



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

03/11/2010

ARGOMENTI:

- Montagna: i maestri dell'alpinismo contro le nuove limitazioni
- Sport e salute: praticare sport riduce il rischio di tumori
- Sport e disabilità: Ippoterapia, quando il medico ha la criniera
- Calcio: sogni di cuoio a Pomigliano

Gli scalatori che vogliono la libertà di rischio sulle vette

Il summit mondiale: «Il pericolo è il sale della vita»

BRESSANONE (Bolzano) — Nuovi limiti? Nuove regolamentazioni? Nuove sanzioni? Gli alpinisti dicono no, e lo dicono in coro. Sia per quanto riguarda le ascensioni sulle pareti rocciose, difficili quanto si vuole, rischiose quanto si vuole, sia per quanto riguarda lo sci alpinismo sulle cime innevate. Vogliamo essere liberi di rischiare, lo facciamo coscientemente, dicono in sostanza. Non senza la dovuta preparazione e responsabilità, s'intende, ma nessuno può dirci di non andare. Il tema della libertà di rischiare è stato al centro del dibattito a Bressanone, dove si sono dati appuntamento, all'International Mountain Summit grandi nomi dell'alpinismo internazionale (tra gli altri Hans Kammerlander, Reinhold Messner, Nives Meroi, Mick Fowler) che fino a domenica continueranno a discutere sulle problematiche legate alla montagna. Così Alexander Huber che assieme al fratello Thomas, è ritenuto uno degli alpinisti più completi al mondo, non ha esitato ad affermare: «Per me il pericolo è il sale della vita, corro consapevolmente dei rischi, perché solo in questo modo posso assaporare e sentire la vita come non potrei altrimenti, e per questo faccio fatica a rinunciarvi — ha detto, come riportato dal *Corriere dell'Alto Adige* — ma ritengo anche che è solo attraverso il rischio, che si può acquisire esperienza, e migliorare se stessi. Di-

rei che il rischio è una necessità per l'essere umano».

Ma come la mettiamo allora con la continua serie di incidenti, d'estate e d'inverno, dalle Alpi all'Himalaya, che fanno porre molti interrogativi persino sull'opportunità di correre in soccorso di chi si è messo in pericolo? Lo scorso inverno, dopo la morte in Val di Fassa di quattro

componenti del soccorso alpino impegnati nella ricerca di due escursionisti imprudenti (morti anche loro) si parlò di sanzioni, restrizioni, limiti e divieti. Con una polemica che coinvolse lo stesso capo della protezione civile Guido Bertolaso. Dal dibattito è emerso che se da un lato una grande fetta del popolo del tempo libero sente il

bisogno di avventura e «sballo» dall'altro spesso mancano l'esperienza necessaria per farlo, il senso di responsabilità personale e una consapevole relazione dei singoli con il rischio.

Ma di ulteriori regole allo stesso Club Alpino Italiano (come per altro le analoghe associazioni europee) non ne vogliono sapere: «Non esistono leggi dello Stato né leggi regionali che regolamentano l'alpinismo — dice l'avvocato Vincenzo Torti, vicepresidente del Cai —. Tutti fanno riferimento alla normativa civile e penale generali. Gli alpinisti dicono: lasciatci assumere la nostra dose di rischio, è una libera scelta e vogliamo che nessuno ce lo impedisca. Dobbiamo però ricordare a tutti che il rischio in montagna non si elimina». Diverso è il caso dei professionisti della montagna, guide alpine e accompagnatori: «Non si può portare un bambino che ha appena messo gli sci su una pista nera — continua il vicepresidente — né portare su una via di quarto grado chi ha appena messo le mani sulle roccette. Se c'è un grande pericolo di valanghe e il sindaco ordina che in quella zona non ci vada nessuno va bene. Ma bisogna stare attenti perché il passo è breve: se per esempio una via alpinistica è difficile ma diciamo che non si può andare ad arrampicare, questo non va bene né agli alpinisti né al Cai, va garantita una libera scelta». Cosa fare allora? Carlo Zanantoni, rappresentante del Cai e delegato al Comitato europeo di normazione (Cen) per l'Italia, dice: «Il rischio in montagna c'è e va affrontato con molto senso di responsabilità».

Massimo Spanpani

6 RIPRODUZIONE RISERVATA

IL CORRIERE della SERA
04-11-2010

Praticate sport Batterete il cancro

Due studi spiegano
come un'attività
regolare ostacoli
tanti tipi di tumori

MABEL BOCCHI

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Lo sport è un vero e proprio alleato della nostra salute: oltre a ridurre drasticamente la possibilità di ammalarsi di diabete o di incorrere in uno dei tanti episodi a cui il nostro cuore, se poco allenato, può andare incontro, è anche in grado di ostacolare la formazione di molti tipi di tumore. Una bella notizia in vista delle giornate per la ricerca sul cancro in programma sabato e domenica. Due recenti ricerche lo dimostrano.

