



IL CASO

In bicicletta per combattere il diabete

OLBIA. Per battere il diabete è salito sui pedali. Giovanni Maria Fogu, 46 anni di Olbia, da oltre 30 anni convive con il diabete, con la sua bicicletta percorre lo stivale ed è diventato una sorta di recordman: macina chilometri. L'ultima impresa l'ha fatta qualche settimana fa. Il 22 maggio è partito da Perugia, il 26 è arrivato a Torino per l'inaugurazione del XXII congresso nazionale della società italiana di diabetologia. Tre giorni fa ha partecipato alla gran fondo dell'Alta Valle del Tevere, livello per il campionato nazionale ciclisti con diabete e ha percorso 640 chilometri. Giovanni Maria Fogu è originario di Oschiri, ma da 20 anni vive a Olbia. «Lo sbaglio di tanti diabetici — spiega — è rinunciare a vivere. Io non mi sono arreso. Con pazienza ho modificato parte delle mie abitudini. Se si vuole affrontare la malattia senza rimanere vittime del diabete si deve fare molta attività fisica e avere uno stile di vita corretto. A quindici anni mi hanno diagnosticato il diabete. I primi anni ho rinunciato allo sport, perché a quei tempi era sconsigliato fare attività fisica. Poi ci si è resi conto che il moto aiuta a regolarizzare la glicemia. La mia qualità di vita grazie allo sport è cambiata».

Il 64 per cento dei pazienti diabetici dell'Asl 2 ha un'età superiore ai 65 anni. Negli ultimi anni c'è stata una crescita dei casi di diabete giovanile. Sono oltre 300 i giovani tra i 18 e 25 anni affetti da questa malattia. Per ridurre il dilagare della patologia è necessario fare prevenzione in modo particolare tra i giovanissimi. (L.roj.)