

SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

29-30-31/01/2011

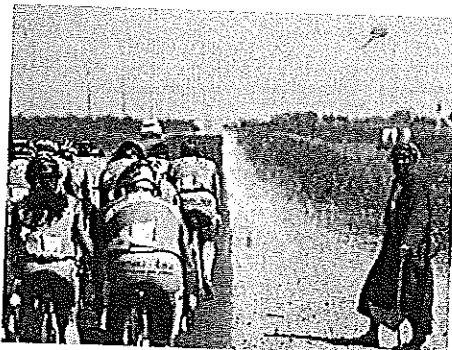
ARGOMENTI:

- Uisp: ha preso il via la Bamako-Dakar, il silenzioso tour della solidarietà
- Uisp: presentati a Roma i giornali e i risultati del progetto nazionale Sport pulito/Inviati sul campo; più conoscenza per difendersi dal doping: il metodo Uisp
- Calcio: in 5 anni aumentano gli infortuni, è allarme
- Atletica: presentato il Golden Gala del 26 maggio
- Doping: il canoista Benedini scoperto nel raduno nazionale in Australia
- Donne: quando il disgusto unisce

31-01-2011

Bamako-Dakar, 1500 km di solidarietà

Partiti da Bamako destinazione Dakar con arrivo il 6 febbraio. Inizia l'avventura 'silenziosa'



E' partita a seconda edizione della "Bamako-Dakar, il silenzioso Tour della solidarietà" organizzato dall'Uisp dalla piazza del Palazzo comunale di Bamako, capitale del Mali. Sette giorni dopo, domenica 6 febbraio, è prevista la tappa conclusiva, con un percorso cittadino a Dakar, capitale del Senegal, in occasione dello svolgimento del WSF-Forum Sociale Mondiale.

La distanza tra le due capitali è di circa 1500 chilometri: di questi 740 saranno percorsi in bicicletta, gli altri coperti attraverso trasferimenti in bus, a causa dell'impraticabilità di molte vie di comunicazione. La carovana Uisp è

composta da 22 ciclisti, italiani e africani, che pedaleranno spalla a spalla.

La Bamako-Dakar è un'impresa sportiva ma anche un viaggio, silenzioso perché pronto all'ascolto. Si pedala tanto, ma poi ci si ferma per capire, conoscere e creare relazioni durature. Come quelle attraverso vari progetti di cooperazione internazionale: generatori di corrente donati da Toscana Energia e le case della solidarietà costruite con i contributi delle passate edizioni a Kolokani; formazione al nuoto degli abitanti di Foundiougne e costruzione di una piroga con chiglia sagomata.

Oltre ai ciclisti, partirà per l'Africa anche un gruppo di operatori delle Leghe Uisp (attività subacquee, nuoto, vela, calcio) per i corsi di formazione previsti dall'intervento di cooperazione promosso da Uisp e Peace Games. Gabriele Tagliati, ravennate di 45 anni, è uno di loro: "In questa terza fase faremo formazione per adulti, in particolare insegnanti, sulle tecniche di nuoto, di sicurezza in mare e di primo soccorso. In più coinvolgeremo i ragazzi e le ragazze delle scuole primarie per cercare di creare consapevolezza del "territorio-acqua" facendoli provare bombole ed erogatori". (ufficio stampa Uisp)

Le tappe del Tour

Lunedì 31 gennaio: I tappa tour, Bamako (Mali) - Didieni (180 km). Ore 8.30 (ore 9.30 italiane): partenza del Tour, davanti al Palazzo comunale di Bamako. A Kolokani (160 Km. da Bamako) inaugurazione del generatore donato dal Tour grazie a Toscana Energia. A Didieni visita alle "Case della solidarietà" finanziate dalle edizioni precedenti del Tour e incontro con alcuni migranti di ritorno che racconteranno la propria esperienza.

Martedì 1 febbraio: II tappa: Didieni - Kayes (440 km totali: Transfer 340km + 100 km in bici).

Mercoledì 2: III tappa, Kayes - Diboli, città di frontiera tra Mali e Senegal (100 km. In bici + Transfer da Diboli a Tambacounda, Senegal, per circa 250 Km).

Giovedì 3: Transfer da Tambacounda (Senegal) a Kaffrine, per 209 Km, poi IV tappa, Kaffrine - Foundiougne (in bici: 114 Km). A Foundiougne (Senegal) il Tour si riunisce agli operatori Uisp per il progetto di cooperazione internazionale attraverso lo sport: formazione per gli insegnanti delle scuole primarie locali.

Venerdì 4: sosta a Foundiougne (Senegal), nella mattinata inaugurazione della piroga, simbolo del progetto di cooperazione avviato dall'Uisp durante il Tour 2010, intitolata "Un'altra piroga è possibile". La piroga sarà a disposizione delle scuole e della comunità per attività con i bambini e, a seguire, partenza per V tappa, Foundiougne - Somone (in bici 108 Km).

Sabato 5: VI tappa Somone - Dakar (80 km). Alle porte della città il Tour incontrerà una carovana di pullman diretto al World Social Forum, con a bordo donne provenienti da tutta l'Africa e farà da apripista durante l'ingresso a Dakar.

Domenica 6: VII tappa e ultima tappa, percorso cittadino a Dakar (30 km), tra le periferie Parcelles e Pekine, con arrivo alla cerimonia d'apertura del World Social Forum 2011.

Lunedì 7: sosta a Dakar. Nel pomeriggio incontro con l'ambasciatore d'Italia in Senegal, Giuseppe Calvetta.

