Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 51 (1994)

Heft: 11

Artikel: Il contributo dello sport alla salute pubblica

Autor: Zeltner, Thomas

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999792

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: 13.12.2025

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

Il contributo dello sport alla salute pubblica

di Thomas Zeltner, direttore dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP)
traduzione di Ivana Pedrazzoli-Genasci

Il sistema sanitario svizzero è un sistema capillare di cure di eccellente qualità. Le cure mediche sono di regola accessibili a tutta la popolazione svizzera, indipendentemente dal ceto sociale e dal luogo di residenza. La qualità del sistema si spiega con la buona formazione del personale medico, gli stretti rapporti con le facoltà di medicina e le cliniche universitarie, e con il contributo dell'industria farmaceutica.

Il sistema sanitario comporta tuttavia una lacuna: l'individuo viene curato al momento in cui presenta sintomi visibili e a volte anche quando questi sono ormai ad uno stadio molto avanzato. Prendiamo ad esempio il caso delle malattie cardiache o cardio-vascolari, del cancro, o del suicidio. Sappiamo che oggi molte di queste malattie potrebbero essere evitate, e con esse i decessi che ne conseguono. Conosciamo i fattori di rischio che spesso sono legati al modo di vita della gente (tabacco, alcool, abitudini alimentari ecc.) e a certi elementi nocivi legati all'ambiente (stress, traffico, inquinamento ecc.)

Come in molti altri paesi, anche in Svizzera, il sistema sanitario si basa sulla definizione di salute che viene data dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Salute) la quale considera la salute un benessere globale, non solo fisico ma bensì anche psichico e sociale. Ciò implica come conseguenza che bisogna allontanarsi sempre più da un sistema basato unicamente sulle cure mediche, ed evidenziare maggiormente il ruolo del promovimento della salute.

L'idea di prevenzione non è del tutto nuova come si potrebbe pensare; infatti nel nostro paese, nel corso dei secoli, sono stati compiuti enormi progressi a favore della salute della popolazione. Citiamo a questo proposito i vaccini e le prescrizioni in materia d'igiene delle derrate alimentari e dei veleni. Più recente è invece l'orientamento che non tiene più unicamente conto dei diversi fattori di rischio. Sono diventate necessarie altre strategie che non prendono in considerazione unicamente l'individuo ma bensì anche l'ambiente che lo circonda. La nuova presa di coscienza riguardante il promovimento della salute ha preso avvio, in Svizzera, dopo un adattamento di ordine strutturale, con la creazione, nel 1992 in seno all'UFSP, della divisione «Promovimento della salute». Questa si compone di tre sezioni: Sida, Alcool e tabacco, Droga. Nel 1989 è stata creata per iniziativa dei cantoni, e con il sostegno della Confederazione, dell' INSAI e delle assicurazioni private, la Fondazione svizzera per il promovimento della salute.

Da ultimo, tengo ad attirare l'attenzione sul fatto che la nuova legge prevista in materia di assicurazio-

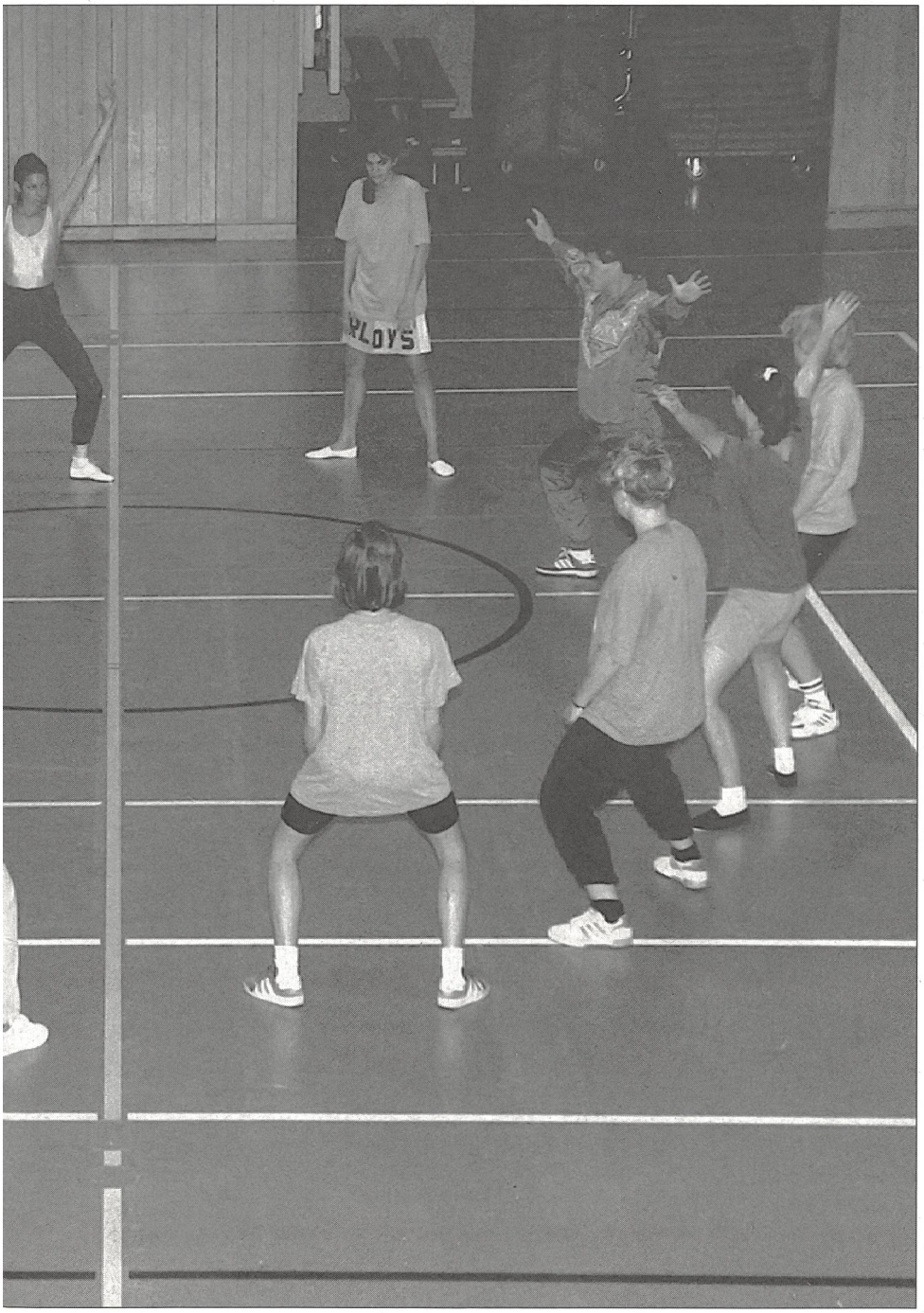
Anche l'educazione fisica scolastica contribuisce al promovimento della salute dei nostri allievi.

