altro occhio. “Grazie all'osteopata che mi seguiva, mi sono reso conto che il deficit dell'occhio destro stava scompensando tutto il mio equilibrio. I miei problemi posturali erano legati a una forte asimmetria visiva”. In uno sport come il karate, dove la simmetria del corpo e la stabilità sono fondamentali non solo per la prestazione ma anche per la prevenzione degli infortuni, questa condizione rappresentava un evidente svantaggio. Come molti atleti, inizialmente Simone era scettico all'idea della chirurgia refrattiva. “Avevo paura, non ero convinto per niente. Ci sono tanti preconcetti su questo tipo di intervento”. L'incontro con professionisti della visione sportiva e successivamente con il dottor Angelo Appiotti ha però cambiato la sua prospettiva. “Quando il dottore mi ha visitato, ha capito subito il problema. Mi ha spiegato tutto con grande semplicità e mi ha assicurato che l'intervento sarebbe stato indolore ed efficace”. A posteriori, Simone non ha dubbi: “Se tornassi indietro lo farei molto prima. La mia vita è cambiata in modo veloce e indolo-*



re”. Il momento successivo all'intervento è stato quasi emozionante. “Vedevo tutto più vivo e lucido. Le scritte erano definite, nitide. È stato quasi commovente, come vedere il mondo per la prima volta”. A soli due giorni dall'intervento, Simone aveva già recuperato un visus naturale di 13/10 all'occhio destro e 18/10 al sinistro, ritrovando una piena binocularità funzionale. Il cambiamento sul tatami è stato immediato. “Nel karate sportivo le velocità sono altissime. Devi capire in pochi istanti dove colpire e come difenderti. Dopo l'operazione vedevo i colpi in anticipo”. Ma il beneficio non si è fermato alla visione. “Un dolore cronico alla caviglia è sparito dopo la correzione dell'occhio. Ho notato meno tensioni, meno contratture. Vedendo meglio, il corpo si coordina meglio e l'equilibrio lo recupero in pochi secondi”. La percezione delle distanze, elemento chiave nel combattimento, è diventata più precisa, così come i tempi di risposta in fase di attacco e difesa. Oggi Simone non ha dubbi nel consigliare la chirurgia refrattiva agli sportivi che convivono con problemi visivi. Con una battuta, dice: “Se sono della mia categoria, meglio che non si operino... così li batto più facilmente”. Poi però è serio: “A tutti gli sportivi consiglio di superare i pregiudizi e affidarsi a uno specialista come il dottor Appiotti. Le paure spariscono quando capisci davvero cosa può fare una visione corretta”. Prima di questa esperienza, Simone non immaginava che la vista potesse incidere così profondamente sulla performance. “Non ci pensi finché non lo provi. Solo confrontandoti con professionisti del settore capisci quanto la visione sia parte integrante della prestazione atletica”. La sua storia dimostra come, nello sport di alto livello, vedere meglio significhi muoversi meglio, reagire prima e performare di più. Non solo una questione di occhiali o lenti, ma di equilibrio, coordinazione e consapevolezza del proprio corpo.

Per informazioni: press office Simona Sansonetti 3355425490