Martedì 8: la carovana Uisp ritorna a Roma, atterraggio Aeroporto Leonardo da Vinci (Fiumicino, Roma) ore 11.50.

per la pubblicità
su questo sito**Eco di Torino**per la pubblicità
su questo sito

Ecoditorino.org - lunedì 31 gennaio 11 - 10:52

| [Indice argomenti sito](#) | [Eco di Torino - Informazione utile e positiva](#)| [Network www.zkeys.com](#)

Bamako-Dakar 2011, parte il tour ciclistico solidale da Borgaro al Continente Nero



30 / 01 / 2011 - Parte domani l'edizione 2011 della "Bamako-Dakar 2011- Il silenzioso Tour della solidarietà", giunta quest'anno alla sua terza edizione. Tra i protagonisti il borgarese Roberto Rinaldi, presidente del comitato territoriale Uisp, che decollerà, con una comosa delegazione, per il continente africano. Si tratta di un giro ciclistico -ecco perché silenzioso- dove non è richiesta competizione, e il cui unico scopo è di natura solidale. La corsa si svolge tra il Mali e il Senegal, attraverso 7 tappe e 1332 chilometri, di cui poco più la metà (742 km) in bici.



Il silenzioso Tour della solidarietà è organizzato da Uisp, in collaborazione con il Comitato Bici d'Italia in Africa e con il contributo della Fondazione Monte dei Paschi di Siena.

Rinaldi ricorda che "la partenza è fissata lunedì 31 gennaio con la 1ª tappa di 160 km che parte da Bamako Kolokani e arriva a Didieni. Qui faremo visita alla casa della solidarietà finanziate dalle edizioni precedenti del Tour. In queste località nei mesi scorsi sono stati inviati i due generatori di corrente elettrica forniti da Toscana Energia: sarà l'occasione per vederli in opera.

Dopo la seconda tappa la Didieni - Kayes, altra tappa di rilievo la 3ª da Kayes - Tambacounda il 2 febbraio.

Durante la tappa si attraversa la frontiera tra Mali e Senegal.

Giovedì 3 febbraio con la 4ª tappa da Kaffrine arriviamo a Foundiougne. Qui inaugureremo la piroga, simbolo del progetto di cooperazione avviato dall'Uisp durante il Tour 2010.

Da febbraio a settembre dello scorso anno sono stati infatti realizzati con 15 operatori delle leghe nuoto, sub, calcio e vela della Uisp due cicli di formazione per l'avvicinamento all'acqua con l'introduzione di nozioni di nuoto, gioco del calcio, rivolti ai formatori locali. Da ottobre a novembre è stata avviata e conclusa la costruzione di una piroga realizzata da un maestro d'ascia locale e attività di formazione di nuoto, rivolta in particolare alle donne e le ragazze di Foundiougne con specifica attenzione alle attività di salvataggio utili alla formazione di un nucleo di persone che nella comunità locale possano fare da punto di riferimento per ulteriore formazione di tecniche di salvataggio in acqua. I prossimi progetti attraverso le attività di raccolta fondi verranno raccolte le risorse necessarie a trasformare in realtà anche altri progetti scelti e pensati con i partners locali di Foundiougne. In particolare: corsi completi per la formazione di operatori locali di nuoto con specifiche capacità per l'opera di salvataggio in acqua; programma di visite in piroga per l'avvicinamento all'acqua per favorire la conoscenza e la sensibilizzazione delle bambine e i bambini di Foundiougne verso il proprio territorio, l'importanza della tutela dell'ambiente, della pesca, il recupero del valore della Piroga come parte fondamentale dell'identità culturale locale nella storia di questo territorio. Il tutto organizzato con le scuole locali in collaborazione con Fenagie Pêche (Cooperativa dei Pescatori), l'Ispettorato allo



sport e le altre istituzioni e organizzazioni locali coinvolte".



Ritorniamo alle tappe del tour che vedrà il 4 febbraio la 5ª di 108 Km, da Foundiougne a Somone, e la 6ª di 90 km arriverà fino a Thies, dove la domenica partirà l'ultima corsa, di 70 km, verso la capitale Dakar. La carovana ciclistica farà ingresso nella sede del World Social Forum 2011, presso l'Università di Dakar. Un giro ciclistico importante, per gli obiettivi, e con la certezza di aver aperto una strada fatta di sport che si mette al servizio di progetti di cooperazione e solidarietà internazionale. Silenziosamente... ma in modo concreto; con la Uisp in questi tre anni sono andati in Africa molti volontari che si sono fermati nelle città dove vengono portati avanti i progetti di cooperazione allo sviluppo, con le loro competenze di operatori sportivi e con molte attrezzature da mettere a disposizione delle popolazioni. Perché, soprattutto qui, lo "Sport per tutti" (da sempre il motto dell'Uisp) è innanzitutto salute, prevenzione e sviluppo di abilità legate alla sopravvivenza.

(Dario De Vecchis)

La Uisp contro il doping: studenti inviati speciali in palestre e centri sportivi

Presentati oggi a Roma i giornali realizzati e i risultati ottenuti nell'ambito del progetto nazionale "Sport pulito / Inviati sul campo". 900 alunni coinvolti in tutta Italia

ROMA – Un tabloid in ogni città realizzato dagli alunni coinvolti e una campagna di informazione e formazione sul tema del doping: è "Sport pulito / Inviati sul campo", il progetto promosso dalla Uisp (Unione italiana sport per tutti) e sostenuto dal Ministero della Salute – Cvd (Commissione di vigilanza doping), i cui risultati in ambito nazionale sono stati presentati oggi presso l'Università degli studi di Roma "Foro Italico". 900 gli studenti di tutta Italia coinvolti e 19 gli istituti medi inferiori che hanno aderito: da Enna fino a la Spezia. Scopo: dire no alla cultura del doping attraverso una presa di coscienza collettiva ed un'educazione attiva e 'alla pari' che ha coinvolto anche genitori, insegnanti e allenatori.

