



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

29-30/11-01/12/2008

ARGOMENTI:

- Finanziaria: cancellati i tagli allo sport
- calcio: il sì dei ministri europei alla limitazione degli stranieri in campo
- L'Uefa contro Roma: a rischio la finale di Champions League
- Calcio e violenza: calano le cifre di feriti e arresti
- L'omosessualità in campo: parla il mister di una squadra gay
- Calcio e business: il giro di sfruttamenti dietro gli ingaggi dei baby calciatori
- Lo sport contro l'Aids: a Roma va in scena lo spettacolo "Spogliatoi"
- Fare sport previene il diabete

Non ci saranno tagli nella Finanziaria Lo sport italiano respira

MILANO — Il grido d'allarme lanciato dal presidente del Coni, Gianni Petrucci, sembra essere stato raccolto nelle sedi istituzionali e politiche: l'annunciato taglio dei contributi governativi nella prossima

Finanziaria non ci sarà. Grazie anche all'intervento di Rocco Crimi (nella foto), sottosegretario con delega allo sport, si eviterà di arrivare a cassare ben 112 dei 450 milioni di euro dei trasferimenti programmati per il

2009. Petrucci nei giorni scorsi aveva denunciato le conseguenze che ci sarebbero state nel caso della pesante sforbiciata: da gennaio, quattordici o quindici federazioni si sarebbero trovate nell'impossibilità di inviare i propri atleti alle coppe del mondo di specialità. Nel momento in cui si avvia il quadriennio che deve portare ai Giochi di Londra 2012, sarebbe stato un brutto colpo per il nostro sport.

CORRIERE della SERA

28/11/2008

Limitazione agli stranieri sì dei ministri europei a Platini

ALESSANDRO DI MARIA

ROMA

Joseph Blatter avrà fatto un piccolo sussulto di felicità. La sua personale lotta sul 6+5 (l'obbligo per i club di schierare almeno sei giocatori della propria nazione) ieri ha fatto a Biarritz un piccolo passo avanti. Anche se l'Unione europea, che non ha mai gradito particolarmente la cosa, ha subito frenato.

Al termine dell'incontro in Francia con una delegazione guidata dal presidente del Cio Rogge (e che comprendeva, tra gli altri, lo stesso Blatter e Platini), i ventisette ministri dello sport dei Paesi della Ue hanno firmato una dichiarazione congiunta in cui invitano la Commissione della Ue a «studiare la compatibilità di un numero minimo di giocatori da schierare in campo e convocabili dalla propria nazione con la legge europea». Una dichiarazione importante, che potrebbe stravolgere l'attuale meccanismo di mercato dei calciatori. Per una battaglia che Blatter porta avanti ormai da qualche anno e che l'Unione europea non ha mai voluto prendere in considerazione, visto che viola il diritto comuni-

tario alla libera circolazione dei lavoratori dentro l'Ue.

E infatti la risposta è stata piuttosto fredda: «Comprendiamo e simpatizziamo con le preoccupazioni della Uefa e di altri sul bisogno di un maggiore equilibrio nel mondo del calcio. Solo che differiamo sugli strumenti per raggiungere l'obiettivo», è il commento espresso in una nota dai commissari allo Sport e agli Affari sociali, Jan Figel e Vladimír Spidla. «Dovremo analizzare nel dettaglio le proposte formulate da Platini, a nome dell'Uefa, prima di assumere una posizione definitiva. Tuttavia, la libera circolazione dei lavoratori è un principio fondamentale dell'Ue». E c'è pure un commento sul problema dei trasferimenti degli under 18, tema caro a Platini: «Una proposta di vietare tutti i trasferimenti sotto i 18 anni sembrerebbe, a prima vista, una discriminazione indiretta nel campo della libera circolazione dei lavoratori, quindi potrebbe essere sproporzionata rispetto agli scopi previsti».

