

**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:** 34 (1977)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Il ruolo dello sport nel servizio sanitario norvegese  
**Autor:** Heide, Tore  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1000719>

### **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:** 24.01.2026

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



## Il ruolo dello sport nel servizio sanitario norvegese

dott. Tore Heide

(conferenza tenuta al Panathlon Club di Piacenza)

Cercherò di sottolineare gli aspetti principali che mi sembra possano costruire materia di riflessione, un tentativo di trovare i motivi per i quali in numerosi paesi europei, come per esempio in Norvegia, i cittadini hanno cambiato così tanto l'ambiente dove vivere, dove lavorano, dove godono il tempo libero, dove soffrono le violenze, l'intolleranza, le condizioni disuguali, la miseria, la gelosia, possiamo dire che la vita moderna sta attraversando un momento di crisi, che io credo si possa vedere in una duplice crisi: crisi di principi e crisi di funzioni.

### *Crisi di principi,*

perché lo scopo della vita umana nel tempo passato, attraverso molti secoli e forse millenni, cioè conservare l'esistenza, di sopravvivere, avere i mezzi per l'alimentazione sufficiente, protezione contro ambienti incompatibili e contro nemici, questo scopo non si poteva ottenere senza uno sforzo, un così tributo attivo di ogni singolo individuo.

Anche una tale prestazione attiva non sempre valeva la pena, quando malattie distruggevano donne e uomini, famiglie, popolazioni, casualmente, accidentalmente, senza controllo, senza comprenderlo.

Le grandi epidemie, le malattie infettive potevano battere ognuno, nonostante non fosse servito a nulla tutto quello che lui stesso aveva fatto per conservare la salute, la vita, la famiglia, la tribù.

Con l'evoluzione della tecnologia e la medicina fu possibile proteggere la vita e la salute senza quello sforzo attivo e continuo di ogni individuo. In grazia di progressi sanitari, inoculazioni e vaccinazioni, medicine e farmaceutica, e con l'aiuto dello Stato, l'assicurazione e le mutue, fu possibile, ed economicamente realizzabile, di rimediare al grave rischio della malattia.

Si giunse abbastanza criticamente, abbastanza bruscamente, ad una concezione di diritto alla salute del cittadino che ormai veniva accettato

da tutti i paesi civili, tanto da fare spicco fra le prime parole del preambolo della costituzione della organizzazione Mondiale della Sanità, che, come forse sapete, è il documento primario in campo sanitario a cui aderiscono praticamente tutti i paesi civili del mondo.

Crisi di principi, perché tutta la lotta contro le malattie, la lotta per la sanità, nel tempo passato si poteva combattere con i mezzi tecnici, con denari, al di fuori dell'organismo umano, senza la partecipazione attiva dell'individuo, o con una sola azione, cioè essere vaccinato.

Il singolo cittadino fu protetto con l'acqua potabile sicura, alimenti abbastanza igienici, per l'isolamento dei pazienti negli ospedali, e se una malattia portava con sé la minaccia di rovinare l'esistenza e l'economia del cittadino, ciò fu alleviato con l'assicurazione mutualistica.

I risultati furono, come sanno tutti, che le malattie infettive sparirono, per lo meno come un grave rischio per la salute pubblica.

La mortalità generale e soprattutto la mortalità infantile si ridusse, e la lunghezza della vita aumentò.

La popolazione aveva una sanità generalmente migliorata.

Tutto ciò conduceva ad una situazione, ad un concetto che tutti i problemi sanitari, senza eccezione, si possono risolvere attraverso una maggiore evoluzione tecnica, più denaro, più alto livello del prodotto nazionale.

### *La crisi di funzioni*

è forse più complessa e più profonda della crisi di principi.

Ed è la conseguenza della rapidissima evoluzione che anche la medicina ha subito in questi ultimi anni.

