

“Tutti conoscono il pattinaggio, ma non hanno idea di quello che si può fare con i pattini”

LORENZO GUSLANDI

Campione del Mondo di pattinaggio freestyle, le diagnosi di diabete e celiachia da quando era piccolino, sempre in viaggio con pattini e telecamera per raccontare il suo meraviglioso sport e i luoghi che attraversa sulle piccole ruote in linea. Lorenzo Guslandi quando è lontano da casa per le gare si sveglia all'alba, indossa i pattini e, libero, va alla scoperta di una nuova città



Di **Elisa Canepa**
COMUNICAZIONE

In questo numero di *Celiachia Notizie* torniamo a emozionarci sulle piccole ruote dei pattini in linea che disegnano traiettorie coraggiose negli spazi ristretti di una fila di piccoli coni colorati. Dopo avere raccontato la storia di Valerio Degli Agostini nell'ultimo numero del 2021, non potevamo non fare conoscere ai nostri lettori Lorenzo Guslandi, compagno di sincro di Valerio, celiaco da quando aveva 4 anni e oggi assoluto protagonista sui palcoscenici internazionali più prestigiosi del pattinaggio a rotelle. L'idea di mettere quattro ruote in fila sotto al pattino al posto della lama da ghiaccio venne, nell'estate del 1980, a due ragazzi del Minnesota che avevano bisogno di allenarsi per giocare a Hockey nella bella stagione. E l'estate ritorna anche nella storia di Lorenzo quando, a 7 anni, libero dagli impegni scolastici, frequentava il cuginetto più grande, suo vicino di casa. È allora che inizia a innamorarsi dei pattini grazie al paio rosso fiammante che sfoggiava il suo compagno di giochi, un'ispirazione che lo porta presto a provare lo stesso sport. Il movimento faceva già parte di Lorenzo perché ancor prima della celiachia aveva ricevuto una diagnosi di diabete

all'età di soli tre anni. Lo sport diventa quindi presto una componente fondamentale della vita del giovane campione monzese, senza tralasciare il lato artistico ed espressivo che oggi emerge nelle sue coreografie sui pattini, nel suo instancabile lavoro di storytelling e promozione della disciplina e anche nella capacità di raccontare la sua storia di paziente celiaco e diabetico, che lo ha portato a scrivere il libro *Speciale normalità. Come diabete e celiachia hanno fatto di me un campione*. Difficoltà e ostacoli diventano stimoli e opportunità attraverso i quali Lorenzo si costruisce mano a mano la vita che desidera e che più lo rappresenta. Oggi ha 26 anni, gareggia per la società Roller Macherio della Provincia di Monza e veste sempre più spesso i colori dell'Italia: nel suo palmares ci sono già quattro titoli mondiali, nove titoli europei e trenta nazionali, oltre a essere quattro volte vice Campione del Mondo. A fine del 2021 si è laureato in design della comunicazione presso il Politecnico di Milano e oggi lavora come creative designer e responsabile della comunicazione al centro sportivo Play More!, un'organizzazione no profit che promuove attività sportive e sociali aperte a tutti, con una particolare attenzione

a persone disabili e in condizioni di fragilità. Quando ci siamo sentiti era in partenza per i Mondiali di Shanghai, un luogo che ha nel cuore e da cui mancava da un bel po' di tempo a causa della sospensione delle attività nel periodo della pandemia. Nella nostra chiacchierata ci racconta molte curiosità sul suo sport e sulla sua vita da atleta e artista in giro per l'Italia e per il Mondo, senza dimenticare di approfondire come gestisce celiachia e diabete nella sua "speciale normalità".

Quando è arrivata la celiachia nella tua vita?

Ho ricevuto la diagnosi all'età di 4 anni, solo un anno prima mi era stato diagnosticato anche il diabete. Dal momento in cui è stato introdotto il glutine nella mia dieta ho iniziato a stare male, i medici non riuscivano a capirne il motivo e l'iter per arrivare alla diagnosi non è stato affatto breve. Parliamo comunque di 22 anni fa, quando la celiachia si conosceva molto meno rispetto a oggi.

Che impatto ha avuto nel tuo percorso di crescita?

Essendo stato diagnosticato da piccolo per me non si è trattato di un cambiamento traumatico, io non so cosa voglia dire mangiare un panino con glutine, la celiachia è la mia normalità spesso percepita come



“speciale” agli occhi degli altri. Nel libro racconto come celiachia e diabete sono diventate per me risorse che hanno plasmato la mia vita consentendomi di ottenere sempre di più e raggiungere grandi traguardi.

E come è stato invece per la tua famiglia?

Ho un papà allergico al latte, che condivide quindi la necessità di dovere adottare una dieta speciale. E poi in famiglia non sono il solo a dover escludere il glutine: anche mia sorella più piccola è celiaca. Ha

20 anni, fa parte del mio staff tecnico e insieme giriamo il mondo per gare e show sui pattini. Quando ero piccolo ci pensava mia mamma a portarmi a scuola alimenti che potessi mangiare e gli altri quasi mi invidiavano, erano tutte cose buonissime. Alle feste di compleanno ero il ragazzino “diverso” e anche in questo caso mia mamma veniva in mio soccorso provando a replicare tutti i piatti nella versione gluten free. Con il tempo è diventata una cuoca sempre più preparata e ha trasmesso questa passione

a me e mia sorella, che oggi siamo molto curiosi in cucina e desiderosi di sperimentare sempre cose nuove.