L'iniziativa, avviata a gennaio 2010, ha previsto infatti la realizzazione di un giornale di classe da parte degli studenti: affiancati da insegnanti ed educatori Uisp, si sono pian piano trasformati in veri e propri giornalisti scientifici. Il loro perigrinare nelle palestre, nelle farmacie, nelle società sportive e anche nelle erboristerie, intervistando atleti, allenatori, medici e farmacisti, ha permesso non solo ai ragazzi di essere protagonisti attivi nell'informazione sul doping, ma anche di ideare prodotti comunicativi consoni alla promozione del messaggio (video, canzoni, articoli, interviste, spot, vignette). Il progetto ha infatti concentrato l'attenzione sull'uso e l'abuso di integratori e additivi farmacologici anche se non compresi tra le sostanze vietate, ovvero 'i presupposti culturali del doping'. La valutazione e l'efficacia dell'intervento sui ragazzi è stata poi realizzata attraverso questionari all'inizio e alla fine del progetto: le domande hanno spaziato dagli stili di vita alla conoscenza delle sostanze e alla percezione di esse. Il risultato finale è una diminuzione del 10% di giovani che crede nell'utilità degli integratori e un aumento del 16% di coloro che sanno di cosa stanno parlando quando parlano di integratori proteici e farmaci.

"Sono contento di averci messo la faccia – ha fatto sapere in un comunicato Gianni Mura, giornalista sportivo che ha collaborato al progetto – e qualche piccolo consiglio. Consigli tecnici in gran parte: sulle lunghezze, sulla necessità di spezzare il testo con tabelle e disegni, su come si esegue un'intervista". "Il fatto che i ragazzi inviati sul campo, giornalisti e redattori, – ha poi aggiunto Caterina Pesce, coordinatrice della ricerca – svela il carattere fortemente interattivo della campagna, che non è stata solamente informativa, ma anche e soprattutto educativo-promozionale, centrata sulle strategie di educazione tra pari, ovvero peer education, che connotano peraltro tutti i progetti di prevenzione Uisp". (eb)

Più conoscenza per difendersi dal doping: il metodo Uisp

I risultati della ricerca "Sport pulito/Inviati sul campo". Nelle classi che hanno partecipato alla campagna i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16%

ROMA – Nei ragazzi delle classi che hanno partecipato alla campagna "Sport pulito/Inviati sul campo" della Uisp i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16% e parallelamente, le credenze che sia utile usare integratori si sono ridotte del 10%. Nelle classi, invece, che non hanno aderito alla campagna, i tassi di conoscenza sono aumentati del 10%, mentre sono rimaste invariate le percentuali sull'utilità di ricorrere a integratori. Sono questi i principali risultati di "Sport pulito/Inviati sul campo", progetto nazionale promosso dalla Uisp (Unione italiana sport per tutti) con il sostegno del Ministero della salute – Cvd (Commissione vigilanza doping).

La campagna, iniziata a gennaio 2010, si situa nel solco di una tradizione progettuale Uisp che parte dallo sport, ma non si ferma solo ad esso. Affrontando infatti il tema della prevenzione dal doping, la campagna si incardina nella più vasta problematica delle abitudini alimentari scorrette e della medicalizzazione della società. Si tratta dunque di una prevenzione che tiene conto dell'associazione esistente tra l'uso di integratori proteici che incrementano le prestazioni sportive, integratori non proteici e additivi farmacologici.

Il quadro che ne è emerso è una popolazione giovanissima (scuola media inferiore) che usa integratori proteici per il 6%, non proteici per il 34% e farmaci senza prescrizione per il 30%. A ciò si aggiunga che la ricerca si è mossa anche in un'indagine più ampia che ha coinvolto anche genitori, allenatori e adulti in generale. Il clima motivazionale da essi generato, infatti, influenzano le abitudini alimentari e sportive dei ragazzi, i loro atteggiamenti e le loro credenze circa l'utilità e la salubrità o meno degli integratori alimentari e la loro propensione all'uso.

I dati dicono, infatti, che il fenomeno è più frequente negli ambienti dove non solo c'è agonismo, ma c'è anche appartenenza ad un determinato gruppo(società) sportivo. Che c'è una correlazione tra assunzione di integratori proteici e assunzione di farmaci senza prescrizione medica: è palese la tendenza al policonsumo di sostanze e alla medicalizzazione della società. Rispetto al passato, poi, vuoi anche per fenomeni di 'body shaping', sono le donne ad usare più frequentemente non solo gli integratori ma anche i farmaci senza prescrizione.

"Fondamentale – ha dichiarato Caterina Pesce, coordinatrice della ricerca – è l'età e il contesto ambientale e psicologico in cui si fa sport: da qui si muove la ricerca ed è anche per questo che il metodo di ricerca è stato diverso. Non abbiamo, come proposto dalla letteratura scientifica, analizzato il doping in persone adulte, professioniste dello sport e solo guardando al doping propriamente detto. Abbiamo invece analizzato giovani, non professionisti e sulla base di un insieme di sostanze, ovvero

'i presupposti culturali del doping'. Se consociamo i fattori di rischio, possiamo agire con la prevenzione: si parte dall'individuo e si allarga l'indagine a genitori e allenatori, e poi infine al contesto social, culturale, di vita".

"La ricerca – ha poi concluso Filippo Fossati, presidente Usip – sottolinea l'importanza di campagne informative di questa natura. Quello che mi preoccupa è il messaggio inverso che arriva ai ragazzi dal processo di medicalizzazione della società, ovvero quei suggerimenti sanitari su stanchezze pressoché normali o stanchezze psicologiche ordinarie".
"Viviamo in una società farmacologica tesa a trovare soluzioni nei farmaci anche per problemi che nulla hanno a che fare con la medicina", hanno chiosato nel loro magazine i ragazzi della scuola Domenico Morelli di Torre del Greco. Concetto capito, campagna vincente! (eb)

© Copyright Redattore Sociale

Stampa

Sport pulito-Inviati sul campo: i risultati della campagna.

