

# La salute è il più prezioso dei valori dello sport

Lo sport è lo sport. Sempre, comunque e dovunque. E non ne esistono di più o meno importanti e di serie A o di serie B; nemmeno nel caso degli sport olimpici.

Ci sono discipline singole e di squadra, silenziose o chiassose; che si praticano all'aperto o al chiuso, in acqua o sulla neve; in costume da bagno o con tute, caschi e altre protezioni complesse e fantasiose. Ci sono sport che si praticano con la racchetta o con il fucile; con il cavallo o con il cane; in bicicletta o alla guida di macchine supertecnologiche. Ci sono specialità in cui conta la forza e altre in cui, invece, occorrono agilità, velocità, concentrazione, riflessi o grandi capacità mnemoniche.

Le specificità di ogni sport sono così numerose e così diverse che non basterebbe un libro per elencarle e descriverle tutte. Ma c'è, per tutti gli sport, una specie di massimo comun denominatore che li accomuna e che rappresenta il valore forse più importante che rappresenta l'insieme portentoso di tutta una serie di valori che vanno dal rispetto per gli altri (gli avversari, i giudici) alla correttezza e al rispetto delle regole; dal lavoro al senso del sociale. Questo comun denominatore è la "salute". Già, perché lo sport, ogni sport è prima di tutto esercizio e non importa se si tratta di un esercizio fisico o di un lavoro mentale. L'attività sportiva aiuta la riduzione della pressione arteriosa e il controllo del livello di glicemia

e colesterolo nel sangue, aiuta a prevenire malattie metaboliche, cardiovascolari e neoplastiche, artrosi e contribuisce a ridurre il tessuto adiposo in eccesso perché facilita il raggiungimento del bilancio energetico. Appare quindi del tutto logico - per non dire consequenziale o addirittura inevitabile - che lo Stato, nell'ambito della più vasta riforma (peraltro ancora in itinere) del mondo dello sport, abbia deciso, la nascita di una nuova Società per azioni denominata, appunto, Sport e Salute, con il compito di innovare il sistema sportivo italiano, con particolare riferimento alla valorizzazione della funzione sociale dello sport e a grandi temi, tra cui scuola, inclusione sociale, terza età, welfare. Camminare, giocare, andare in bicicletta, socializzare, portare il cane a passeggio o a fare della vera e propria attività sportiva, adottare una corretta alimentazione, mettersi in gioco tentando di superarsi: tutto questo è Sport; tutto questo è Salute. Potrebbe sembrare autocelebrativo ma la Fidasc ha sempre avuto - direi logicamente - la massima attenzione nei confronti di questo fondamentale aspetto dello sport. Infatti, le sue due discipline, Cinofilia e Tiro, che si articolano in una complessa e vasta serie di specialità, traggono origine da attività quotidiane che l'essere umano compie fino dalla sua apparizione sulla terra e sono davvero alla portata di tutti: indipendentemente dal sesso e dall'età. E non servono solamente a mantenersi in forma fisica e psichica con il passare degli anni ma rappresentano, spesso e volentieri, una prodigiosa risorsa per combattere contro malattie gravissime. Quasi a dimostrazione pratica di questa affermazione, in questo numero viene pubblicata una preziosa e illuminante intervista ad una atleta, Tiziana Crocioni, che ricopre il prestigioso incarico di vicepresidente vicario che per lunghissimi anni è stato rivestito dal cav. Domenico Coradeschi.

Tiziana, infatti, rappresenta proprio il valore principe dello sport che l'ha aiutata, insieme alla sua famiglia, non solo a vincere la lotta contro il cancro, ma anche a tornare ad essere una donna piena di interesse e di voglia di vivere. E, soprattutto, una grande campionessa.

**La Fidasc ha sempre avuto la massima attenzione nei confronti di questo fondamentale aspetto dello sport.**



*Le due discipline federali Cinofilia e Tiro, che si articolano in una complessa e vasta serie di specialità, traggono origine da attività quotidiane che l'essere umano compie fin dalla sua apparizione sulla terra e sono davvero alla portata di tutti: indipendentemente dal sesso e dall'età.*