

## Medicina dello Sport

# “Stili di vita e responsabilità collettive”



**A. Traverso**  
Docente Università di Genova

**M**artedì primo aprile nella Sala dei Chierici della Biblioteca Berio si è tenuto un importante convegno incentrato sulla presentazione del libro "Alcol: bugie e verità. Tutti i rischi del bere", scritto da Gianni Testino, direttore del Centro Alcolologico Regionale e vice Presidente della Società Italiana di Alcologia.

Alla presentazione è seguito un dibattito, moderato da Franco Monteverde, direttore della redazione genovese del quotidiano Repubblica, in cui vari esperti hanno affrontato il tema "Stili di vita e responsabilità collettive".

Partendo dalla definizione di salute così come definito dalla OMS, cioè "stato di benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia", si è condiviso il concetto introdotto da Giorgio Schiappacasse, direttore del SERT della ASL 3 genovese, per cui la promozione alla salute non passa solo attraverso la somministrazione di principi di educazione sanitaria ma necessita di una partecipazione attiva e responsabile dei singoli nel contesto dei diversi rapporti sociali.

Si tratta del concetto di Edu-

Play inteso come guadagno biologico comportamentale, secondo la definizione dell'American College of Sport Medicine, lo sport può rappresentare una efficace risorsa educativa se si libera dalle logiche del mercato e dai cattivi maestri, che producono modelli incentrati su egoismo e individualismo e promuovono di conseguenza un contesto sociale caratterizzato da prevaricazione, esclusione, illegalità. Alla voce illegalità è stato ricordato il triste fenomeno del doping e la presenza dell'alcol in questo contesto, in quanto vietato dal codice WADA anche se limitatamente ad alcune discipline, quali quelle motoristiche.

Ma al di là degli aspetti tecnici l'alcol non può essere presente nel contesto sportivo, non fosse altro per gli aspetti meramente salutistici: nella cultura sportiva alimentazione sana ed equilibrata e allenamento corretto sono i fondamenti per la costruzione ed il mantenimento dello stato di forma e l'alcol non può conciliarsi con queste esigenze in quanto è una sostanza tossica, capace di produrre danni ai tessuti e alterare il metabolismo cellulare.

Ancor più delicati sono gli aspetti sociali, conseguenti agli effetti prodotti sulla psiche dall'acetaldeide, composto tos-



cazione alla Cittadinanza, intesa come impegno concreto nelle relazioni di rispetto, solidarietà e aiuto reciproco, principio costitutivo della Società di Medicina Ecosostenibile che, come ricordato da Alessandro Viotti, uno dei fondatori, vede nella valorizzazione del ruolo della famiglia un fattore fondamentale.

La via alla costruzione della salute attraverso stili di vita sani è stata presentata nei diversi aspetti di spiritualità, legalità e associazionismo attivo di auto tutela, rispettivamente da Don Luigi Farinella, Franco Cozzi ed Ennio Palmesino.

Uno spazio importante è stato riservato allo sport, inteso come risorsa preziosa nel contesto di una sfida educativa volta a promuovere salute, grazie alle sue intrinseche capacità di indurre non solo adattamenti benefici nei vari sistemi e apparati, e quindi benessere fisico, ma soprattutto valorizzazione degli aspetti etici nelle relazioni interpersonali e sociali, in cui la salute va intesa come un insieme unitario di corpo e spirito.

Sia nell'ottica Pastorale che in una visione più strettamente pragmatica, quella del Fair

sico che si forma nel metabolismo dell'alcol, che è in grado di unirsi al neurotrasmettitore dopamina e formare oppiacei endogeni, con conseguente induzione di fenomeni variabili di euforia e depressione, alterazioni comportamentali e dipendenza.

Una nota significativa nei rapporti alcol e sport viene dalla Francia, dove è in vigore una legge che vieta l'abbinamento di prodotti a base di alcol nella sponsorizzazione di società o eventi sportivi.

In chiusura del dibattito è stata sottolineata l'utilità dell'operato delle associazioni di auto mutuo aiuto e degli Enti di Promozione Sportiva, associazioni federate al CONI con l'impegno statutario di promozione e organizzazione di attività fisico-sportive con finalità non solo ludiche o ricreative ma anche e soprattutto formative.

La carta dei diritti dei bambini che fanno sport, varata dall'ONU nel 1992 e approvata da Unicef, prevede un elenco di esigenze educative che si conclude con il concetto più significativo sotto il profilo etico: il diritto di non essere un campione.

N  
va  
a u  
tavo  
nim  
Got  
ria,  
una  
divi  
che  
vece  
ro e  
mo  
clas  
199  
dell  
rive  
tess  
meg  
bel

**Tor**  
**Lev**  
SAN  
GS  
RET  
be  
SAN  
OL  
Ba  
Gi  
Re  
ne  
GS  
sia  
ci,  
Br  
st  
scr  
Al  
Ca  
SAN  
DO  
SPC  
DEL  
SAN  
NA  
Clas  
mi  
na  
rig  
Ge  
Qu  
Sar

**Tor**  
**Lev**  
DO  
NU  
RET  
sel  
NU  
no:  
Be  
vag  
ri,  
Ba  
DO  
ner  
Ru  
Ro  
Pe  
Pa  
Ca  
ARE  
GO  
CA  
RET  
CA  
gia  
ver  
no,  
pie  
zo,  
All  
DI  
De  
nel  
ti,  
Mc  
Cip  
ARE  
ANI