- [[le fotografie](#)]

E' stato presentato oggi, presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italiaco", il rapporto finale del progetto "Sport pulito: inviati sul campo" realizzato a seguito di un'intesa tra l'Associazione UISP Nazionale e l'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con la nostra Università, con lo scopo di sensibilizzare i giovani sul fenomeno dell'inquinamento farmacologico e del doping facendo loro ideare e realizzare codici comunicativi idonei per i loro coetanei sulla base di una elaborazione di esperienze, linguaggi e valori; i giovani diventano così protagonisti dell'azione, questo per evitare la scarsa efficacia delle campagne "tradizionali" rivolte alle fasce giovanili, nonché di influire positivamente sulle scelte riguardanti gli stili di vita dei soggetti destinatari. La professoressa **Caterina Pesce**, Professore Associato, Docente di attività motorie per l'età evolutiva e gli anziani presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" ha presentato il rapporto finale sul progetto (**di seguito il testo integrale dell'intervento**) e sintetizza: "Il fatto che i ragazzi siano inviati sul campo, giornalisti e redattori, svela il carattere fortemente interattivo della campagna, che non è stata unicamente *informativa*, ma anche e soprattutto *educativo-promozionale*, centrata sulle strategie di *educazione tra pari*, ovvero 'peer education', che connotano i progetti di prevenzione dell'Uisp". Insieme a lei sono intervenuti Giulio Gorla, direttore amministrativo dell'Università di Roma "Foro Italico", Alessandro Ribolini, responsabile scientifico del progetto; Sandro Donati, componente CVD-Commissione di Vigilanza sul Doping e Filippo Fossati, presidente nazionale Uisp. Durante l'incontro è stato presentato anche "il giornalone" con la raccolta dei tabloid realizzati dai ragazzi realizzata dall'Uisp.



SPORT PULITO – INVIATI SUL CAMPO: RISULTATI DELL'INDAGINE E DELL'INTERVENTO

A cura di: Caterina Pesce

Professore Associato, Docente di attività motorie per l'età evolutiva e gli anziani presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

La presente campagna si situa nel solco di una tradizione progettuale dell'UISP che parte dallo sport, ma non si ferma ad esso, per cui affronta il tema della prevenzione del doping incardinandolo nella più vasta problematica delle abitudini alimentari scorrette e della medicalizzazione della società. Si tratta perciò di una prevenzione che tiene conto dell'associazione esistente fra uso di integratori proteici che incrementano le prestazioni sportive, integratori non proteici ed additivi farmacologici. Tale prevenzione non è selettiva, in quanto non si rivolge a sottogruppi di popolazione più esposti, ma è di tipo universale e 'vaccinale', cioè si rivolge ai ragazzi di scuola media che, data la giovanissima età, non sono ancora toccati direttamente dal problema del doping, ma dal rischio più prossimo dell'abuso di integratori e farmaci.

Il fatto che i ragazzi siano 'inviati sul campo', giornalisti e redattori, svela il carattere fortemente interattivo della campagna, che non è stata unicamente informativa, ma anche e soprattutto educativo-promozionale, centrata sulle strategie di educazione tra pari ('peer education') che connotano i progetti di prevenzione dell'UISP. Perciò al termine della campagna è stato valutato non soltanto se sono aumentate le conoscenze dei ragazzi riguardo ad integratori e farmaci il cui abuso è pericoloso per la salute, ma anche se la campagna è riuscita a ridurre le credenze favorevoli all'uso. Nei ragazzi delle classi che hanno partecipato alla campagna i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16% e, parallelamente, le credenze che sia utile usare integratori si sono ridotte del 10%; invece nei ragazzi delle classi che non vi hanno partecipato i tassi di conoscenza sono aumentati solo del 10% e le credenze che sia utile ricorrere agli integratori sono rimaste invariate.

I ragazzi, affiancati dai loro insegnanti e dagli operatori ed educatori dell'UISP, hanno raggiunto anche gli adulti significativi che fanno parte del loro ambiente sociale prossimale: i genitori e, trattandosi di un progetto centrato sullo 'sport pulito', gli allenatori sportivi. Essi possono esercitare un'influenza notevole sull'uso, da parte dei ragazzi, di sostanze che pur non essendo riconosciute e vietate come doping possono incrementare le prestazioni ed essere rischiose per la salute. Per questo motivo non ci si è limitati a fotografare la frequenza di coloro che dichiarano di far uso di integratori proteici (6%), non proteici (34%) e farmaci senza prescrizione (30%), ma sono stati valutati anche l'associazione che lega l'uso di queste diverse sostanze ed il quadro culturale in cui si inserisce. Si tratta del clima motivazionale generato dagli adulti significativi che influenza le abitudini alimentari e sportive dei ragazzi, i loro atteggiamenti e le loro credenze riguardo all'utilità e


salubrità o meno degli integratori alimentari e la loro propensione all'uso.

L'influenza dei genitori e dell'allenatore è differenziata. Le madri sembrano incidere sull'uso di integratori non proteici, cioè quelli non necessariamente prestativi, poiché influiscono sulle credenze dei ragazzi se è bene o meno far uso di tali integratori alimentari. I padri e gli allenatori, invece, sembrano influenzare la scelta dei ragazzi di praticare sport agonistico, che può rappresentare un contesto a rischio per l'uso di integratori proteici che incrementano le prestazioni atletiche. Tuttavia il carattere agonistico dello sport non rappresenta un fattore di rischio se esso viene praticato nel contesto scolastico, a conferma dell'influenza preventiva esercitata dagli educatori sportivi scolastici. Perciò l'uso di integratori proteici e non proteici sembrano avere radici diverse nell'ambiente sociale prossimale dei ragazzi, ma si congiungono a valle, dato che chi usa integratori proteici usa frequentemente anche integratori salini e vitaminici e farmaci da banco.