Gli uomini La prima, finlandese, pubblicata sul *British Journal of Sports Medicine*, in cui sono stati seguiti per circa 17 anni 2.560 uomini, di età compresa tra i 42 e i 61 anni, ha evidenziato come 30 minuti di esercizio quotidiano di media intensità siano sufficienti per diminuire notevolmente il rischio di sviluppare tumori, grazie al consumo di ossigeno che questo comporta. Ma cosa si intende per attività medio-intensa? Ce lo spiegano gli stessi ricercatori attraverso una tabella che utilizza come unità di misura il Met, ovvero l'equivalente me-

tabolico del consumo di ossigeno. Camminare per mezz'ora corrisponde a 4,2 Met, fare jogging a 10,1, andare in bicicletta al lavoro a 5,1. Ebbene, coloro che arrivano a una media di 5,2 Met per circa 30 minuti al giorno riescono a dimezzare il rischio di cancro rispetto a chi consuma meno.

Le donne E le donne? Ci ha pensato una mega indagine svolta dalla Washington University di St. Louis e dell'Harvard University di Boston. Un enorme studio, effettuato su 65.000 donne di età tra i 24 e i 42 anni e durato 6 anni, ha dimostrato come le donne che praticano sport fin da giovanissime possono ridurre del 23% il rischio di un tumore mammario in pre-menopausa. Una protezione che deriva dalla maggiore attivazione del metabolismo, rallentato con l'avanzare degli anni, di quell'accumulo di grassi, responsabili dell'insorgenza di numerose neoplasie. Un aumento abbastanza comune di soli 5 kg comporta già un incremento del rischio di ammalarsi di cancro al seno dell'1,08%. È stato inoltre calcolato che, dopo la fine dell'età fertile, l'obesità è responsabile di circa il 20% delle neoplasie e del 50% delle morti dovute a tumori mammari. Purtroppo, in Italia solo il 24% delle donne, cioè 1 su 4, pratica sport. Eppure, per ridurre di un quarto il pericolo di tumore al seno sarebbe sufficiente camminare solo 3-5 ore a settimana!

CORRIERE dello SPORT

04-11-2010

Ippoterapia e disabili: quando il medico ha la criniera

Che il cavallo non servisse solo per correre, lo sostenevano già gli antichi. «Un buon maestro per il corpo, ma anche per il cuore e per la mente» diceva Senofonte. Di questo millenario principio si discuterà anche a Fieracavalli: i quadrupedi non saranno solo in mostra o in pista, ma diventeranno anche oggetto di convegni. Come in «Abilitazione e riabilitazione equestre a partire dall'età evolutiva», serie di incontri, domani dalle 9 alle 14: il cavallo, oltretutto amico, può essere «medico» dell'uomo. L'ippoterapia», rivolta a disabili, piccoli e adulti, ha ormai definitivamente preso piede anche nel nostro Paese.

Insieme al sottosegretario alla Salute, Francesca Martini, ne parleranno diversi esperti. Tra cui la fisioterapista Annalisa Roscio, dall'81 responsabile del Centro di riabilitazione equestre «Vittorio di Capua» del-



Amici Ippoterapia al Niguarda di Milano

l'Ospedale Niguarda a Milano. Una pioniera: «Allora l'ippoterapia non esisteva in Italia — spiega Roscio — ma altrove era già diffusa. Si partiva dall'assunto che il movimento che il cavallo dà al cavaliere sia il più simile al passo dell'uomo».

Per un bambino che non ha mai camminato, affetto da paralisi cerebrale, o un piccolo down che fa fatica a controllare la coordinazione, l'ippoterapia è un toccasana: per il Centro milanese passano cento pazienti all'anno che la integrano con visite specialistiche. «I bambini salgono sull'animale prima ancora di imparare a camminare. Ma anche gli adulti che hanno subito un ictus o l'amputazione di un arto, riprendono le loro facoltà motorie». I pazienti cavalcano i sei cavalli e il pony del centro, ma svolgono anche attività a terra. Con loro «i piccoli affetti da autismo imparano a comunicare grazie al rapporto speciale che si crea con l'animale». Altri migliorano il senso dell'orientamento e la loro autonomia: «Grazie al cavallo ti sai direzionare, effettui delle scelte. Che torneranno utili ai disabili sulle carrozzine elettriche». Un animale multituoso, come nessuno di quel-

li che vengono utilizzati in altre «pet-therapy»: «Il cavallo non lo puoi portare in reparto come il cane o il coniglio, ma è l'unico che garantisce un'interazione totale».

