



## Donne e Sport

Anna Battistella  
Studentessa Università Ca' Foscari Venezia

conversa con  
**Alessandra Patelli**  
Ex atleta olimpica della nazionale di canottaggio  
e medico specialista in Medicina dello Sport

# Alessandra

### **Ci racconta come si è sviluppato il suo percorso sportivo?**

Ho fatto per tanti anni canottaggio. Ho iniziato tardi, avevo circa 17-18 anni. Durante un viaggio in America per imparare l'inglese sono stata ospitata da una famiglia in cui la figlia faceva canottaggio e mi ha chiesto se volessi provare. Io non conoscevo questa disciplina perché a Conegliano, la mia città di provenienza, non esiste. Sono salita in barca e ricordo che mi è piaciuto. Ricordo di aver chiamato mio papà e gli ho detto: «Quando torno in Italia vorrei iniziare questo sport». Così ho iniziato a Treviso, che era la sede più vicina; andavo in treno, e da lì è partito il mio percorso. Dopo un anno e mezzo, nel 2011, sono entrata in nazionale dove sono stata per 10 anni, fino a terminare con le Olimpiadi di Tokyo 2021.

### **Quindi è stato amore a prima vista per questo sport?**

Sì, un colpo di fulmine.

### **E il suo percorso professionale? Come si è sviluppata l'idea di diventare medico?**

Mentre con il canottaggio è stato un amore a prima vista, non ricordo quando ho deciso di voler diventare un medico. L'idea della Medicina l'ho maturata durante l'ultimo anno di liceo,

anche se sono stata sicuramente influenzata da mio papà e da mia nonna, entrambi medici. Ho fatto il test per Ingegneria e per Medicina. Sono entrata a Medicina, mi è piaciuta e ho proseguito per quella strada.

### **E la sua esperienza alle Olimpiadi?**

Ho avuto la sfortuna-fortuna di vivere due Olimpiadi diversissime, perché ho partecipato a Rio 2016, la mia prima Olimpiade nonché la prima olimpiade in Sud America, e a Tokyo 2021.

Il modo in cui vivi la prima Olimpiade è diverso, perché non sai cosa ti aspetta. È stato molto emozionante. Ho vissuto una settimana nel villaggio olimpico: un'esperienza bellissima a contatto con gli altri sportivi.

Trascorri quattro anni in cui sei concentrato su te stesso, mentre lì porti la stessa divisa di Federica Pellegrini o Tania Cagnotto e pensi: «Siamo compagni di squadra». In quel momento ti senti parte di una nazione e senti che la rappresenti. Io sono molto patriottica e sentirmi parte di una squadra che rappresenta il mio paese è l'emozione che ricordo di più.

Tokyo è stata un'Olimpiade agognata, perché ha ritardato di un anno i miei progetti di vita, di specializzazione, di lavoro. È stata un'Olimpiade dove mi sono qualificata all'ultimo mese in una specialità molto differente da quello che facevo

e mi ero preparata molto poco. Eravamo isolati, non potevamo uscire dal villaggio, avevamo il terrore del COVID, dovevamo fare il tampone tutti i giorni. Inoltre, non avevamo il pubblico che anche per questi sport minori è importante.

**Quali sono state le difficoltà che ha incontrato nel portare avanti una carriera sportiva d'alto livello e, contemporaneamente, gli studi per diventare medico?**

Mi è un po' difficile rispondere, perché quando sei nel flusso non hai il tempo di analizzare quanto stai facendo, poi quando finisci ti guardi e dici: «Ce l'ho fatta».

Io credo che, di base, mi piacesse molto entrambe le cose e non volevo rinunciare a nessuna delle due. Le difficoltà stavano nel fatto che il mondo universitario non comunicava con il mondo dello sport e viceversa.

Oggi c'è una sensibilità molto diversa. Quando ho smesso sono iniziate le prime borse di studio per lo studente-atleta, anche all'Università di Padova dove ho studiato.

Molto spesso non dicevo ai professori che facevo canottaggio d'alto livello, perché temevo mi penalizzassero.

Poi ci sono state ovviamente le difficoltà di chi porta avanti due sfide così grandi contemporaneamente. Mi sono dedicata quasi esclusivamente allo studio e allo sport, per cui ho fatto rinunce e sacrifici, ma non mi pento. Forse rimpiango un po' la vita universitaria e i legami che crea l'università. Ho avuto poche occasioni di stare con i miei compagni di studio, ma ho creato dei legami profondi con le mie compagne di squadra. Ho dei bei ricordi, forse atipici, di quegli anni.