Se grazie alla campagna sono aumentate le conoscenze e sono diminuite le credenze sull'utilità dell'uso di integratori, l'intervento non ha invece modificato altre determinanti del consumo di integratori o dell'intenzione ad usarli: la percezione dei ragazzi di quanto sia diffuso l'uso fra i coetanei ('credenze normative') e le loro percezioni di auto-efficacia nel regolare i propri comportamenti e resistere alle pressioni sociali. Per quanto riguarda le norme sociali, i ragazzi che ritengono che l'uso di sostanze sia molto diffuso, normale e tollerato sono relativamente più propensi ad utilizzarle. Perciò futuri progetti dovrebbero includere l'educazione normativa, cioè un'attività preventiva volta a 'rettificare' la sopravvalutazione della diffusione dell'uso di sostanze. Inoltre, la capacità di autoregolazione rientra in quelle competenze psicosociali intra- ed interpersonali, dette 'life skills', che l'OMS riconosce essere efficaci nella prevenzione dell'abuso di sostanze pericolose per la salute. La necessità di educare a largo raggio queste abilità di vita a scopo preventivo è giustificata dall'evidenza che la sola conoscenza dei rischi derivanti dall'abuso di sostanze, così come essa viene trasmessa negli interventi informativi, non è un fattore di protezione se non si accompagna all'abilità di resistere alle influenze sociali, di prendere decisioni, di gestire le emozioni, di comunicare efficacemente etc.

Infine, le strategie educativo-promozionale ed informativa attuate a scuola dovrebbero essere associate a strategie complementari di sviluppo di comunità, che dalla scuola si estendono ad altri rappresentanti e settori della comunità (nucleo familiare, associazioni, comuni etc.), ed a strategie di prevenzione di tipo situazionale, centrate sulla regolamentazione dell'offerta. Dato che la tendenza al policonsumo, qui rilevata nei giovanissimi, si estende dall'integrazione alimentare all'automedicazione, le strategie di limitazione dell'offerta dovrebbero includere misure quali contenere la commercializzazione di integratori proteici ai minori innalzando il limite di età per acquistarli, disincentivare l'uso inappropriato di farmaci da banco, regolamentare in modo più restrittivo la pubblicità esplicita ed occulta.

Roma, 26 gennaio 2011

Share this:  [Condivisione](#)

Questo post è stato pubblicato il venerdì, 28 gennaio 2011 alle 1:54 pm ed è archiviato in [incontri](#). Segui i commenti a questo post con il feed [RSS 2.0](#). Puoi [lasciare una risposta](#), o mandare un [trackback](#) dal tuo sito.

 Like

Lascia un Commento

Il tuo indirizzo email non verrà pubblicato. Required fields are marked *

Nome *



Il Contact Center integrato per la disabilità

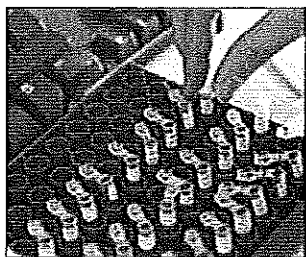


Stampa della sezione: Home , CANALI TEMATICI, Sport, Medicina e Sport, Più conoscenza per difendersi dal doping: il metodo Uisp



Più conoscenza per difendersi dal doping: il metodo Uisp

I risultati della ricerca "Sport pulito/Inviati sul campo". Nelle classi che hanno partecipato alla campagna i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16%



ROMA - Nei ragazzi delle classi che hanno partecipato alla campagna "Sport pulito/Inviati sul campo" della Uisp i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16% e parallelamente, le credenze che sia utile usare integratori si sono ridotte del 10%. Nelle classi, invece, che non hanno aderito alla campagna, i tassi di conoscenza sono aumentati del 10%, mentre sono rimaste invariate le percentuali sull'utilità di ricorrere a integratori. Sono questi i principali risultati di "Sport pulito/Inviati sul campo", progetto nazionale promosso dalla Uisp (Unione italiana sport per tutti) con il sostegno del Ministero della salute - Cvd (Commissione vigilanza doping).

La campagna, iniziata a gennaio 2010, si situa nel solco di una tradizione progettuale Uisp che parte dallo sport, ma non si ferma solo ad esso. Affrontando infatti il tema della prevenzione dal doping, la campagna si incardina nella più vasta problematica delle abitudini alimentari scorrette e della medicalizzazione della società. Si tratta dunque di una prevenzione che tiene conto dell'associazione esistente tra l'uso di integratori proteici che incrementano le prestazioni sportive, integratori non proteici e additivi farmacologici.

Il quadro che ne è emerso è una popolazione giovanissima (scuola media inferiore) che usa integratori proteici per il 6%, non proteici per il 34% e farmaci senza prescrizione per il 30%. A ciò si aggiunga che la ricerca si è mossa anche in un'indagine più ampia che ha coinvolto anche genitori, allenatori e adulti in generale. Il clima motivazionale da essi generato, infatti, influenzano le abitudini alimentari e sportive dei ragazzi, i loro atteggiamenti e le loro credenze circa l'utilità e la salubrità o meno degli integratori alimentari e la loro propensione all'uso.

I dati dicono, infatti, che il fenomeno è più frequente negli ambienti dove non solo c'è agonismo, ma c'è anche appartenenza ad un determinato gruppo (società) sportivo. Che c'è una correlazione tra assunzione di integratori proteici e assunzione di farmaci senza prescrizione medica: è palese la tendenza al policonsumo di sostanze e alla medicalizzazione della società. Rispetto al passato, poi, vuoi anche per fenomeni di 'body shaping', sono le donne ad usare più frequentemente non solo gli integratori ma anche i farmaci senza prescrizione.

