

# In tandem da Schio fino in India

Parte tra pochi giorni un'incredibile avventura di due giovani scledensi, Dino Lanzaretti e Simone Salvagnin. Andranno da Schio in India in tandem. 16 mila chilometri a pedali.



Camilla Mantella

Partiranno in due, a bordo di un tandem. Attraverseranno approssimativamente 16 mila chilometri di strade e sentieri. Staranno via otto, nove mesi, forse di più: tempo, forse e fondi permettendo. Inizieranno il loro viaggio da qui, da Schio, e lo termineranno in India. Non useranno mezzi a motore, si faranno tutto il percorso con la sola forza delle gambe. Si chiamano Dino Lanzaretti e Simone Salvagnin, hanno rispettivamente 32 e 25 anni. Sono scledensi e sono i primi a tentare un viaggio del genere.

**- Da qui all'India in tandem: a chi è venuta l'idea?**

Simone: "Dino aveva per la testa questo progetto da un po' e quando me l'ha proposto ho subito accettato. L'ho conosciuto perché siamo entrambi grandi appassionati di montagna e in breve tempo abbiamo stretto una bella amicizia. Lui è un esperto viaggiatore, ha già fatto esperienze di questo tipo, anche se mai così lunghe e soprattutto mai in compagnia di qualcun altro."

Dino: "Perché fondamentalmente quando chiedevo a qualcuno tutti declinavano l'invito".

**- Bisogna ammettere, però, che i tuoi viaggi precedenti non sono mai stati molto vicini alle gite turistiche...**

Dino: "Fare il viaggiatore non vuol dire fare il turista; il mio concetto



Qui sopra, Dino Lanzaretti e Simone Salvagnin in sella al loro tandem. A destra, il tragitto del loro viaggio verso l'India. Sotto, Dino durante uno dei suoi precedenti viaggi in solitaria in giro per il mondo e Simone durante un'arrampicata.

di viaggio è profondamente diverso. Certo, la traversata del Tibet in bici in solitaria nel 2008, quando il territorio non poteva essere percorso dai visitatori ed era pieno di posti di blocco che ero costretto ad attraversare di notte per non essere scoperto, non è quello che si dice un viaggio facile: si corrono dei rischi, ma vivere tra la gente tibetana, quasi nascosto tra loro, è stata



**"Viaggiare significa anche assumersi dei rischi: sappiamo che non sarà una passeggiata, ma confidiamo nell'umanità delle persone che incontreremo. Vogliamo vedere con i nostri occhi territori di cui tanto si parla, capire come vive la gente. Non viaggiamo per dire che abbiamo fatto tanti chilometri in bici, ma per godere meglio di ciò che ci circonda".**

una delle esperienze più forti che io abbia mai vissuto. Così è stato anche per i miei viaggi precedenti: in India, Nepal, Sudamerica e Indocina".

**- Simone, invece, si è sentito pronto ad affrontare questo viaggio in tandem.**

Simone: "Mi alleno in tandem da parecchio tempo, da quando la mia malattia, una retinite pigmentosa dege-

nerativa che mi sta portando progressivamente alla cecità, non mi ha più permesso di andare in bici da solo. Ho imparato, col tandem, ad accordare il mio movimento a quello di chi mi sta davanti, tanto che dopo un po' di uscite si arriva ad una sorta di simbiosi. Con Dino c'è anche uno scambio mentale, non solo fisico: i nostri modi diversi di affrontare la fatica si incontrano a metà strada e ci permettono di trovare l'andatura adeguata.

La malattia mi ha costretto a dipendere dagli altri, ma l'uomo, in fin dei conti, è un animale sociale: stare forzatamente con i tuoi simili ti fa mettere in discussione e ti insegna che, lì fuori, c'è un "altro da te" che devi tenere in considerazione. Il tandem ci permetterà di fare tutto questo, di superare i confini, fisici e mentali, insieme".