Infine ieri la Uefa ha ufficializzato la richiesta che la finale di Champions League, in programma il prossimo 29 maggio a Roma, venga disputata senza barriere tra tifosi.

la REPUBBLICA

29-11-2008

L'Uefa contro Roma

La finale Champions è a rischio: stadio inadeguato e pericolo ultrà

di ROBERTO RENGA

ROMA - Alla fine di una giornata obbiettivamente complicata e piena di (brutte) sorprese, l'Uefa ci ha mandato a dire di stare tranquilli: solo un equivoco, in sostanza, alla base della minaccia di cancellare la finale di Champions all'Olimpico. Ma si possono equivocare parole come queste? Sentite: «L'Uefa vuole uno stadio senza vincoli e barriere, così com'è stato negli impianti dove la Champions ha vissuto il suo ultimo passaggio e così dovrà essere a Roma».

Dichiarazione di ostilità che si deve a Giorgio Marchetti, direttore delle competizioni Uefa e offerta ai microfoni del Gr2. Ancora, tanto per certificare ancor più la durezza dell'intervento: «E' previsto che gli stadi che ospitano finali e tornei finali siano senza barriere, senza separatori nelle zone di pubblico e tra le zone di pubblico e il campo: quindi, per intenderci, senza gabbie per i tifosi».

L'agenzia Ansa è delle 13 e 54. Alle 15 e 08 il messaggio che, secondo l'Uefa, avrebbe scatenato il finimondo. Si legge: "L'Uefa ha aperto una procedura disciplinare nei riguardi della Roma per gli incidenti occorsi ai margini della partita con il Chelsea del 4

novembre scorso allo stadio Olimpico. La procedura è stata aperta per organizzazione insufficiente e lancio di oggetti o uso di materiale pirotecnico. Il caso verrà esaminato l'undici dicembre".

Due osservazioni: 1) com'è possibile che l'Uefa abbia riscontrato una pessima organizzazione, quando la Roma in proposito viene da sempre ritenuta all'avanguardia? L'osservazione suona strana e offensiva. Possiamo sin d'ora anticipare che la Federcalcio il 27 maggio proprio al club romanista chiederà una mano; 2) che c'entra, peraltro, la Roma con la finale di Champions? Niente. E allora: perché le due note sono arrivate praticamente insieme? Perché Marchetti usa termini così perentori? Ci sono cose, in questa vicenda, che di logico hanno poco o niente. Un avviso ai naviganti, forse. O il tentativo di intimidire. In ogni caso la vicenda resta misteriosa e tutta

da interpretare.

Il Coni, che si occupa della finale insieme al Comune di Roma e alla Federcalcio, ha subito risposto. Così: «La Roma in tutto questo non c'entra niente e Platini ha detto che l'Olimpico era una meraviglia. A noi è stato solo chiesto di aumentare duecento posti in tribuna stampa: li porteremo a mille. Se poi ci diranno che bisogna eliminare barriere e vetrate, lo faremo».

Grande disponibilità, dunque. Come quella offerta dal presidente federale Giancarlo Abete, che proprio ieri mattina si trovava in Svizzera, presso la sede dell'Uefa. «Non c'era Platini, ma tanti altri dirigenti sì e nessuno mi ha detto niente. Ora questa agenzia. Da tempo siamo al corrente del desiderio di togliere le vetrate e di presentare un impianto senza separazioni. Però in Italia ci sono altre esigenze: da noi le divisioni sono obbligatorie. L'Uefa e la nostra commissione, presieduta da Albertini, che si occupa della finale, sono sempre in contatto. Una soluzione si troverà».

Ma quando? Il 24 maggio all'Olimpico giocano Lazio e Reggina. Ci sarebbero appena un paio di giorni per sistemare l'Olimpico.