"Fondamentale - ha dichiarato Caterina Pesce, coordinatrice della ricerca - è l'età e il contesto ambientale e psicologico in cui si fa sport: da qui si muove la ricerca ed è anche per questo che il metodo di ricerca è stato diverso. Non abbiamo, come proposto dalla letteratura scientifica, analizzato il doping in persone adulte, professioniste dello sport e solo guardando al doping propriamente detto. Abbiamo invece analizzato giovani, non professionisti e sulla base di un insieme di sostanze, ovvero 'i presupposti culturali del doping'. Se consociamo i fattori di rischio, possiamo agire con la prevenzione: si parte dall'individuo e si allarga l'indagine a genitori e allenatori, e poi infine al contesto social, culturale, di vita".

"La ricerca - ha poi concluso Filippo Fossati, presidente Uisp - sottolinea l'importanza di campagne informative di questa natura. Quello che mi preoccupa è il messaggio inverso che arriva ai ragazzi dal processo di medicalizzazione della società, ovvero quei suggerimenti sanitari su stanchezze pressoché normali o stanchezze psicologiche ordinarie". "Viviamo in una società farmacologica tesa a trovare soluzioni nei farmaci anche per problemi che nulla hanno a che fare con la medicina", hanno chiosato nel loro magazine i ragazzi della scuola Domenico Morelli di Torre del Greco. Concetto capito, campagna vincente! (eb)

(29 gennaio 2011)

Preparazioni sbagliate Campi brutti Troppe gare

In 5 anni l'aumento degli stop è del 32%. Inter, Juve, Fiorentina e Milan sono le più penalizzate

SABATO 29 GENNAIO 2011
LA GAZZETTA DELLO SPORT

ANDREA SCHIANCHI

© RIPRODUZIONE FISSATA

«Più che di campioni il calcio moderno avrebbe bisogno del Dottor House e della sua équipe. Gli infortuni aumentano, si moltiplicano, ormai non si riesce più a tenerne il conto. Adriano Galliani attende una relazione dai suoi collaboratori per capire che cosa sta succedendo al Milan (11 giocatori indisponibili); l'Inter ha perso nell'ultima gara di Coppa Italia altri tre elementi (Stankovic, Cordoba e Mariga) che si uniscono a Milito, Sneijder e Samuel; alla Juve ne mancano 7. Come recita un celebre adagio: «Grande è la confusione sotto il cielo: la situazione è eccellente».

Record di crac La squadra che ha il maggior incremento di infortuni rispetto all'anno scorso è l'Inter: 101 assenze nel 2009-10, adesso siamo già a 122 e mancano ancora 17 giornate di campionato... Nella speciale classifica, dietro ai nerazzurri che vincono lo scudetto dei «crac», ci sono: Juventus (102 assenze), Fiorentina (95), Milan (94) e Bari (88). Le più virtuose: il Napoli (solo 32 assenze), il Chievo (40) e il Parma (40). L'Uefa ha recentemente condotto uno studio sul tema degli infortuni e il professor Jan Ekstrand, vicepresidente della Commissione Medica, ha spiegato: «Ai massimi livelli non è sufficiente dare ai giocatori un programma di allenamento specifico per prevenire infortuni. Non è lo staff medico l'anello più im-

portante in materia di prevenzione». E' tutta la struttura che deve funzionare: i dottori, i fisioterapisti, i preparatori atletici, gli allenatori e i dirigenti.

Cause Ci sono numeri che spiegano la situazione e preoccupano non poco: dal 2006-07 a oggi l'incremento degli infortuni in Serie A è stato del 32 per cento. Perché? Che cosa è cambiato in cinque anni? Dalla Russia parla Roberto Sassi, preparatore atletico della Dinamo Mosca: «Le cause degli infortuni sono essenzialmente quattro: 1) i campi da gioco non sono perfetti; 2) la preparazione pre-campionato è troppo breve; 3) lo stress è aumentato; 4) ci sono troppe partite e troppo ravvicinate. A questi fattori va aggiunto, senza dubbio, anche l'allenamento non sempre corretto: carichi di lavoro sbagliati, riscaldamenti inefficienti, turnover non rispettati. A che cosa servono rose da 25-26 giocatori se poi vanno in campo sempre gli stessi, rischiando di farsi male?».

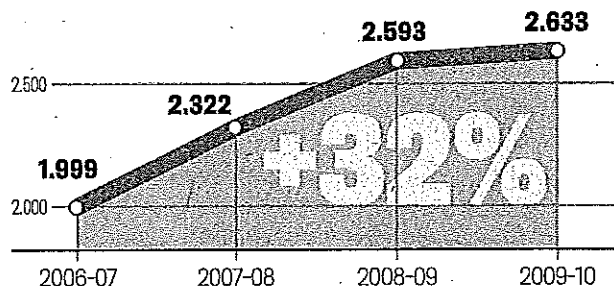
Danni La soluzione è complessa, ma di sicuro non si può andare avanti così. E, soprattutto, non si può sempre giocare al rimbalzo delle responsabilità. Perdere un calciatore per un certo numero di partite, per una società, significa subire un danno patrimoniale spesso si deve tornare sul mercato per tirare la falla. Non sarebbe meglio, invece, dotarsi di una struttura all'avanguardia e seguire una metodologia di lavoro meno schizofrenica?



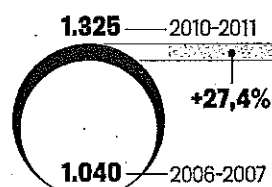
Alexandre Pato, 21 anni, due infortuni e 9 gare saltate di campionato

CHE AUMENTO!