Anche lo sport è entrato a fare parte della tua vita così presto?

Sì, ho sempre fatto attività sportiva perché essendo diabetico il movimento ha un ruolo molto importante anche per la mia salute. Ho praticato basket, nuoto, tennis, tennis tavolo fino ad arrivare al pattinaggio.

È stato un colpo di fulmine?

Posso dire di sì, “colpa” dei pattini rosso fiammanti di mio cugino. Lui era velocissimo, frequentava già un corso. Io all'inizio cadevo spesso ma non mi sono scoraggiato, mi sono iscritto anche io al corso di pattinaggio e ho iniziato a confrontarmi con gli altri bambini. Ricordo che nelle prime gare spesso arrivavo ultimo, mi perdeva a salutare i miei famigliari che scorgevo tra il pubblico!

Qual è la cosa più affascinante del tuo sport?

È una disciplina davvero spettacolare che riesce a sorprendere chiunque la guardi. La cosa bella è che può essere praticata anche all'esterno, negli spazi urbani che offrono le nostre città. Io ho una pista qui vicino in Brianza dove posso sempre allenarmi con gli amici prima di andare a lavorare. Attraverso il mio lavoro sui social media spero di fare



conoscere sempre di più il pattinaggio qui in Italia.

La stessa disciplina può essere declinata in tantissime specialità differenti, quali sono le tue preferite?

Io ho iniziato praticando slalom di velocità, una vera e propria gara contro il cronometro, roller cross,

un percorso a ostacoli sui pattini e salto in alto che si può praticare con e senza rampa. All'inizio ero meno interessato alla parte coreografica e le davvo meno peso rispetto alle specialità esplosive e adrenaliniche. Poi i miei allenatori mi hanno spinto a provare e ho scoperto specialità ancora

più congeniali per me, che mi hanno dato tantissime soddisfazioni. Il *classic slalom* che prevede una coreografia con una base musicale, da eseguire da soli o in coppia, e una giuria che valuta la parte tecnica e la parte artistica, oltre al *battle slalom*, specialità molto tecnica che si svolge attraverso una

serie di run contro i propri avversari.

Quindi nel tuo sport è molto importante anche la componente artistica...

Sì, la ritrovo nella parte coreografica per quanto riguarda le gare ma fa parte poi di tutta la dimensione dello show, che amo altrettanto. Ho un nonno di 94 anni di origini campane, una vita da direttore d'orchestra, inevitabilmente legatissimo alla musica. Con nonno io e mia sorella facciamo musicoterapia ed è stato proprio lui, assieme al nostro musicoterapista, a suggerirci un duo di musicisti che abbiamo conosciuto e che ci hanno invitato a prendere parte a un grande show nella piazza principale di Vienna davanti a 15.000 persone.

Il Mondiale a Shanghai rappresenta un "ritorno" dopo un periodo di stop forzato. Come hai vissuto da atleta il periodo della pandemia?

È stato indubbiamente un periodo difficile, in cui ho sofferto per la mancanza di competizioni e di contatto con gli altri. E naturalmente mi è mancata la grande famiglia del pattinaggio e tutte le occasioni di socialità che derivano dalle gare. Mi ritengo comunque fortunato perché ho trascorso la quarantena nel paesino di Chisa Valmalenco dove avevo a disposizione un box per allenarmi e tempo libero

per sperimentare ricette dolci e salate.

A Shanghai ritrovi anche gli atleti cinesi, cosa li rende spesso così forti?

Amo la Cina e i suoi atleti per i quali provo da sempre molta ammirazione. Bisogna dire che gli atleti cinesi sono tanti e c'è moltissima selezione. Hanno però delle carriere molto brevi, come delle fiamme che si spengono presto. Io invece sento di continuare a crescere, dai 16 anni in poi sono diventato sempre più consapevole e ho ancora del margine di evoluzione, mentre i ragazzi cinesi, e talvolta anche russi, terminano presto il percorso nell'agonismo.

Il viaggio è una costante per un atleta, come ti organizzi con la dieta senza glutine?

Nella società per la quale gareggio qui in Italia siamo ben 6 atleti celiaci. Quando viaggio fuori dal nostro Paese riempio almeno la metà dello spazio in valigia con alimenti gluten free e a volte mi sono portato anche il fornello a induzione. Questo perché fuori dall'Italia è molto più difficile trovare prodotti senza glutine e non c'è il network AFC che mi fa sentire tranquillo. La Federazione Italiana è sempre molto attenta a noi quando viaggiamo mentre gli organizzatori degli eventi ancora non ci pensano. Per esempio, a Shanghai non sarà semplicissimo: un tempo pensavo di non



avere problemi nella patria del riso ma ho scoperto che utilizzano frequentemente un addensante con glutine e da allora mi porto pentole e pasta per sicurezza.

Potremo mai vedere il pattinaggio freestyle alle Olimpiadi?

È un mio grande sogno

e lavoro ogni giorno per promuovere e fare conoscere sempre di più il pattinaggio freestyle. Il pattinaggio è conosciuto da tutti e basta davvero uno spazio libero anche all'aperto nelle nostre città per iniziare a praticarlo.

Cosa suggeriresti ad AIC per migliorare ancora?

Credo sia stato fatto un lavoro enorme in questi anni. Dedicherei risorse e impegno a sensibilizzare e rendere ancora più consapevoli le persone e gli operatori della ristorazione. Inoltre mi piacerebbe ritrovare in futuro progetti simili al network AFC anche all'estero. ♦