**- Parliamo un po' in dettaglio del vostro viaggio: che Paesi attraverserete?**

Simone: "Il nostro percorso prevede l'attraversamento di Slovenia, Croazia, Serbia, Bulgaria, Turchia, Iran, Turkmenistan, Uzbekistan, Kirghizistan, Pakistan, Cina e India. Arrivati in India non abbiamo ancora deciso se proseguiremo per altri 3000 km all'interno del Paese o se torneremo indietro, se rimarremo uniti o se ci divideremo per delle esplorazioni in solitaria dopo tanti mesi passati assieme. Certo è che non abbiamo limiti di spazio e tempo e non abbiamo un programma quotidiano che ci impone di fare un tot di chilometri al giorno. I nostri grandi vincoli sono due: la necessità di attraversare la catena himalayana prima dell'inverno e, soprattutto, la disponibilità di fondi, che non sappiamo se ci consentirà di proseguire".

**- Quanto costa, a questo proposito, un viaggio del genere?**

Dino: "Noi puntiamo ad una totale autonomia: la bici peserà sui 200 kg, perché portiamo con noi tende, sacchi a pelo e l'equipaggiamento da campo, nonché un portatile e tutta l'attrezzatura per le riprese e le foto che pubblicheremo periodicamente sul nostro sito. Abbiamo degli sponsor che hanno reso possibile una parte di questo viaggio; la cifra per i materiali si aggira attorno ai 15/20.000 euro, mentre quella per il cibo non possiamo quantificarla esattamente, anche perché potremmo sia avere degli agganci ed essere ospiti di qualcuno sia doverci arrangiare per l'intero viaggio".

Simone: "Per quanto riguarda le attrezzature, è fondamentale per il nostro viaggio poter documentare ciò che incontriamo: è per questo che abbiamo bisogno di un pc, che sarà probabilmente modificato per ipovedenti così che potrò usarlo anch'io, e di una videocamera. Sono strumenti professionali di cui dovremo avere molta cura e che ci potrebbero causare dei problemi (alla frontiera del Pakistan potrebbero doverli nascondere per non essere presi per giornalisti, ndr),

ma che non possiamo lasciare a casa: vogliamo che anche gli altri possano vedere ciò che vediamo noi e condividere le nostre avventure".

**- Effettivamente potreste avere dei problemi: non avete paura per i rischi che potreste correre, considerate i territori che attraverserete?**

Dino: "Viaggiare significa anche assumersi dei rischi: sappiamo che non sarà una passeggiata, ma confidiamo molto nell'umanità dell'essere umano; in tanti viaggi non ho mai avuto, fortunatamente, problemi, anche se questo non vuol dire che siamo totalmente sprovveduti ed incoscienti. Vogliamo vedere coi nostri occhi i territori di cui tanto si parla ultimamente, vogliamo verificare le notizie, vogliamo capire come vive la gente. Non viaggiamo per fare l'impresa del percorso in bici, per dire che abbiamo fatto tanti chilometri solo con le nostre forze magari in breve tempo: viaggiamo in bici perché così possiamo godere meglio di ciò che ci circonda.

Probabilmente saranno realtà difficili e diverse da ciò a cui siamo abituati, ma è per questo che viaggiamo, per conoscere. Inoltre al momento non ci sono problemi con visti e documenti: tutti i Paesi che attraversiamo rilasciano il visto turistico per 6 mesi; acquireremo i documenti frontiera per frontiera, anche perché le condizioni potrebbero cambiare e magari potremmo essere costretti a modificare parte del percorso per improvvise beghe diplomatiche".

**- Siete i primi a tentare un viaggio del genere e Simone è il primo ipovedente in assoluto a fare questa esperienza: cosa vi aspettate da questo viaggio?**

Simone: "Credo che avrei fatto questo viaggio anche se non fossi stato malato; amo viaggiare e so che Dino sarà



## DOPPIO-MENTO, PANCIA, FIANCHI e CELLULITE

ELIMINAZIONE SENZA CHIRURGIA delle ADIPOSITÀ e della CELLULITE

a cura del Dott. Fabio Chemello



L'eliminazione dei fastidiosi accumuli di grasso senza chirurgia e senza lunghi trattamenti è divenuta realtà nell'Ambulatorio di Medicina Estetica. Fin qualche tempo fa chi, pur non avendo peso da perdere, voleva eliminare gli accumuli di grasso corporei localizzati, doveva sottoporsi inevitabilmente ad un intervento chirurgico di liposuzione, ossia di aspirazione del grasso mediante cannule in sala operatoria con un decorso post-operatorio non trascurabile. Attualmente, anche a Schio, è possibile invece eliminare il grasso, localizzato in un qualsiasi distretto corporeo, ricorrendo a trattamenti non chirurgici, ma di medicina estetica. In occasione della prima visita il medico valuta il tipo delle adiposità e l'eventuale presenza di altre problematiche (circolatorie, metaboliche, endocrine, posturali): questo permette di definire la strategia migliore per quel singolo caso.