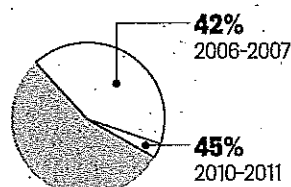
ASSENZE UFFICIALI A CAUSA INFORTUNIO



ASSENZE ALLA 21ª GIORNATA



% INFORTUNI MUSCOLARI ALLA 21ª GIORNATA



ATLETICA Presentato il grande meeting del 26 maggio con Usain Bolt e David Rudisha

Golden Gala più ricco e al Colosseo...

L'Arco di Costantino per la gara del peso che fa da apripista con tanti giovani

GENNARO BOZZA

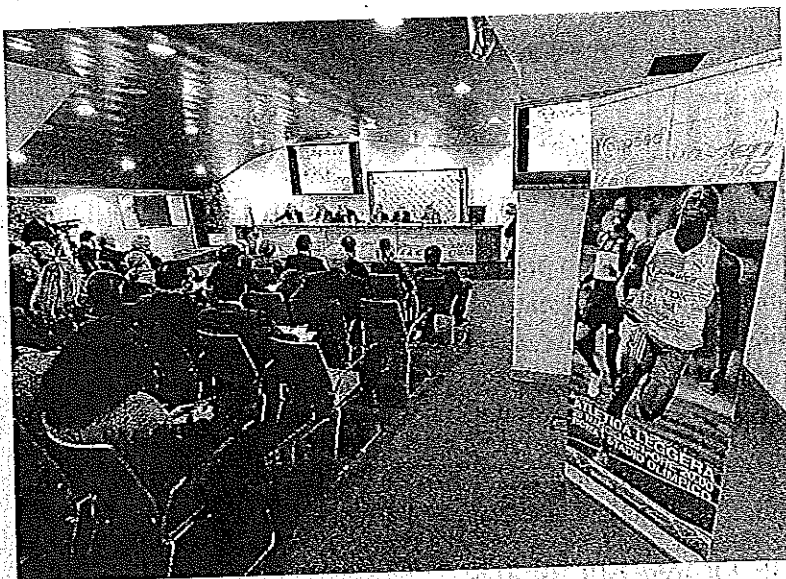
© RIPRODUZIONE RISERVATA

ROMA «Il rugby è riuscito a far andare 80.000 spettatori a San Siro. Adesso mi aspetto che l'atletica riempi l'Olimpico più di quanto facciamo Roma e Lazio». Il presidente del Coni, Gianni Petrucci, dà una benedizione speciale alla 31ª edizione del Golden Gala, già «indiziata» di interesse record. Lì c'erano gli All Blacks a entusiasmare Milano, qui ci saranno altri «Blacks» per suscitare entusiasmo: Usain Bolt e David Rudisha sono solo le prime «esche» che gli organizzatori hanno lanciato per costruire uno spettacolo degno di un'Olimpiade.

I più grandi Così, gli uomini più veloci del mondo su 100, 200 e 800 lanciano già bagliori di grande spettacolo. Che non si fermerà a loro e che potrà coinvolgere, ancor più che in passato, l'intera città. Il fatto stesso

che la gara di getto del peso si disputerà il 25 maggio, il giorno prima del Golden Gala, nello scenario del Colosseo e dell'Arco di Costantino fa capire quanto sia sentita l'esigenza di avvicinare sempre di più all'atletica appassionati e no. Roma che sarà contemporaneamente palcoscenico e platea in questo «riscaldamento», dovrà poi rispondere adeguatamente la sera del 26 maggio. Raffaele Pagnozzi, segretario generale del Coni, conferma che il pubblico occuperà solo il primo anello dello stadio, per un'aspettativa di 35.000 spettatori. «Ma siamo pronti — avverte — ad aprire altri settori se la prevendita andrà bene».

Cifre E dà le cifre dell'impegno di Fidal e Coni per rendere più grande il Golden Gala: da una spesa di un milione e 860.000 euro del 2010 si passa ai 2 milioni e 650.000 euro di quest'anno, spesa che permette l'arrivo di un maggior numero di campioni, possibile anche grazie allo sponsor, Compeed della Johnson & Johnson, il cui direttore commerciale, Gaetano Colabucci, rivela: «Abbiamo firmato un contratto triennale perché convinti della bontà dell'atletica. Poi, mi



Un momento della presentazione del Golden Gala del 26 maggio. In primo piano il manifesto con Usain Bolt il grande atteso all'evento romano ANSA

sono ritrovato Bolt fra i partecipanti e sono stato io il primo a essere sorpreso».

Entusiasmo Sulla partecipazione della città punta anche Franco Arese, presidente della Federazione di atletica leggera: «Abbiamo bisogno di una ventata di entusiasmo per un meeting che può far diventare sempre più popolare il nostro sport». E il coinvolgimento non riguarda solo gli spettato-

ri (biglietti di 5, 10, 15 e 30 euro, in vendita da lunedì 31 gennaio), ma tutti quelli che «vivono» l'atletica. Per loro, il Golden Gala sarà la conclusione di una settimana interamente dedicata alle finali dei Giochi sportivi studenteschi (nel Parco del Foro Italico), con gli istituti di Primo grado, come già avvenuto nel 2010, e stavolta anche di Secondo grado. Grandi stelle nello stadio, futuri campioni tutt'attorno.