Se noi ci guardiamo indietro di poco, nell'ambito della mia generazione, vediamo che fino a non molti anni fa, le automobili, le macchine elettriche, le altre invenzioni ed apparecchiature della vita



quotidiana, nella casa, furono considerate come un lusso.

Poche persone, persone ricche, privilegiate, le potevano acquistare.

La proprietà di cose simili, privatamente, una macchina per esempio, fu considerata una prova di una vita di successo, fortunata, di alta abilità e di superiorità.

Negli ultimi anni, proprio per effetto delle conquiste della medicina, questa sicurezza delle malattie infettive, questa sicurezza di una salute continua, produsse, per una gran parte della popolazione, la possibilità di lavoro senza interruzione a causa di malattia, la possibilità di una rendita assai sicura per godere il lusso che non molti anni fa era il privilegio di pochi.

Fu uno scopo in se stesso procurarsi quegli articoli tecnici, forse come un sogno di copiare gente privilegiata.

Inizialmente erano mezzi necessari, più tardi articoli superflui, come se fosse l'abbondanza un segno di successo.

Mangiare molto, a volte troppo, non solo per calmare la fame, ma per mostrare a tutti di essere fortunato, fu successivamente una prova di trionfo.

## **Il problema: conservare la salute**

Il possesso di una macchina non serviva soltanto come un modo di trasporto, ma come un simbolo di valore.

I risultati di questa vita, con il nostro comportamento, di godere troppo grandi quantità di calorie, di usare troppo poco la propria macchina fisiologica, furono nuove malattie, profondamente diverse.

Diverse nella nosologia, diverse nelle cause, nella morfologia, dominata essenzialmente da fattori molti dei quali sono dentro di noi e dipendono in gran parte dal nostro modo di vivere.

Sono quelle che diciamo cause comportamentali, cioè dipendono dal nostro comportamento; da tutto quello che facciamo, e non facciamo, dal giorno che veniamo al mondo fino al giorno che lo lasciamo, quindi una etiologia complessa, dall'inizio non precisa, dal decorso prolungato e spesso accompagnato da una dissociazione di quella che è la salute soggettiva e quella che è la salute oggettiva dell'individuo.

Cioè, mentre nella fase precedente ognuno sapeva bene quando si ammalava e quando guariva, ognuno aveva la percezione di essere sano e di essere ammalato, in questa nuova situazione questa separazione fra il sano e il malato diventa sempre più insensibile.

E la soggettività della salute non coincide con la oggettività della salute.

Queste malattie comportamentali o malattie funzionali, combinate con una tendenza degli ammalati a lavorare troppo mentalmente, sotto una

pressione temporale, troppo tabacco od alcool, un rapidissimo cambiamento di temi e problemi, una ricerca di un più alto livello economico, senza una utilizzazione corrispondente e necessaria del corpo fisico.

Si sentono spesso esauriti mentalmente, però di rado fisicamente.

Questa pressione, questo stress, conduce a malattie come l'infarto cardiaco, l'ulcera digestiva, altre malattie non ben definite, senza una causa solitaria necessaria, responsabile della malattia, ma essenzialmente diversa da cause, sempre multiple, che non possiamo seguire completamente, come possiamo seguire le cause delle malattie infettive, che si possono mostrare attraverso una causa, al di fuori dell'organismo nel laboratorio, cioè l'agente morboso.

Tali malattie non possono essere combattute e curate dallo Stato costruendo più ospedali, spendendo più denari, o inventando farmaci migliori.

Il solo modo di controllare queste malattie e di conservare la salute è di comprendere e ammettere com'è la funzione umana vera, non artificiosa.

Una cooperazione fra corpo ed anima, utilizzando tutte le parti dell'uomo, con una funzione ottima e continua di ogni muscolo, articolazione, osso e tutti gli altri organi.

Ma, l'uomo moderno, la vita moderna si oppone ad una vita così funzionante.