Infatti i più moderni Ambulatori di Medicina Estetica devono poter offrire alla propria clientela numerose, efficaci, sicure ed affidabili tecnologie e metodiche in grado di affrontare e risolvere i diversi tipi di adiposità e di cellulite.

La cosiddetta "Intralipoterapia" (conosciuta anche come "leclilisi" o "lipodissolve") è una tecnica sicura, non chirurgica, assolutamente indolore, per rimodellare il corpo, sia maschile che femminile, attraverso l'eliminazione dei depositi adiposi in eccesso. Al centro dell'adiposità viene praticata un'unica iniezione, con un ago sottilissimo, di una soluzione di fosfatidilcolina/sodio deossicolato (la fosfatidilcolina è un derivato della soia). Il contenuto delle cellule adipose, ovvero il grasso, viene liquefatto e quindi allontanato (catabolizzato) per vie naturali nelle settimane successive al trattamento iniettivo. La durata della seduta è di pochi minuti e le sedute possono variare da 2 a 5 con cadenza mensile. L'unico disagio che talvolta viene riferito è un modesto gonfiore e indolenzimento della zona trattata.

Trovano indicazione a questo tipo di trattamento tutte le aree del corpo (doppio-mento, addome, fianchi, dorso, gibbo, cosce, interno ginocchia).

Quando le adiposità localizzate sono accompagnate a "Cellulite" o a problematiche circolatorie (capillari o vene dilatate agli arti inferiori) il medico ricorre ad altre metodiche in grado di migliorare il quadro clinico nel suo insieme. La Cellulite (o PEFS: Panniculopatia Edemato-Fibro-Sclerotica)

rappresenta infatti un'alterazione del micro-circolo del tessuto adiposo, responsabile del tipico aspetto "a buccia d'arancia" della cute, ma anche del rallentamento circolatorio: non quindi un semplice inestetismo, ma una patologia vera e propria, e che, come tale, va curata per evitare l'inesorabile evoluzione verso gli stadi più gravi.

A tale proposito risultati ottimali si ottengono con alcune metodiche iniettive che trattano aree più estese, rispetto all'Intralipoterapia, e che usano uno o più aghi piccoli e sottili: l'Ossigeno-ozono-terapia, la Carbossi-terapia e la Mesoterapia (o Intradermoterapia). Ognuna di queste metodiche ha delle indicazioni ben specifiche per i diversi stadi di cellulite (ricordo che viene classificata in 4 stadi a seconda della gravità).

Queste tecniche consistono nella iniezione, rispettivamente, di piccole quantità di ossigeno e ozono (un derivato dell'ossigeno), di CO2 o di sostanze omeopatiche o farmacologiche; tutte queste molecole hanno una spiccata azione lipolitica, drenante e rimodellante sia sulle adiposità sia sulla cellulite, e migliorano la circolazione venosa, linfatica e arteriosa degli arti inferiori. Pur essendo iniezioni fastidiose, esse vengono generalmente ben tollerate, non fosse altro per la brevità della seduta, che in genere è di 10 minuti; mediamente servono dalle 7 alle 10 sedute con cadenza settimanale.

Per coloro che non tollerano l'utilizzo di aghi il medico ricorre spesso ad altre tecnologie non invasive, ma altrettanto efficaci: la Cryo-scultura e la Hydrofor-terapia, sono apparecchiature medicali che veicolano attraverso la pelle, senza l'utilizzo di aghi (idro-elettro-foresi trans-dermica), principi attivi naturali o farmacologici in grado di ottenere una riduzione importante sia delle adiposità sia della cellulite. A risultati analoghi è possibile arrivare anche senza veicolare nulla attraverso la pelle, ma semplicemente sfruttando la tecnologia medica LPG-Endermologie che, attraverso un'azione fisica (quindi non chimica) drena, rimodella e tonifica la pelle a buccia d'arancia.

Vi attendo nel prossimo numero di "Schio": vi parlerò di come possono essere trattati efficacemente i problemi di rilassamento della pelle sia del corpo che del viso, mediante le più recenti tecnologie di Medicina Estetica.

Dott. Fabio Chemello