

PER LA PRIMA VOLTA È STATA FATTA L'ANALISI DEL DNA SU UN PILOTA DI F.3: I DATI CONFERMANO CHE NICCOLÒ PIANCASTELLI HA LE QUALITÀ PER DIVENTARE UN PROFESSIONISTA, EVIDENZIANDO TUTTI GLI ASPETTI IN CUI PUÒ ANCORA MIGLIORARE LE SUE PRESTAZIONI

di Franco Nugnes

CAMPIONE GENETICO

Motorsport in dangerous. Questa frase è puntualmente riportata sui pass di chi è ammesso nel paddock di un circuito anglosassone. Le corse sono pericolose. Nel passato si moriva anche, spesso. Al briefing della prima gara stagionale i piloti di F.1 erano soliti salutarsi. Si stringevano la mano consapevoli che difficilmente si sarebbero ritrovati tutti anche all'ultimo appuntamento. Quei tempi sono lontani: l'epoca dei piloti duri e puri è ormai relegata ai libri di storia. "Il coraggio non è più una caratteristica indispensabile per un pilota moderno. Era necessario in F.1 fino agli anni 80: esisteva proprio il concetto del pilota ardimentoso e quindi veloce. Oggi, invece, non è più una dote irrinunciabile per un pilota vincente, anzi può diventare un handicap, perché bisogna essere razionali, tecnici e competenti". A parlare è Gabriele Tarquini, campione del mondo turismo con la Seat Leon Tdi, che ha conquistato il titolo a 47 anni suonati. E allora è lecito chiedersi che caratteristiche deve avere un giovane pilota per diventare un campione, un professionista del volante. Ovviamente deve essere un atleta ben allenato, anche se la componente fisica non è la sola a determinarne la prestazione. Un tempo le monoposto erano pesanti, con abitacoli scomodi e il loro controllo richiedeva sviluppate capacità muscolari. Non era raro vedere piloti stremati alla fine di una corsa. Le cose oggi sono cambiate: lo sviluppo tecnologico, il progresso dell'elettronica, l'evoluzione dei

SI CERCA IL MASSIMO RENDIMENTO MENTALE MA CON LA MINIMA SPESA ENERGETICA



Niccolò Piancastelli, sopra, con Monica Ravaoli: il pilota di F.3, a lato, è stato il primo sottoposto all'indagine del DNA

regolamenti ha permesso la costruzione di vetture molto più sicure e sofisticate ma che si sono rivelate sempre più esigenti dal punto di vista mentale. Oltre alla capacità di saper trasferire al team informazioni puntuali e precise nello sviluppo della monoposto per esaltarne il potenziale tecnico, il pilota è chiamato a mantenere la massima concentrazione per tutta la gara, tenendo sotto controllo la frequenza cardiaca e il consumo energetico del cervello.

SFRUTTARE IL MASSIMO POTENZIALE

Di giovani che sanno essere veloci al volante di una macchina da corsa ce ne sono molti, ma quanti sono sfruttare appieno il loro potenziale psico-fisico? Oggi è possibile cercare delle risposte sempre più puntuali e precise grazie ai progressi della scienza. La ricerca, infatti, si è spinta fino all'analisi del DNA. Il progetto-pilota "In Salute" costruito da Monica Ravaoli è partito intorno a Nicola Piancastelli. Si tratta del conduttore faentino di 22 anni che al debutto in auto aveva subito vinto il Trofeo di F. Ford 1600 organizzato da Henry Morrogh. Nel 2009 ha fatto alcune apparizioni sporadiche in F.3 con una Dallara 309-Fpt del team Bvm. Il giovane romagnolo sta pianificando la stagione 2010 e non vuole lasciare niente al caso. A differenza di tanti ragazzini terribili che hanno avuto

DG DASDA
GDAGA

DNA

L'acido desossiribonucleico è un acido nucleico che contiene le informazioni genetiche necessarie alla biosintesi di RNA e proteine, molecole indispensabili per lo sviluppo ed il corretto funzionamento della maggior parte degli organismi viventi

GENE

Unità ereditaria degli organismi viventi; sono contenuti nel genoma di un organismo, che può essere composto di DNA o RNA e dirigono lo sviluppo fisico e comportamentale dell'organismo