Bastano? Oppure si lavora prima e si offre un Olimpico privo di ostacoli ai tifosi romani e calabresi? «Prima troviamo una soluzione, poi pensiamo alla tempistica. Una cosa è chiara, comunque: la partita è organizzata dall'Uefa». Ossia: bisogna fare come vogliono loro. Le famose barriere, come le porticine che dividono tribuna stampa da tribuna d'onore, verranno tolte.

In serata, quando già tutto era successo, il capo della comunicazione Uefa William Gaillard è caduto dalle nuvole: «Voci assurde e prive di fondamento. Non so chi abbia messo in giro simili stupidaggini». Facile: chiedi ai suoi colleghi. «Secondo me si è creata confusione tra la procedura disciplinare nei confronti della Roma e la finale». E chi è stato a fare confusione? Impossibile: che si tratti di due cose distinte si vede a occhio nudo, non c'è bisogno di Gaillard.

Calcio, l'altra faccia delle curve

Feriti e arresti, in calo le cifre della violenza

«Fenomeno ultrà da non criminalizzare»

«Una cosa sono i delinquenti, che vanno combattuti. Un'altra sono gli ultrà, con cui va costruito un dialogo». L'affermazione è di Antonio Manganelli, il capo della polizia, che nel giorno del suo insediamento aveva espresso un sogno: stadi senza forze dell'ordine. Sembra un'utopia ma, giornata dopo giornata, sta diventando una meta raggiungibile.

Perché è vero che i numeri, forniti dall'Osservatorio sulle manifestazioni sportive sull'ultima stagione, che parlano di incidenti in diminuzione e calo di feriti da stadio, vanno letti e interpretati. In

200 gare tra serie A, B e C e Dilettanti, quelle più a rischio, i tifosi ospiti sono stati fatti rimanere a casa. Ma un'altra curva, uno stadio con meno divieti (anche l'altiroeri *Il Riformista* tuonava contro le decisioni del ministro dell'Interno, Roberto Maroni, che rendono l'andare alla partita di pallone un'odissea anche per un padre di famiglia), sono forse possibili. E non solo attraverso la repressione.

Il nuovo questore di Roma, Giuseppe Caruso, vuole ripetere quanto fatto a Palermo: dialogo con le frange più dure della curva. La capitale è una piazza difficile, ma la volontà è ferma e decisa. I fun-

zionari da campo, quelli che i vecchi ultrà li hanno visti crescere e ora si ritrovano con minoreni acccati da un odio senza motivo, lo ripetono da tempo: «Il muro contro muro non serve e fa solo il gioco di chi vuole alzare la tensione».

E anche nell'Agenzia informazioni e sicurezza interna (l'ex Sisde), chiamata da quest'anno a monitorare in maniera più attenta la galassia delle curve, si va diffondendo un'idea: «Non v'è dubbio — si legge in un documento — che tra le fila degli ultrà vi siano delle persone che arrivano a sfruttare l'evento calcistico, con tutto il carosello che l'accompagna, per perpetrare atti vandalici e violenti. Eppure il fenomeno ultrà è anche e soprattutto altro, un mondo estremamente vivace, palpitante, ricco, che costituisce un potenziale sociale importante. È necessario pensare a nuovi modi per arginare la violenza e l'aggressività, ma anche per valorizzare un bacino di energie ed emotività sociali forti».

Tutto questo mentre una corrente di pensiero che invita, un po' come faceva il professore Keating con i suoi studenti ne «L'Attimo fuggente», a guardare il mondo delle curve da un'altra prospettiva si sta facendo, pian piano, largo. Fatta da chi, arrampicato su una balaustra o in piedi nel secondo anello, ha avuto una sorta di iniziazione alla vita. È il caso di Enrico Brizzi, lo scrittore cresciuto nella curva Andrea Costa del Bologna. «La curva è l'unico grande centro di aggregazione giovanile. E non ci sono i mostri giunti da un passato remoto per massacrarci tutti mentre mangiamo i nostri "quattro salti in padella" in ciabatte davanti alla televisione».