Se le attività di Niguarda, coperte dal Servizio sanitario nazionale, sono gratuite, non altrimenti si può dire di quelle piuttosto care che si praticano ormai ovunque in maneggi e scuole d'equitazione: «Siamo tra i pochi a garantire questa terapia senza costi — conclude Roscio — ed è un peccato. È importante che i parenti dei pazienti si affidino a personale con adeguata preparazione. E che l'ippoterapia si accompagni anche ad altri trattamenti. Perché è troppo facile aprire un agriturismo e dire "Facciamo ippoterapia". Il piccolo disabile si potrà divertire, ma non verrà aiutato a migliorare la sua condizione».

Matteo Cruccu

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL CORRIERE della SERA

04 - 11 - 2010

Sogni di cuoio a Pomigliano

Nicola Sellitti

POMIGLIANO

Smarrita. Con un ottimismo verso il futuro dello stabilimento esile quanto la busta paga degli ultimi due anni. Pomigliano vive la cassa integrazione imposta dalla Fiat da realtà industriale vedova di stipendi fissi, non avvezza al saliscendi economico dei vicini centri agricoli di Acerra o Nola. Un'incertezza che corrode la tranquillità, economica e psicologica, delle famiglie. Sonno lento anche l'indotto, l'unico antidepressivo in città è la squadra di calcio, che gioca in serie D. «Il nostro obiettivo è salire di categoria - dice il presidente del Pomigliano, Antonio Romano, titolare di un'azienda che produce gpl satellitari anche per automobili della casa di Torino - anche noi risentiamo della crisi, che ha ridotto il potere d'acquisto in città del 30/40%. La crisi Fiat ci avvolge».

La sua squadra è seguita da 400-500 tifosi tra ex dipendenti dell'Alfa Romeo è dell'Avio. E' l'argenteria di casa, coccolata quasi fosse l'ultimo pezzo del motore della antica Alfa Romeo. Nel 1944 il club si chiamava Juve Alfa Pomigliano, dopolavoro sportivo per gli operai dello stabilimento. Trent'anni prima le prime avvisaglie di calcio in città, con sfide tra studenti locali contro colleghi dei paesi limitrofi. Nel 1920 nasce il gruppo sportivo Pomiglianese, composto da atleti anche di altre discipline. Dieci anni dopo, durante il regime mussoliniano, ecco il Gruppo sportivo fascista Pomiglianese. Pionieri del pallone. Con i calciatori costretti a cambiarsi in una stanza dell'ex clinica San Felice - l'attuale caserma dei carabinieri di Pomigliano - distante quasi un chilometro dal campo di gioco, la Vasca del Carmine, che nel frattempo è diventata un parco pubblico che porta il nome di Papa Giovanni Paolo II. In maglia granata, i calciatori attraversavano correndo Corso Vittorio Emanuele seguiti dai tifosi ed entravano in campo, erano i tempi del campionato Propaganda.

Poi, la nuova denominazione (Associazione calcio Pomigliano) e l'esordio nella Seconda Divisione Campania della Figc, fino all'intervento del

l'Alfa che nel '44 iscrive la squadra al Torneo della Liberazione, nel quale arriva uno storico successo sul campo del Napoli, 3-1 grazie a una doppietta del centravanti Nicolosi. L'anno successivo a Milano fu assassinato il direttore generale dell'Alfa, Ugo Gobbato, che nella cittadina napoletana fece edificare per atleti, dirigenti e manodopera in missione per le produzioni, il complesso di palazzine che circonda lo stadio, poi acquistato dall'azienda milanese. Pomigliano decise di dedicargli l'impianto mentre la squadra viveva due brevi avventure in serie C. Riverenza che difficilmente toccherà mai all'amministratore delegato Fiat e Chrysler, Marchionne. «Mi offende leggere che si sente metalmeccanico. Provi lui a lavorare sottostress guadagnando sei-settecento euro mensili in meno per gli errori di altri». Carlo ha 56 anni, decenni alle spalle nella lastrosaldatura in fabbrica. Turni di notte tra stampe e caffè. Grande tifoso della squadra della sua città, «più del Napoli» sottolinea, ne segue gli allenamenti a Tavernanova, piccola enclave industriale tra Pomigliano e Casanuovo. «Quest'anno possiamo fare il salto di categoria. Guardi la partitella a due tocchi, sono davvero forti». Ha scelto la mobilità circa due anni fa. «Quando ho lasciato l'azienda anche le pause erano controllate. I miei colleghi dicono che la situazione sia peggiorata». Insiste sulle cattive condizioni lavorative all'interno della fabbrica. «La Fiat mi ha consentito una vita senza stenti, ma ai tempi dell'Alfa Romeo l'azienda era la nostra seconda casa. Lavoravamo, e ci consentivano di farlo, in armonia, senza restrizioni. Ora avviene l'opposto». Mentre l'occhio segue il riscaldamento dei portieri, Carlo si scaglia contro la nuova programmazione sulla pausa lavorativa - tre turni da dieci minuti anziché due da venti - che «non migliora assolutamente la capacità produttiva. Possono fare la differenza quei dieci minuti in più oppure modelli in grado di conquistare il mercato?».