ALLELE

Forma alternativa di un gene, responsabile di un particolare carattere ereditario. Ogni individuo possiede per ciascun carattere due alleli (geni) di cui uno di origine materna e l'altro di origine paterna

modo di fare molta gavetta prima nel karting e poi nelle varie categorie addestrative, e possono vantare un bagaglio formativo molto ricco nonostante un'età che a volte non è nemmeno da patente, Piancastelli deve recuperare il tempo perduto con un budget spesso inadeguato alle sue potenzialità. È per questo che Niccolò ha aderito con entusiasmo al Pannello Sport.Gen che è stato espressamente elaborato per lui dall'Oxi.Gen Lab di Brescia, dove un'equipe di medici specializzati, lo ha sottoposto ad una serie di prelievi utili all'analisi del DNA per valutare la sua predisposizione genetica. I dottori Giuseppe Pigoli e Maria Grazia Marin hanno preso in "cura" il giovane per determinare quali sono gli aspetti di forza di Niccolò e quali, invece, sono migliorabili con un'adeguata preparazione fisica e una dieta controllata. Va ricordato, infatti, che

DAL GENE ACE EMERGE CHE NICCOLO HA GRANDI CAPACITÀ CARDIO-VASCOLARI

l'obiettivo dell'organismo umano è quello di mantenere in equilibrio i suoi sistemi (calorico, energetico ed endocrino). L'accelerazione del metabolismo durante l'attività sportiva porta rapidamente all'aumento della produzione di radicali liberi con conseguente aumento di scorie prodotte dall'organismo e un parallelo calo di sostanze indispensabili al buon funzionamento dei processi enzimatici. Il quadro che ne emerge è riconducibile ad una situazione di stress ossidativo che, dunque, limita le prestazioni del pilota.

NICCOLÒ È PREDISPOSTO

Grazie al Pannello OxiSport Gen si è determinato il profilo personale di Piancastelli evidenziando i geni coinvolti nei processi dello stress ossidativo. I referti sono stati corredati da consigli all'integrazione e all'alimentazione, finalizzati ad un riequilibrio dei fattori fisiologici. I risultati sono stati perfettamente in linea con le attese: Niccolò è "predisposto" ad essere un buon pilota. La sua mappa genetica lo dice piuttosto chiaramente. Non solo, ma emerge inequivocabilmente che il faentino può fare affidamento sul gene ACE (Angiotensin I-Converting Enzyme) che gioca un ruolo chiave nel mantenimento dell'omeostasi cardiovascolare. Insomma è un pilota che opportunamente allenato può raggiungere il massimo rendimento mentale con una spesa energetica psicofisica molto bassa: l'effetto è che potrà mantenere le prestazioni massimali per tempi più lunghi, conservando alta la soglia della concentrazione e quindi il rendimento in gara. Il programma di ottimizzazione degli allenamenti dovrà determinare il miglioramento e la durata delle prestazioni e la riduzione dei tempi di recupero dalla fatica. Ora ci aspettiamo i risultati in pista di Piancastelli: con il metodo "In Salute" si è aperto, quindi, un nuovo ed interessante campo di indagine che avrà presto altri sviluppi. E non solo nel mondo delle corse automobilistiche...



NICCOLÒ HA UN BUON BILANCIO OSSIDATIVO



QUESTI I GENI DEL PANNELLO

ACE	Enzima Convertente Angiotensina
APO E	Apolipoproteina E – DNA
CAT	Catalasi
CEPT	Proteina trasportatrice esteri del colesterolo
eNOS	Ossido sintetasi endoteliale
GST M1	Glutazione S Trasferasi M1
GST P1	Glutazione S Trasferasi P1
GST T1	Glutazione S Trasferasi T1
NOX-NAD(P) H	Oxidase 242

PANNELLO INTERLEUCINE

rVD3	Recettore Vitamina D3
SOD2	Superoossido dismutasi 2

LEGENDA:
 ▼ VALORE DEL PAZIENTE
 ■ INTERVALLO DI NORMALITÀ/RIFERIMENTO
 ■ VALORI FUORI DALL'INTERVALLO DI NORMALITÀ/RIFERIMENTO (CARENZA O ECCESSO)
 ■ VALORI OTTIMALI



Niccolò Piancastelli con Maria Grazia Marin e Giuseppe Pigoli, medici dell'Oxi.Gen Lab di Brescia dove sono stati effettuati gli esami. Il giovane faentino a sinistra sulla Dallara-Ftp del team Bvm