

Sulle piste, con la professione nel cuore

Fabio Truaisch, 38 anni, fisioterapista Olivone, lavora da 12 anni ai massimi livelli di SwissSki

di Mara Zanetti Maestrani

La passione per quel che fa già la si vede e percepisce mentre ti parla. Lui non fa il fisioterapista. Lui **È** fisioterapista, nel suo essere e nel suo porsi in modo empatico verso gli altri. Forse sono state proprio queste le carte vincenti che gli hanno permesso di raggiungere SwissSki e di lavorare per e con i migliori e le migliori atlete svizzeri/e. Incontriamo Fabio durante l'estate, periodo nel quale si gode casa e famiglia a Ludiano, nella sua adorata Valle di Blenio. Fa caldo anche di mattina e ci sediamo all'esterno, accanto a una bella piscina dall'acqua azzurrina invitante. Un piccolo paradiso bleniese. "Torno sempre e ogni volta con molto piacere in Valle – ci dice subito – qui sto benissimo, e mi ricarico. Non ci rendiamo mai conto di quanto bene si sta qui!"

Gli chiediamo subito come ha potuto entrare nel grande e affascinante mondo del circo bianco internazionale. Ci racconta che nel 2010 lavorava alla clinica Hildebrand di Brissago. "Comunque una premessa va fatta – ammette e sorride – a me la neve e il freddo sono sempre piaciuti. Fin da piccolo sciavo in Campra e facevo gare. Nella neve mi trovo bene". Infatti Fabio è stato anche campione ticinese juniori di fondo negli anni 2004 e 2005. E forse sono state (anche) queste circostanze che hanno fatto la differenza quel giorno in cui, con l'aiuto di Marco Derighetti che contatta Mauro Pini (allora capo del settore nazionale femminile), Fabio ha potuto incontrare ad Interlaken il responsabile della Coppa Europa. Lì per lì, dal colloquio esce senza un "sì" né un "no"... Con sentimenti contrastanti, Fabio torna in Ticino e continua il suo lavoro all'Hildebrand con la passione di sempre.

Dopo due mesi arriva però la telefonata che, negli anni successivi e fino ad oggi, gli cambierà la vita portandolo in tutti gli angoli di Mondo. "Quando mi presero, ricordo d'aver firmato il contratto di getto, quasi senza pensarci! Volevo entrare in quel mondo e fare qualcosa di stimolante". Così inizia la sua affascinante e per certi versi veloce carriera nei ranghi di SwissSki, dapprima in Coppa Europa. Segue diverse squadre, aumenta la sua esperienza, conosce persone, vizi e pregi, riesce a farsi voler bene sia dagli atleti che dallo staff tecnico e sportivo. "Ricordo sempre con piacere e un sorriso le primissime volte che ero sulle piste. A Zermatt, con la radio ricetrasmittente in mano... mi parlavano in svizzero tedesco e io faticavo a capire... Poi piano piano entri nell'ambiente". Così segue via via gigantisti e discesisti, a volte interviene ad assistere a bordo pista anche atleti di altre Nazioni ("capita anche questo", ci dice e aggiunge... "pensa che ci sono fisioterapisti che non sanno sciare!"). Quando uno sciatore cade in gara, viene raggiunto il più presto possibile dal suo allenatore, da un medico e dal fisioterapista. A volte capita purtroppo di vedere anche brutte cose, "che mai vorresti vedere", ci dice, come fratture esposte; oppure capita di intervenire in luoghi difficili, molto ripidi. "Una volta è pure caduto il medico, ferendosi. È un lavoro comunque pericoloso".

"Una buona collaborazione tra il team tecnico e quello medico è fondamentale per la salute psico-fisica dell'atleta. Siamo noi fisioterapisti a mettere sull'attenti l'allenatore sulla capacità o meno di un atleta di sostenere una gara. L'ultima parola spetta sempre a noi. È una grande responsabilità, ma ogni singolo atleta deve poter affrontare una gara al

massimo delle sue capacità". Di stagione in stagione, Fabio guadagna esperienza ma anche tanta fiducia da parte degli atleti e del team di gestione. Commosso, ci fa sentire un messaggio di apprezzamento, in francese, rivoltogli nel marzo scorso al termine dell'ultima gara della stagione da Julien Vuignier, assistente allenatore della squadra di slalom maschile SwissSki di Coppa del Mondo.