**Lei è stata prima atleta della nazionale italiana di canottaggio e poi medico della stessa nazionale. Come ha vissuto questo cambio di prospettiva? L'essere stata atleta l'ha aiutata nel suo nuovo ruolo?**

È stato un passaggio fatto quasi subito, che mi spaventava perché il ruolo di atleta e quello di medico sono diversi. Avevo paura che non sarei stata accettata dai miei compagni: mi hanno sempre visto come la 'Patty' (come mi chiamano nel mondo del canottaggio) e mai come medico... Invece sono rimasta piacevolmente sorpresa nel vedere che i ragazzi mi hanno accolta bene fin da subito, mi rispettavano e, anzi, ancora oggi si sentono compresi perché conosco il movimento e la fatica del canottaggio, avendoli provati in prima persona. Poi è vero che quando torno in raduno mi sento un po' a casa, nella mia comfort zone, anche se sono passati due anni da quando ho smesso di remare, e forse sarà per sempre così.

**Che consiglio darebbe alla lei del passato?**

Ho passato dei momenti in cui ero un po' ostile con il mondo esterno. Con i miei genitori, per esempio, sono stata a volte dura. Ho avuto la fortuna di avere una famiglia che mi ha sempre sostenuta, e con loro mi permettevo di essere ogni tanto chiusa o aggressiva, perché scaricavo su di loro la mia tensione, ma ora un po' me ne pento. Quindi, direi alla me di allora di essere più tranquilla e di vivere più serenamente, con più leggerezza.

Per il resto sono molto fiera e orgogliosa, se posso dirlo senza suonare egocentrica, anzi, ora vorrei ritrovare quella Alessandra. Una volta smesso lo sport, nel 2022, mi sono specializzata in Medicina





dello Sport e ora lavoro, ma paradossalmente non mi sento ai livelli dell'Alessandra di prima. Essere una sportiva ti fa sentire speciale, ora invece devo ancora ricreare il mio mondo.

**È stato difficile reinventarsi, finita la carriera da atleta?**

È stato molto difficile, anche se non ho mai dovuto reinventarmi perché ho sempre avuto la Medicina. Però è molto complicato smettere, perché viene meno una parte di te bellissima, che sai che non potrai più rivivere. E per quanto io sia giovane e abbia tante cose da fare, è come se avessi già chiuso una porta, mi sento come se mi mancasse un pezzo. Sono anche contenta di aver lasciato il canottaggio nel modo in cui l'ho fatto: c'è chi lo lascia per un infortunio, chi per una delusione, mentre io ho smesso facendo un'Olimpiade. Sono contenta di me stessa ma il periodo post sport è stato estremamente complicato. Adesso si inizia a parlare del post-carriera e anche il CONI ha organizzato un Master per il reinserimento; è effettivamente un periodo complicato fisicamente e mentalmente.

**Quali sono i valori più importanti che le ha insegnato lo sport e che l'hanno aiutata nella sua vita?**

Direi la capacità di adattarsi. In questi anni, partendo da un carattere un po' spigoloso e facendo uno sport all'aperto, che subisce componenti esterne come il vento, la pioggia, le onde che non decidi tu, ho imparato ad adattarmi e per me è stato molto importante. Mi sono adattata a persone che non mi andavano a genio e ora lo applico anche nel mondo lavorativo. Il mio direttore tecnico a ogni inizio gara, a ogni inizio raduno diceva: «L'adattamento, ragazzi, l'adattamento!». Credo che sia un valore, un insegnamento importante che mi ha dato lo sport.

**Se potesse rivivere un momento della sua carriera quale sarebbe? Cosa le ha trasmesso questo momento?**

Sarebbe scontato dire le Olimpiadi, però oltre alle Olimpiadi ci sono stati tanti altri momenti. Rivivrei la mia prima qualifica olimpica, perché è stata una gara difficile e ricordo di aver tagliato il traguardo e aver pensato: «Alessandra, vai alle Olimpiadi». È stata una cosa pazzesca, non saprei nemmeno bene come descriverla.