È allineato e coperto Valerio Mastandrea, l'attore romano che una volta si presentò nel salotto televisivo di Maurizio Costanzo con il volto tumefatto per aver preso un seggiolino in faccia durante una trasferta al seguito della squadra giallorossa. «Non criminalizzate le curve» è il suo grido di battaglia. «Giornalisti e intellettuali il mondo della cultura ultrà e le curve non li conoscono proprio. Ci si facesero una bella immersione prima di sparare sentenze».

Magari attraverso la lettura di alcuni libri. Dove la curva non è il miglior mondo possibile. Ma neanche un girone infernale. Sentire Elisa Davoglio, una poetessa che non sognava Beckham, né di fare l'ultrà. Ma, per «Onore ai diffidati», si è calata tra odore acre dei lacrimogeni, cariche della polizia e regolamenti di conti per interessi economici. E dipinge così gli ultrà. «Hanno valori e ideali in una società che ne ha sempre di meno e dove la politica è sempre più di assente».

Giovanni Francesio ha fatto il percorso inverso. Dopo una vita, o una buona fetta di essa, passata sugli spalti ha raccontato in «Tifare contro» quello che gli ultrà non dicono. «Ho fatto migliaia di chilometri di trasferte, sono stato coinvolto in scontri con tifosi avversari e forze dell'ordine. Sono scappato e ho avuto paura, ma ho provato le uniche emozioni collettive della mia vita, a gioire e soffrire insieme agli altri, a sentirmi parte di un mondo "libero e vero". Ma fuori di lì, nessuno aveva la più vaga idea di cosa fosse veramente quel mondo, per me così importante (...) un mondo schizofrenico, sempre impegnato a combattere contro tutto e tutti, compreso se stesso».

Michele Monina, nel suo viaggio, ora ironico ora crudo, di «Ultimo stadio» annota, con acuto spirito di osservazione, quello che non va nelle domeniche della gente di curva. «Qui sono a casa mia» urla, alla fine, pur tra personaggi con enormi cicatrici in viso e una violenza incombente. Perché, come accade nei siti internet di controinfor-

mazione, nessuno parla mai di un mondo di angeli. Gli sbagli e gli errori degli stessi ultrà («Che hanno nella loro complessità sia la forza che la grande debolezza», spiega Enrico Brizzi) non vengono mai taciuti.

Ma, allo stesso tempo, non ci stanno a passare sempre per demoni e, spesso, raccontano un'altra storia, rispetto alla vulgata ufficiale. E, soprattutto, vogliono la verità. Dall'11 novembre 2007, la domenica della tragedia di Gabriele Sandri, non c'è partita, internazionale o amichevole, in cui da tutte le curve d'Italia non parta la richiesta di «giustizia» per il tifoso laziale, ucciso da un agente di polizia.

Tra le forze dell'ordine (-48%) e i tifosi (-20%) è calato il numero dei feriti. Anche se sono ancora troppe le partite con divieti, limitazioni e settori ospiti chiusi. I presidenti dei club non ci stanno. E si iscrivono anche loro al partito del dialogo. Di chi vuole un ritorno alla normalità. Anche attraverso il dialogo con gli ultrà.

