Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 29 (1972)

Heft: 1-2

Artikel: Lo sport come medicina preventiva

Autor: Libotte, Armando

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000563

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

2. di oltrepassare le proposte del Consiglio federale in merito all'incoraggiamento della costruzione di istallazioni, definendo in senso più largo la parola «regionale»;
3. di approvare, per quanto concerne la questione della subordinazione, l'opinione del Consiglio federale, prevedente il cambiamento di Dipartimento con l'entrata in vigore della legge federale in elaborazione sull'organizzazione dell'amministrazione federale.

Il dibattito sulla legge della ginnastica e lo sport ha luogo nella gran sala del Consiglio nazionale, il 14 e 15 dicembre 1971. Da esso emerge in modo chiaro e netto quanto sia necessario un incoraggiamento federale più generoso della ginnastica e degli sport. Il Consiglio nazionale va perfino oltre le proposte della Commissione consultiva e decide, malgrado le riserve espresse, di fissare l'insegnamento dell'educazione fisica nelle scuole professionali nella legge federale sull'incremento della ginnastica e dello sport, nonchè di dichiarare obbligatorio questo insegnamento. Ancor più sorprendente è il fatto per cui il Consiglio nazionale si dichiara apertamente a favore di un sussidiamento generale della costruzione d'istallazioni destinate all'educazione sportiva, e questo senza lasciarsi impressionare dalla cifra considerevole rappresentante il probabile montante delle spese. Occorre dire che l'articolo in questione contiene pertanto una certa qual restrizione nella clausola «... nel quadro dei crediti approvati». Questa decisione significa però ad ogni modo che la Confederazione dovrà spendere grosse somme per rispettare la volontà espressa dal Consiglio nazionale e per rispondere appieno alle approvate disposizioni legali.
La Commissione consultiva del secondo Consiglio si riunirà nel gennaio del 1972; il Consiglio degli Stati prevede di trattare il progetto di legge nel corso della sessione del marzo 1972.
Sarà interessante vedere come la Camera bassa interpreterà la voce del popolo, e se accetterà pure le decisioni, piuttosto ardite per le condizioni elvetiche, prese dal Consiglio nazionale. (N.d.r.: Il Consiglio degli Stati si è praticamente allineato, frattanto, al Consiglio nazionale; riferiremo in merito in un prossimo numero).
All'ora attuale, una cosa è certa: la nostra legge federale sulla ginnastica e sullo sport deve essere considerata come un dono di estrema importanza e che marcherà sicuramente l'anno 1972.

Lo sport come medicina preventiva

Armando Libotte

«Lo sport è l'arma principale della medicina preventiva». Sono parole pronunciate dal dott. Kurt Biener in occasione d'un simposio tenuto all'Istituto per la medicina sociale e preventiva di Zurigo, sotto la presidenza del prof. Meinrad Schär. È una formulazione nuova di un vecchio concetto, secondo il quale, per ogni corsia atletica costruita si renderà superflua una corsia d'ospedale.
Purtroppo, se, in sede teorica, si è più o meno d'accordo sul fatto che la pratica sportiva, nelle sue varie forme, serve alla salute pubblica, ben poco si fa affinchè la gioventù venga avviata, su larghe basi, verso lo sport. La carenza più grave la si riscontra tuttora nelle infrastrutture sportive. Mancano i campi sportivi rionali, scarseggiano le palestre, non ci sono sufficienti piscine per la pratica del nuoto autunno-invernale e, dato il generale inquinamento delle acque, anche il nuoto estivo è ora fortemente limitato.
Nel corso del simposio di Zurigo, il dr. Biener, citato in apertura a queste note, ha trattato il tema «la mancanza di movimento dal punto di vista della medicina preventiva». Nella sua relazione, il conferenziere ha elencato i fenomeni patologici insorti negli ultimi 30 anni nel quadro dei cosiddetti «danni della civilizzazione». Si tratta, in primo luogo di malattie dovute alla mancanza di movimento. Tocca alla medicina preventiva — ha detto il conferenziere — di orientare il pubblico sulle conseguenze di una insufficiente attività fisica. Cuore, polmoni, intestini e ossa sono le vittime principali di questo fenomeno, che porta ad un precoce invecchiamento.
Il dr. Franz Wagenhäuser, della clinica anti-reumatica dell'Ospedale cantonale di Zurigo, ha reso attenti sui difetti di portamento e sulle necessità di una precoce terapia atta a correggere questi vizi naturali. Senso del portamento, modo di sedersi, di camminare, di correre, di portare e sollevare pesi sono tanti aspetti del problema, che possono essere risolti solo con una adeguata pratica degli esercizi sportivi e della ginnastica.
Del problema si erano accorti da tempo tutti quanti si occupano da vicino dello sport e dell'educazione fisica. Negli ultimi trent'anni sono avvenuti, in seguito al progresso della tecnica ed al miglioramento delle condizioni sociali, delle trasformazioni sostanziali. Un tempo, la gioventù non aveva bisogno di praticare particolarmente lo sport, in quanto le occasioni per muoversi erano grandi per tutti, in città e fuori. Si pensi solo alle immense distese prative che facevano corona, per esempio, ai grandi agglomerati urbani. Oggi, questo spazio verde è scomparso quasi completamente, ed anche nei villaggi, l'area disponibile per giochi e svaghi all'aperto si riduce sempre più. Purtroppo, mentre ci si preoccupa di creare sempre nuovi palazzi, nessuno tiene conto del fatto, che per ogni agglomerato abitato, ci vorrebbe almeno un adeguato spazio di terreno libero per i giochi e le esercitazioni sportive della gioventù, diventati oggi più che mai indispensabili, come ben si è detto nel simposio zurigano. E se una trentina di anni or sono, la lezione di ginnastica a scuola giovava soprattutto a sciogliere i muscoli dei giovani precocemente induriti dai lavori in campagna e nei boschi, oggi, che questi lavori, fra i giovani, non li effettua più nessuno, le sedute di ginnastica e sport, in seno ai vari gradi della scuola pubblica, dovrebbero essere quadruplicate ed alternate armoniosamente alle lezioni «intellettuali». Occorre, soprattutto, portare gli allievi maggiormente all'aperto, abbinando le uscite, come già avviene in talune località con le «classi di montagna» o la «scuola e sci», a vere e proprie lezioni. Se, come affermano i pedagoghi moderni, il dialogo ha da costituire la base dell'insegnamento moderno, perchè non effettuare questi colloqui docente-allievi in mezzo alla natura, dopo una sana camminata che, oltrettutto, stimola l'intelligenza? È in questo campo, che la scuola dovrebbe soprattutto innovare, anche per vincere la generale pigrizia, che non è solo quella degli scolari.