"A livello professionale in Svizzera siamo molto avanti e in linea con i migliori standard internazionali. Ci troviamo spesso con colleghi fisioterapisti di altre Nazioni e confrontiamo le nostre conoscenze. So di medici cinesi che sono stati a Davos per vedere come si lavora da noi. In Svizzera abbiamo davvero un'ottima formazione, il nostro fiore all'occhiello".

Nell'imminente stagione 2022 / 23 Fabio si prenderà cura della squadra svizzera di slalom quale fisioterapista Senior SwissSki Coppa del Mondo di sci alpino. "Una disciplina, questa, non priva di pericoli considerato che gli atleti scendono tra i paletti a velocità che possono raggiungere gli 80 km/h. Le distorsioni a spalle e ginocchia sono dietro l'angolo", ci spiega.

E poi c'è il sogno olimpico, raggiunto!

Vero è che partecipare a un'Olimpiade è sempre il top di una carriera, sia di sportivo che di chi lo segue da vicino. "Per me era davvero una cosa "fuori di testa", come si dice – afferma sorridendo – "Come svizzero, poter lavorare per SwissSki (Fabio era fisioterapista delle squadre maschili di sci alpino, ndr), Armée Suisse e Swiss Olympics è una cosa unica e indimenticabile. L'Olimpiade ha un fascino suo tutto particolare, ricordo come fosse oggi la prima giornata a Pechino. Ero a stretto contatto con il capo allenatore degli slalomisti, Matteo Joris, il quale ripone in me tantissima fiducia. È stata un'esperienza unica, anche se marcata da tutta la procedura di controllo anti Covid-19. Ho vissuto emozioni indelebili".

E per arrivare a tanto, Fabio consiglia specialmente i giovani a credere nei loro sogni: "bisogna fare le cose nelle quali si crede e cercare di farle al meglio. Lavorare duro e non demoralizzarsi davanti ad una porta chiusa. Occorre persistere e presto o tardi si apre un'altra porta". In 12 anni di attività ai massimi livelli dello sci svizzero, Fabio ha fatto molto e imparato molto. "Certamente però non farei una vita intera così. Non è una vita reale, si è immersi in un mondo veloce, un po' effimero, sempre in movimento".

L'amore e l'attaccamento per la Valle

"A me piace molto la Valle di Blenio, le persone che ci vivono; adoro e stimo tutti i miei pazienti dei quali mi curo quando sono qui (Fabio ha lo studio a Dongio). Mi piace certo viaggiare e adoro la mia professione, ma qui in Valle mi sento a casa. Dobbiamo davvero renderci conto che viviamo in un posto stupendo. Ho visto tanti luoghi, ma qui – proprio anche a livello morfologico e di natura – siamo in un paradiso". E lo dice il giorno prima di partire per l'Oregon, negli Stati Uniti, dove per la prima volta è stato chiamato per i Campionati del Mondo di atletica leggera. Vi rimarrà una settimana, grazie ad una grande ditta di materiale sportivo (Wintecare/Nike) e ad un'azienda ticinese di macchinari per l'atletica. "Sicuramente si tratta di un'altra esperienza, non più sulla neve ma al caldo dello stadio. Anche la tipologia di interventi per incidenti e infortuni sarà diversa".

Nel frattempo Fabio è tornato in valle e ora avrà già quasi pronte le valigie per il prossimo impegno in vista dell'imminente stagione invernale. Mentre mi congedo da lui, a Ludiano, mi torna in mente un aneddoto che mi ha raccontato poco prima. Era in Svezia, lo scorso inverno, e stava assistendo un atleta del team quando fu chiamato in aiuto di uno sciatore

colombiano, di 18 anni, che lamentava forti dolori al basso ventre. Subito accorso sul posto, Fabio ha trovato il ragazzo dolorante sul divano dell'alloggio. Da un primo veloce esame, la situazione dello sportivo è apparsa subito grave, con probabile danno all'uretere. E Fabio era conscio che l'ospedale più vicino distava ben 4 ore di viaggio in auto. Volare era impossibile quel giorno. "Bisogna sempre prevedere le cose e sapere come e dove sono possibili i soccorsi", mi ha detto. Fu così che egli organizzò in fretta e furia il recupero in autoambulanza del ragazzo che, portato in ospedale, subì poi quattro operazioni che gli salvarono la vita. Ancora oggi, Fabio riceve dalla famiglia testimonianze di stima e ringraziamento