Roberto Stracca

CORRIERE della SERA
29-12-2008

A V-ICTORY, SU LA7

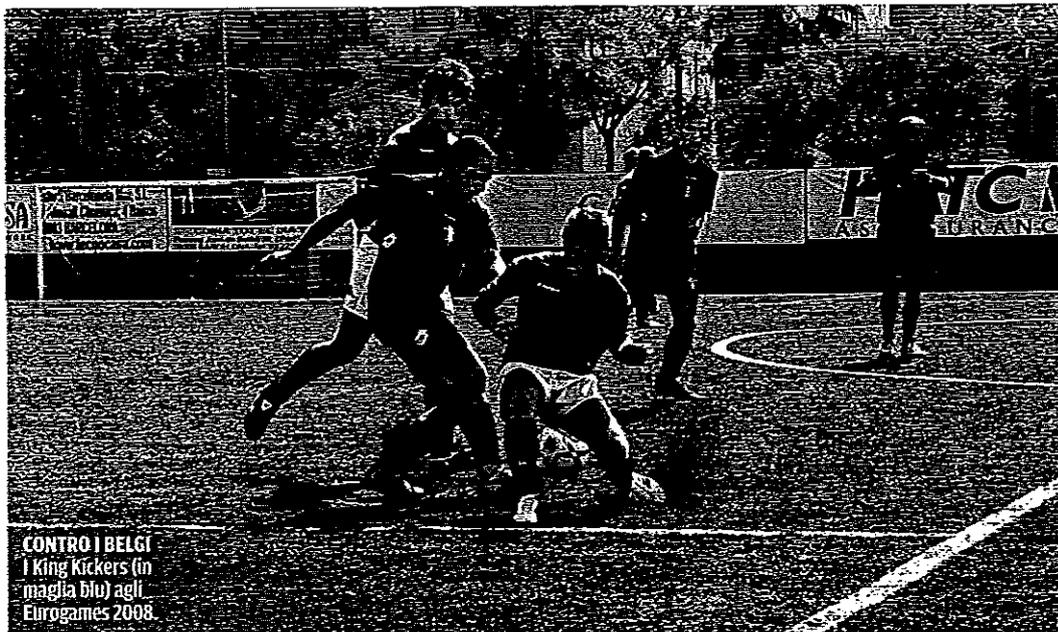
L'OMOSESSUALITÀ IN CAMPO

Ha fatto coming out, allena un team gay. E adesso Paolo Colombo la racconta nella sua trasmissione

«Di gay nel calcio ce n'è come nelle altre realtà sociali, anche nomi grossi e di club famosi. Ma da noi non siamo preparati culturalmente a sportivi che parlano di omosessualità». A dirlo è Paolo Colombo, conduttore di *V-ictory* (venerdì 5, ore 23.55) e allenatore dei King Kickers, squadra milanese di gay. «Il mondo del calcio in Italia è ancora omofobo», dice il giornalista, che ha fatto

coming out da tempo. «Frey, il portiere della Fiorentina, mi ha detto: "Già i tifosi abitualmente ti massacrano, figuriamoci se qualcuno rivelasse di essere gay"». Ad abbattere il muro che sembra rendere incompatibili calcio e omosessualità, provano iniziative come quella dei King Kickers, al centro della puntata del magazine sportivo: «In rosa siamo 18 e abbiamo partecipato agli Eurogames

2008, manifestazione sportiva gay. Purtroppo siamo stati fatti fuori negli ottavi contro il Colonia per un... arbitraggio scandaloso». Questo non ha però frenato i progetti dei King Kickers, che pensano già al 2009: «Molti dei nostri nel weekend giocano nei tornei dilettantistici, uno addirittura è in D. Adesso puntiamo agli Out Games 2009. Sono una sorta di Olimpiade gay».



CONTRO I BELGI
I King Kickers (in
maglia blu) agli
Eurogames 2008

**LA PUNTATA
SI VA DAGLI
EUROGAMES
AL DRAMMA
DI FASHANU**



La puntata di *V-ictory* di venerdì 5 dicembre sarà tutta incentrata sul tema "calcio e omosessualità". L'inchiesta partirà dall'esperienza dei King Kickers agli Eurogames di Barcellona (foto) ma sarà poi arricchita dalle

testimonianze di diversi calciatori italiani, fra i quali Luca Toni e Sebastien Frey. A fare da contorno ci saranno le storie di alcuni sportivi omosessuali, come il nuotatore australiano Matthew Mitcham, che si è dichiarato pubblicamente in

occasione dei Giochi di Pechino, e Justin Fashanu, primo calciatore di fama ad ammettere la propria omosessualità, poi rinnegato anche dal fratello, il più famoso John, e infine morto suicida quando aveva 37 anni nel maggio del '98.

