

13 Δεκεμβρίου 2021

Η πρωταθλήτρια της γυμναστικής με Σύνδρομο Down που ξεπέρασε τα όρια της

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά \(κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα\)](#)
[/ Πολυμέσα - Multimedia](#)



Η 25χρονη Chelsea Werner από την Αμερική γεννήθηκε με σύνδρομο Down.



Αυτό όμως, δεν την εμπόδισε από το να διαπρέψει σε αγώνες γυμναστικής, που απαιτούν σωματική δύναμη, ευελιξία, ευκινησία, συντονισμό και ισορροπία.

Όπως πολλά παιδιά με σύνδρομο Down, η Werner γεννήθηκε με υποτονία, μια κατάσταση που χαρακτηρίζεται από αδύναμο μυϊκό τόνο, κάτι που συνήθως συνοδεύεται και από μειωμένη μυϊκή δύναμη. Η ένταση και η αντίσταση των μυών της ήταν μικρή. Η υποτονία θα επηρέαζε αρνητικά την κίνηση και το συντονισμό των κινήσεων της.



Οι γιατροί είπαν στους γονείς της ότι είναι δύσκολο να βελτιωθεί η κατάσταση της και ότι μπορεί να επιδεινωθεί όταν μεγαλώσει.

Η Werner άρχισε να προπονείται στη γυμναστική για να δυναμώσει, όταν ήταν ακόμη 4 χρονών. Η σωματική άσκηση θα μπορούσε να βελτιώσει τον αδύναμο μυϊκό τόνο της και να την προστατεύσει από προβλήματα συντονισμού που θα προέκυπταν από την υπερβολική ευελιξία των αρθρώσεων.



Στην αρχή ήταν πολύ δύσκολο για την Werner, αλλά και για την προπονήτρια της, Dawn Rombo. Η Rombo δεν είχε ξαναδουλέψει με παιδιά που έχουν σύνδρομο Down. «Στην αρχή φοβήθηκα. Δεν μπορούσα να την καταλάβω. Δεν ήξερα αν με καταλάβαινε. Κάθε φορά που δουλεύαμε μια άσκηση, ήθελε να κάτσει κάτω ή παραπονιόταν ότι την πονούσε το στομάχι της και πήγαινε να κρυφτεί στις τουαλέτες» ανέφερε η προπονήτριά της.

Η επιμονή της Werner όμως, και ο ενθουσιασμός της για αυτό που έκανε, ήταν αρκετά για να τα καταφέρει.

«Ήταν πολύ ενθουσιασμένη αλλά σωματικά δεν μπορούσε να καταφέρει πολλά. Δυσκολευόταν ακόμη και να περπατήσει πάνω στη δοκό. Λίγες φορές τα κατάφερνε χωρίς να πέσει. Το εμπόδιο στην αρχή ήταν η αδυναμία των μυών της.»

Η προπονήτριά της όμως, την αντιμετώπισε όπως τα υπόλοιπα παιδιά. Παρότρυνε την Werner να ξεπεράσει τα όριά της.

«Σε πολλούς αγώνες έβγαινε τελευταία, αλλά δεν την ένοιαζε. Δεν καταλάβαινε τι

σημαίνει να είσαι από τους τελευταίους σε έναν αγώνα. Σιγά σιγά της έδωσα να καταλάβει ότι αν πραγματικά η γυμναστική είναι αυτό που θέλει να κάνει, τότε πρέπει να δουλέψει σκληρά για να πάρει μετάλλιο».

Τότε η Werner άρχισε να προπονείται πολλές ώρες την εβδομάδα για να βελτιωθεί. Οι κόποι της ανταμείφθηκαν.



Εκτός όμως, από την καριέρα της στη γυμναστική, η Werner είναι και μοντέλο. Περπάτησε στην πασαρέλα σε εβδομάδες μόδας της Νέας Υόρκης και του Λος Άντζελες.

Η Werner κατάφερε να ξεπεράσει τα στερεότυπα για τα παιδιά της με σύνδρομο Down και κυνηγάει το όνειρό της. «Η Chelsea είναι ένα παράδειγμα του πόσο σημαντικό είναι να δίνεις την ευκαιρία σε όλους να κάνουν αυτό που μπορούν και να κυνηγήσουν το όνειρό τους» είπε η μητέρα της Werner, Lisa.

Δείτε το βίντεο με την ιστορία της Werner:

Πηγή: amea-care.gr