Distruggiamo le possibilità di utilizzare il nostro corpo, la nostra salute, per la costruzione delle città, delle strade asfaltate, dei posti di lavoro e campi di ricupero non adatti alla funzione umana. Da ciò la necessità di una revisione anche delle prestazioni mediche, anche una revisione di quella separazione divenuta molto artificiosa tra prevenzione e cura.

Nella medicina, nel servizio sanitario, è necessario rimettere insieme, in qualche modo tutti i piccoli pezzi, la frammentazione della terapia attraverso le inevitabili e sempre più raffinate specializzazioni, la necessità di comporre anche cura e prevenzione, la necessità di riformare un tronco unitario che abbia le sue radici ben capillarizzate nella popolazione.

La necessità di una revisione delle prestazioni mediche.

Ma non è sufficiente.

Le cause delle malattie, sempre dipendenti dal nostro comportamento e non solo di una mancanza di alimentazione, non solo di una presenza di microbi patogenici, queste cause non possono essere combattute senza l'attiva cooperazione dell'individuo.

Una cooperazione continua, ogni giorno e non soltanto quando visita il proprio medico o un centro sanitario.

Questa lotta contro le malattie non si può specializzare in un modo che, oggi penso alla preven-

zione della malattia del cuore, domani alla prevenzione delle malattie del sistema digestivo, un altro giorno si tratta delle malattie delle ossa, delle articolazioni e muscoli, una volta per sempre no, questa lotta contro le malattie, per la salute, deve essere generalizzata nel nostro comportamento, in un cambiamento del modo di vivere, di valori, di principi, di funzioni.

Questo cambiamento deve essere piuttosto un ritorno al modo di vivere che era in concordia con il nostro modo di essere naturale, come esseri biologici, adatti ad un mondo ecologico, in cooperazione con altri esseri biologici, o in lotta contro gli esseri nemici, in un ambito fisicamente di volta in volta pericoloso, a volte amichevole, ma sempre costrittivo nel senso che è stato e deve essere, necessario utilizzare tutta la complessità del corpo e del cervello dell'individuo per vivere, per conservare la possibilità di funzionare.

Come mettere in marcia un movimento per cambiare il sistema di valori della popolazione?

Non si tratta, per lo meno non si tratta solamente, di spendere più denaro, costruire più ospedali, educare più medici.

Non si tratta di costruire più automobili, produrre più alimentari, più apparecchi televisivi.

Non si tratta di costruire più campi sportivi per la concorrenza delle stelle del calcio, le stelle del ciclismo, altre stelle, non si tratta di un servizio per pochi, ma per la massa della popolazione, per tutti.

Ho propriamente detto come mettere in marcia, un cambiamento popolare, con l'attiva cooperazione di tutti, per lo meno tutti che desiderano conservare la loro salute.

Mi sembra ovvio: la risposta deve essere facile.

Mettersi in marcia significa naturalmente tirarsi fuori di casa, dalla poltrona, dalla vita passiva; dall'abuso di tabacco ed alcool, tutti e tutte.

Come ritornare alla vita ecologica e biologica e nello stesso tempo conservare i valori della vita moderna, la risposta forse è più facile.

Si può dire, quindi, che il punto più importante in cui si dovrebbe realizzare il ritorno alla unitarietà biologica e umana è di costruire un movimento popolare accettato ed aiutato dallo Stato, che garantisca all'individuo il diritto alla salute, senza discriminazione alcuna, ed i cittadini, implicitamente con la loro attiva partecipazione.

In modo che lo Stato provveda, la legislazione necessaria per conservare la natura, la possibilità dell'individuo di proteggersi la salute in contatto con la natura, più oltre la legislazione necessaria offrendo una educazione sanitaria con l'intento che ogni cittadino sappia come mantenere la salute e le forze naturali dell'organismo.

In modo che ogni cittadino senta una responsabilità di aiutare anche altri cittadini che accettino questa idea.