Forse rivivrei una gara che è andata malissimo, ma che mi ha regalato un'amicizia speciale, ed è stata l'ultima qualifica pre-Tokyo, che abbiamo fallito. È un brutto ricordo, però con quell'equipaggio ho creato un legame molto forte. È stata quella gara che ci ha unite, perché siamo state emotivamente intelligenti nel non distruggere il nostro rapporto. È stato uno dei bassi

più importanti della mia carriera, ma dal quale sono ripartita e sono orgogliosa di non essermi fermata, ma di essermi rimessa in gioco, e sono anche riuscita ad andare alle Olimpiadi di Tokyo.

**Quali consigli darebbe a una giovane donna che cerca di conciliare vita professionale e vita sportiva?**

Direi di essere organizzati, di avere un planning e di avere sempre un piano B. Un piano B ti dà la tranquillità di poter fallire del piano A; per quanto sia importante, avere una seconda possibilità ti permette di lavorare al meglio al piano A. Direi anche di non autolimitarsi, perché in qualche modo le cose si incastrano, anche se non sappiamo come.

Aggiungerei che le cose arrivano quando uno si applica e si dedica con sacrificio a un progetto. Oggi c'è questa voglia che arrivi tutto subito, ma se uno vuole una cosa bella e grande deve lavorare.

**Mi parla del ruolo di un'atleta donna all'interno della nazionale di canottaggio? C'è un gender gap?**

Il mondo del canottaggio femminile si è sviluppato negli ultimi anni: a Rio eravamo in quattro mentre a Tokyo eravamo in dieci e io ero anche la Capitana. Ho visto la crescita del movimento femminile in questo sport. Per esempio, i corpi militari per le donne sono stati aperti nel 2017 per il canottaggio. Io non me ne accorgevo, perché ero dentro quel mondo e lo reputavo normale; invece, ora mi accorgo che noi donne non avevamo la possibilità di entrare in un corpo militare per avere uno stipendio ed era necessario il sostegno dei miei genitori. Tranne qualche allenatore, e non intendo il mondo del canottaggio ma la singola personalità, non ho mai risentito grosse disparità tra uomini e donne.

**E dal punto di vista di una donna medico nella nazionale?**

Io mi sento accettata, abbiamo sempre avuto professioniste come fisioterapiste e osteopate donne. Purtroppo, mi è capitato di sentire che una squadra di calcio cercasse un medico uomo, e questo dimostra come in alcuni ambienti una disparità esiste ancora. Fortunatamente, nel canottaggio questo non accade.



### Alessandra Patelli

Nata a Conegliano nel 1991, dopo aver conseguito la maturità scientifica Alessandra Patelli si è laureata a pieni voti in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Padova nel 2017, riuscendo a conciliare l'attività di studio con la pratica sportiva agonistica ad alto livello.

Nel 2018 ha cominciato il suo percorso alla Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico dell'Università di Palermo, terminandolo una tesi dedicata a *Il secondo tempo di Julian Ross* sviluppata presso l'Unità Operativa di Medicina dello Sport di Treviso, centro regionale per la prescrizione di esercizio in giovani con cardiopatie. Attualmente svolge il suo lavoro presso tale unità operativa e in vari poliambulatori, oltre a far parte dello staff sanitario della Federazione Italiana Canottaggio. Dal punto di vista sportivo, dal 2011 ha fatto parte della nazionale azzurra di Canottaggio, partecipando alle Olimpiadi di Rio de Janeiro 2016 (11esima assoluta nel due senza, unica barca italiana femminile qualificatasi per la manifestazione) e nell'Agosto 2022 alle Olimpiadi di Tokyo (nona nel doppio femminile), ricoprendo il ruolo di capitano della nazionale.

Nel suo Palmares vanta una medaglia e un quarto posto ai Campionati del Mondo, tre medaglie ai Campionati Europei, tre medaglie in Coppa del Mondo e quattro titoli italiani assoluti. Per essersi distinta dal punto di vista formativo e per meriti sportivi, nel 2018 ha ricevuto il riconoscimento come «Atleta eccellente, eccellente studente». Oltre alle varie onorificenze ricevute dal CONI per meriti sportivi, nel 2021 ha ricevuto la stella d'oro al merito per la sua attività di volontariato nel 2020 durante l'epidemia COVID. Ha partecipato come testimonial a diversi eventi di beneficenza, tra cui la campagna di sensibilizzazione sul tema della donazione di midollo osseo e del trapianto di organi promosso dal Centro Nazionale Trapianti e il Ministero della Salute.