SPORT WEEK
29 - 11 - 2008

→ Il business dello sport spinge i club a cercare promesse sempre più giovani da accaparrarsi
→ Per catturare ragazzini e genitori basta spesso un telefonino o un paio di scarpe nuove

Quei cacciatori di bambini Talenti e agenti nel pallone

Sempre più giovani e sempre più bravi: il calcio è un'azienda che fattura milioni e deve cercare protagonisti per assicurare i lauti profitti. A costo, a volte, di finire nei fascicoli di qualche magistrato.

STEFANO FERRIO

sport@unita.it

«Come esca può bastare un solo paio di scarpe da calcio, ma diciamo che con tre il giocatore minorenni è in trappola. Aggiungendo un paio di telefonini si prende dentro anche la famiglia, felice di vendere il talento di casa al primo offerente. A quel punto il ragazzino diventa merce di scambio nelle mani di un sedicente procuratore. Uno dei tanti che infestano il calcio italiano». Procuratore sportivo di lungo corso assieme alla moglie e collega Ilaria Landini, l'avvocato genovese Paolo Bordonaro parla con cognizione di causa di un mondo, quello del calcio giovanile, che conosce in profondità. «Tanto è vero che io - aggiunge Bordonaro, noto per avere recentemente "salvato" dalle mire del Chelsea lo junior Alessio Grea, poi messo sotto contratto dal Genoa - quando mi presento ai genitori, preciso sempre che non faccio regali di alcun genere». In realtà, sono innumerevoli i modi con cui dimostrare di non essere uno dei tanti, spregiudicati «cacciatori di Pulcini» in circolazione, a cominciare dal rispetto dell'articolo 14 del «Regolamento per gli agenti dei giocatori» a cui si attiene la Federcalcio italiana. Qui si apprende che è vietato ogni tipo di approccio fra procuratori e minori di 16 anni, e che, quando il calciatore diventa sedicenne, è consentita esclusivamente un'attività gratuita, finalizzata a favorire il contratto con una società entro 120 giorni dalla stipula dell'accordo». «Ma sono norme largamente disattese - spiega Stefano Sartori, re-

sponsabile sindacale dell'Associazione calciatori - e lo dimostrano le telefonate che riceviamo. Qui infatti i genitori non chiamano mai per denunciare lo sfruttamento del figlio da parte di qualche farabutto. Lo fanno per il motivo opposto perché non trovano nessun agente a cui affidare il piccolo prodigio di casa, che può avere anche 10 anni, ma già sembra garantire entrate milionarie a tutta la famiglia». Certo, se al vertice del sistema calcio ci fossero società eticamente inappuntabili, il sottobosco sarebbe meno popolato. «Invece i cattivi maestri spadroneggiano anche in Serie A - ribatte Roberto Pazzi, dirigente del Bresso Calcio, Prima Categoria lombarda con ben 14 formazioni giovanili - e ce lo ricorda la storia delle plusvalenze, quando, per far crescere le voci dei bilanci, Milan e Inter si scambiavano a prezzi abnormi giovani e sconosciuti ventenni. E allora, perché stupirsi se tanti faccendieri continuano a intrattenere rapporti con i dirigenti delle squadre professionistiche?». Lo sostiene lo stesso Pazzi che, quando del Bresso era presidente, raccontò dei «predatori» pronti a telefonare a tutti gli abbonati Rossi dello stesso paese pur di rintracciare padre e madre di quello giusto, tenero esordiente tesserato da una squadraccia locale. Equivoci mediatori, ma anche semplici dilettranti se dice il vero un'inchiesta avviata dalla Procura di Palermo. I magistrati ipotizzano il reato di concorso esterno in