SABATO 29 GENNAIO 2011
LA GAZZETTA DELLO SPORT

Doping in camera, azzurro espulso

Il canoista Benedini scoperto dal ct nel raduno della nazionale in Australia: subito rimpatriato

di CARLO SANTI

ROMA - Un atleta azzurro della canoa, che fa parte del Club olimpico, è indiziato di pratiche illecite. L'azzurro, Franco Benedini, che è tesserato per il gruppo sportivo delle Fiamme Gialle, è stato trovato in possesso di sostanze vietate dai regolamenti antidoping durante il ritiro della nazionale in Australia. A fare la scoperta, nella stanza dell'atleta, è stato il citta Josef Capousek che ha subito denunciato il caso portando a conoscenza prima il presidente federale Luciano Buonfiglio, e quindi i vertici del Coni e oggi farà pervenire alla Procura diretta da Torri la relazione dell'accaduto. L'atleta, che appartiene al settore velocità ed è un militare, è stato subito sospeso dal raduno, rispedito a casa ed escluso dal Club olimpico per il quale aveva firmato il giuramento di non fare ricorso al doping. Berdini, che è cremonese e ha 32 anni, vanta quale miglior risultato il quarto posto nel K4 1000 metri alle Olimpiadi di Pechino 2008.

In Australia, sulla Sunshine Coast dove la nazionale italiana è in ritiro dallo scorso 5 gennaio (il ritorno è previsto il 17 febbraio), ci sono dieci atleti e sette appartengono a gruppi sportivi militari. Si tratta di Alberto Ricchetti, Andrea Facchin, Franco Benedini che adesso è tornato a casa, Albino Battelli e Samuel



La squadra azzurra in Australia. Qui sotto Franco Benedini



Pierotti delle Fiamme Gialle, Maximilian Benassi e Matteo Galligani dell'Aniene, Nicola Ripamonti del Lecco, Mattia Colombi della Forestale e Angelo Monte delle Fiamme Oro.

La vicenda ha contorni inquietanti perché nonostante il Coni cerchi di combattere il doping, alcuni atleti restano insensibili e cercano scorciatoie in ogni modo affidandosi anche a medici personali che consigliano prodotti proibiti. Lontano dalle gare, magari in raduno come fece la sprinter tedesca Katrin Krabbe alla fine del '90 andando a prepararsi - e non

FRANCO È UN ATLETA DELLE FIAMME GIALLE

Aveva sostanze vietate, immediato intervento del Coni: estromesso dal Club Olimpico

solo, visto il caso di doping con il clenbuterolo che la vide coinvolta facendole chiudere la carriera - in Sud Africa, si pensa di essere meno vulnerabili e controllati. Un caso gravissimo questo della canoa che vede un rappresentante dei gruppi sportivi militari macchiarsi di una vicenda così oscura. Altro che esempio dei campioni per i giovani e per questo motivo il Coni dovrà essere durissimo nella gestione di questa vicenda. Gianni Petrucci, il capo dello sport azzurro, ieri ha ricordato che il nostro comitato

olimpico è tra i più severi al mondo.

Eppure, nonostante la fermezza, ci sono sempre vicende legate al doping. Il recente caso dei tre sedicenni coinvolti in casa dell'Atletico Roma, club calcistico della capitale, presenta contorni poco chiari. Adesso ci sarà l'interrogatorio per tutti, i calciatori e l'azzurro della canoa, il processo, si invocherà l'innocenza e le attenuanti. Serve, invece, pulizia perché con i finti campioni non si va da nessuna parte. Pene certe senza fingere di essere severi: occorre esserlo fino in fondo.

La canoa azzurra non è esente da casi in tema di doping. Il grande accusatore, oltre dieci anni fa, è stato Daniele Scarpa, campione olimpico nel K2 ad Atlanta '96 in coppia con Antonio Rossi. Scarpa, che la Federcanoa ha radiato, affermò in un'intervista che prima dei Mondiali del '94 gli era stata iniettata, a sua insaputa, un farmaco proibito, il *liposom norm*, e in quel periodo avrebbe saltato un controllo antidoping in Messico.



QUANDO IL DISGUSTO UNISCE

IL PUNTO

FELICIA MASOCCO

La donna oggetto, ultima frontiera del berlusconismo». Il Secolo d'Italia lo sostiene a grandi caratteri nell'apertura dell'edizione domenicale. Seguono sette pagine e, sotto la testatina «nostalgia maschilista» le opinioni di donne e uomini non necessariamente incasellabili nel puzzle della destra. Parla la filosofa e docente Michela Marzano, «È arrivato il momento di ribellarsi di nuovo». La scrittrice Michela Murgia, «Tutto ha un prezzo? Lo chiamo puttanesimo». Il Secolo d'Italia si chiede se il nostro sia un paese per donne. Sarebbe fin troppo facile rubricare l'iniziativa del quotidiano diretto da Flavia Perina sotto la voce "guerra" tra Fini e Berlusconi. La realtà è che l'indignazione suscitata dal comportamento del premier nel caso Ruby, Minetti e le altre è trasversale, non ha copyright, è di sinistra, centro, destra. È delle donne soprattutto (ma non solo) che tornano a parlare e a parlarsi pur nelle diverse identità. Forzando un po' si potrebbero evocare le famigerate "convergenze parallele", il ritrovarsi su alcuni punti pur mantenendosi coerenti con le rispettive e differenti culture e linee politiche.

Anche Famiglia cristiana converge e nell'editoriale di ieri accende i fari sull'«Italia diversa» che c'è «in questo sfacelo morale». Ci sono padri e madri che non incitano le figlie a essere più disinibite, scrive la testata dei Paolini dopo aver premesso come uno «degli aspetti più squallidi dei "festini di Arcore" è lo spaccato dei rapporti familiari di queste ragazze che mercificano il proprio corpo». Ci sono madri e padri, figlie e figli che sabato erano in piazza a Milano. Altri ci andranno il 13 febbraio per dire basta senza chiedersi chi abbia votato alle passate elezioni la vicina di manifestazione o interrogare sul family Day, apice dell'ipocrisia di un premier che ha scambiato il paese per un bordello. Basta l'indignazione per dire «ora basta». ♦

L'Unità

LUNEDÌ
31 GENNAIO
2011