Accorrono suoi amici all'allenamento. Alcuni lavoratori dell'indotto, altri direttamente dalla catena di montaggio. Si discute davanti a un caffè sul ruolo «politico» dei sindacati nella fabbrica. «Urge una politica sindacale più dura. Chi ci deve tutelare, se non loro? La qualità lavorativa nella nostra fabbrica è sempre stata alta, senza fare accenno agli enormi problemi di manutenzione», spiega ancora Carlo. Per lui, per tutti i presenti, la proprietà mirava a ridimensionare - se non serrare - Pomigliano. La discussione vira sulla sfida casalinga contro il Grottaglie finita 1-1, che poteva valere per il club l'aggancio alle parti nobili della classifica (la squadra al momento è quinta), mentre i ricordi cadono sull'ultima amichevole del Napoli da queste parti. Era il 1984, Rudy Krol con la sua eleganza conquistava il palato operaio. Sarebbe poi arrivato il fallimento e la scomparsa dal panorama calcistico nazionale negli anni novanta, la rinascita in seconda categoria, una nuova proprietà, lo stregone di Eboli Mario Pietropinto fino al grande circo di Zemanlandia nel 2007. Sulla panca si siede infatti Giovanni Bucaro, siciliano, caratterista del Foggia dei miracoli. Uno dei figli adottivi del 4-3-3, il verbo del boemo. Con lui il Pomigliano raggiunge la fase finale dei playoff, miglior piazzamento della società granata negli ultimi sessant'anni di storia. Gradoni e centrocampisti in allenamento legati con la corda, con gli insegnamenti appresi nel laboratorio del tecnico di Praga, Bucaro esalta gli animi grigi della tifoseria granata. «Con lui abbiamo visto lampi di spettacolo puro. Ma la fase difensiva era un vero mistero, la squadra attaccava dal 1' al 90'», ripetono in coro i supporter-operai presenti all'allenamento. «Per due anni abbiamo giocato un calcio-champagne a Pomigliano - spiega il presidente Romano - ora con la nuova guida tecnica di Luigi Corino (ex difensore di Lazio e Brescia, ndr) proviamo a essere meno belli ma più pratici».

Bucaro si è accomodato sulla pan-

china delle giovanili della Juventus e chissà come l'avrà presa mastro Zdenek. Di sicuro, non benissimo il tifo pomiglianese. Poi si ricade di nuovo sulle uscite di Marchionne. Imitazione del modello serbo e messicano, produttività polacca, stipendio da equiparare ai colleghi tedeschi. «Ma di cosa stiamo parlando, ci prendono solo in giro, Marchionne ci ricatta da tempo sapendo che non abbiamo alternative. Alle spalle della Fiat c'è solo la camorra per arrivare a fine mese», s'infervora Felice Castaldo, altro supporter storico, una vita nella catena di montaggio, in pensione da appena venti giorni. «La Fiat ha distrutto l'Alfa Romeo di Pomigliano. Con la Panda aumenteranno la produttività dimezzando il personale. Per Pomigliano sarà la morte economica e sociale». Smentisce, Felice, le voci sulla scarsa produttività dell'azienda. Sull'assenteismo anomalo, doppio lavoro e improvvisate epidemie di massa, con tute blu che diventano rappresentanti di lista. «Ho lavorato a Melfi e Torino, qui non accade nulla di diverso».

Sullo sfondo della discussione un vento gelido, come la crisi che avvolge la città. «E' il motivo per cui tanta gente ci chiede di vincere in campo per provare finalmente un po' di gioia», dice Giuseppe Ausiello, capitano granata, tornato quest'estate alla base dopo una stagione nel Pianura. «Ascoltando i problemi di tanti lavoratori mi vien da ridere a pensare allo sciopero dei calciatori, specie se le rimproveranze giungono da atleti plurimilionari. Se s'intende tutelare i colleghi delle serie inferiori, il mio appoggio è totale. Siamo precari anche noi, anche se la mia società è un modello di professionalità. In serie D possiamo sottoscrivere solo accordi annuali, basta scendere di rendimento per poche partite e il futuro è in bilico». Domenica intanto, si va in trasferta a sfidare la capolista Arzanese.

IL MANIFESTO

04-10-2010