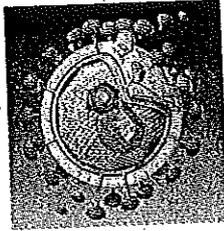
associazione mafiosa esaminando vicende che ruotano attorno a un procuratore, a suo tempo in rapporti di lavoro con un noto penalista. Al centro dell'inchiesta le pressioni esercitate sulla dirigenza del Palermo per far giocare alcuni giovani. Ne sa qualcosa l'ex ds, Rino Foschi, a cui venne recapitata una testa di agnello mozzata perché «colpevole» di non favorire lo sbocciare di certi talenti. Un altro virgulto siculo ha invece trovato ingaggio al nord, tesserato dalla Piovese (campionato veneto di Eccellenza), ma per la magistratura anche corriere usato dal clan Lo Piccolo per rifornire di milioni «diquididi» un imprenditore veneziano. Anche Michel Platini ieri ha lanciato l'allarme dalla Uefa: «Oggi, nel mondo e in Europa, esiste il fenomeno del traffico di bambini. Un fenomeno che vede bambini di 12 e 13 anni strappati al proprio ambiente e alla propria cultura per unirsi a un business in cambio di denaro. È in questo contesto che vorremmo vietare i trasferimenti internazionali di calciatori minori di 18 anni all'interno dell'Ue». In un mondo del pallone sempre più globalizzato, ai soliti africani abbandonati in stazioni e caselli autostradali, si sono recentemente aggiunti alcuni ragazzi australiani, puntualmente mollati dai loro procuratori. Per i quali impallinare pulcini o «canguri» non fa alcuna differenza. ♦

L'UNITA'
29 - 11 - 2008

Lo sport contro l'Aids stasera all'Eliseo.

Va in scena «Spogliatoi»

ROMA - (Ch.T.) Ci sono occasioni in cui la politica, il mondo dello sport e quello dello spettacolo si mettono insieme e formano una sola voce, per trasmettere un messaggio forte. Una di queste occasioni capita oggi, con la *Giornata Mondiale per la Lotta all'Aids*, in cui, tra le numerose iniziative, c'è anche quella di uno spettacolo teatrale che si chiama «Spogliatoi». L'idea e la realizzazione sono state del Centro Studi Cappella Orsini, nell'ambito del progetto Sport e Prevenzione, promosso dalla Regione Lazio e dal Comune di Roma. Succede, allora, che alle 20.45 di questa sera, il palco del Teatro Eliseo si divide in due: da una parte c'è lo spogliatoio delle ragazze della squadra di pallavolo e dall'altra quello dei ragazzi di calcetto. Si parla, si discute, ci si confida e viene fuori quanto l'AIDS sia vicino ad ognuno di



Le nuove infezioni sono tra le 3.500 e le 4.000. I nuovi casi di AIDS, 1.200. Le persone che scoprono la loro positività al virus (nella foto) solo al momento della diagnosi della malattia dell'AIDS superano il 54% dei casi; per loro le cure sono meno efficaci e la speranza di vita è ridotta rispetto alla "sola" sieropositività. Sono ormai anni che si sente parlare di AIDS, non è certo una novità per

noi e quanto sia importante il test come strumento di prevenzione.

Già, perché i dati del 2007 sul contagio e sulle nuove infezioni da HIV in Italia, hanno fatto rabbrivire tutti.

la attuale generazione di giovani. Eppure, sembra a tutti così lontana. Una "cosa che c'è in Africa", una "cosa che si prendono i drogati". E invece non è così, non più. Gli studi dell'Istituto Superiore della Sanità rivelano che, mentre nel 1997 la maggior parte dei malati di AIDS si è contagiato attraverso l'uso di droghe per via endovenosa - con le siringhe per capirsi -, l'anno scorso il 43,7% di loro ha contratto il virus attraverso un rapporto sessuale. Eterosessuale. In totale, le persone con l'HIV nel nostro paese sono tra le 110.000 e le 130.000. Tantissime.

Ma perché è stato scelto proprio lo sport come veicolo di questo messaggio e come attore principale dello spettacolo? Perché l'ambiente sportivo è fatto per la maggior parte da giovani, che vivono insieme anche per molto tempo. E un ambiente dove si en-

tra molto in confidenza, si diventa amici. I messaggi, specialmente quelli preventivi, passano molto più facilmente in un posto così piuttosto che in uno studio medico o in un ambulatorio. A metà degli anni '90, proprio il mondo dello sport fu scosso da un caso eclatante di AIDS: quello del giocatore dell' NBA Magic Johnson. Da quel momento fu chiaro che nessuno può permettersi di non stare attento. Johnson diventò un grande testimonial: una frase detta da lui colpiva più di qualsiasi altro avvertimento medico. Anche all'Eliseo ci saranno dei testimonial del mondo dello sport: il motociclista Simone Corsi e la tennista Mara Santangelo, insieme alla "vecchia guardia" Nicola Pietrangeli. L'ingresso è gratuito. Info allo 06 6877965.

Rubrica a cura di PATRIZIO ZENOBI
Per contattarci p.zenobi@corpport.it

CORRIERE dello SPORT

1 - 12 - 2008

Il diabete dilaga: lo sport lo previene

MABEL BOCCHI

● Nel mondo fa qualcosa come tre milioni di vittime all'anno, il 6% della mortalità globale totale e nel 2025 potrebbe arrivare a colpire 380 milioni di persone dai 246 attuali: è il diabete, che sembra non voglia risparmiare proprio nessuno. Infatti, il problema si accanirà proprio nei Paesi in via di sviluppo dove il controllo della malattia è più difficile. A diffondersi non è solo il diabete adulto, cioè quello che aumenta di pari passo col dilagare dell'obesità, ma anche il diabete giovanile, insulino-dipendente. Questa forma, che colpisce bimbi anche di 4 anni, aumenta a ritmi del 2,5-3,0 per cento all'anno, con picchi in Finlandia e in Sardegna dove, secondo uno studio citato da Lancet, nella prima metà degli anni '90 l'incidenza era già di 37 nuovi casi ogni anno per 100.000 persone, contro incidenze in altri paesi di 0,1 casi.

Come debellarlo Eppure prevenirlo è possibile e relativamente semplice. Sono sufficienti un regime dietetico controllato e un po' di attività fisica regolare. Lo ha dimostrato uno studio diretto da Ping Zhang dei Centers for Disease Control and Prevention di Atlanta condotto dal 1986 al 2006 su 577 adulti prediabetici presso 33 cliniche in Cina: adottando per sei anni un

piano di prevenzione si dimezza il rischio di incidenza di malattia per tutto il periodo di intervento con sport e dieta; il rischio si riduce inoltre del 43% per i 20 anni successivi. Ma la promozione dell'attività motoria e del corretto stile di vita non solo sono le armi primarie per la prevenzione, ma anche per il miglioramento della salute dei già malati.

L'esercizio fisico E' sufficiente camminare 45' al giorno. Lo dice uno studio svolto dalla Newcastle University: su 10 persone con diabete di tipo 2 alle quali è stato associato un gruppo di controllo sano. Ogni persona dotata di contapassi doveva camminare per più di 10.000 passi al giorno. Ebbene, i ricercatori hanno scoperto che i diabetici bruciavano il 20% in più di grassi, grazie alla migliore capacità dei muscoli di immagazzinare lo zucchero. Ottimi risultati li ha forniti anche il Tai Chi, una tradizionale arte marziale cinese, che unisce a una respirazione profonda e controllata movimenti dolci e lenti che oltre ad allenare i muscoli, favoriscono il rilassamento e lavorano sull'equilibrio, aiutando quindi a correggere vizi di postura. L'esercizio che vi proponiamo, la ruota della preghiera, pur essendo uno dei più semplici, è anche uno dei più utili.

GAZZETTA dello SPORT

29 - 11 - 2008