ne-malattia impegna le casse malati nel promovimento della salute.

La scuola, quale luogo per il promovimento della salute

Per poter garantire il promovimento sistematico della salute nelle scuole, bisogna innanzitutto che si crei un «clima sociale» favorevole agli allievi e al corpo insegnante. Un clima nel quale l'apprendimento, i conflitti, la vita in comune, il gioco, lo sport e il movimento, si completino armoniosamente e nel quale le esigenze scolastiche e le risorse a disposizione degli allievi continuino ad evolvere in modo equilibrato. Una scuola, dove i ragazzi e i giovani si trovino a loro agio, dove abbiano voglia di scoprire qualcosa di nuovo e dove regni un ambiente di gruppo stimolante. Questa è la scuola che promuove la salute. Per contro, una scuola che è, per i giovani, sinonimo di paura, di sconfitta, di poca stima di sé e di denigrazione permanente, comporta un rischio per la salute.

La scuola non è una scatola nera. Essa prende posto nel quadro di un ambiente in costante evoluzione, con le opportunità e i rischi che ciò comporta. Promuovere la salute nelle scuole significa anche accettare nuove sfide e inserirle in modo adeguato nella vita quotidiana. A riguardo della salute pensiamo principalmente ai problemi di dipendenza (alcool, tabacco, droga, ecc.) nella nostra società, al SIDA, ai crescenti problemi sociali, in seguito all'aumento della disoccupazione giovanile, all'immigrazione e alla violenza.



Il contributo dell'educazione fisica scolastica

A questo punto vorrei esprimermi in merito alle misure di risparmio previste o già in via d'applicazione nell'ambito scolastico. Questa tendenza pone sicuramente un problema per il promovimento della salute. Tali scompensi, di ordine strutturale, non possono essere risolti con misure di prevenzione immediate. Nel corso degli ultimi decenni, lo sport svizzero, a livello scolastico, è radicalmente cambiato.

In che misura l'UFSP può contribuire al promovimento della salute nelle scuole?

Come abbiamo accennato in precedenza, il punto principale del promovimento della salute si situa nell'ottimalizzazione della scuola, considerata come luogo di socializzazione per i nostri ragazzi. In Svizzera, questo compito spetta alle direzioni dei dipartimenti cantonali dell'istruzione pubblica e alle autorità scolari locali. L'UFSP, i responsabili cantonali delle questioni sanitarie, possono unicamente fare delle proposte relative alla concezione della scuola e offrire dei metodi e strutture per integrare in modo funzionale il promovimento della salute nelle scuole. Questo è anche l'obiettivo del progetto «Salute gioventù» che abbiamo lanciato l'anno scorso tramite la Conferenza dei direttori cantonali dell'istruzione pubblica. Lo scopo di tale progetto, organizzato presso l'Istituto romando di ricerca e di documentazione pedagogica di Neuchâtel, è quello di sviluppare idee e possibilità concrete per il promovimento della salute nelle nostre scuole.

L'UFSP appoggia pure diversi altri progetti in materia di promovimento della salute nella scuola. Il sistema dei mediatori scolastici, in

Svizzera romanda (da alcuni anni introdotti anche nelle 5 scuole SPAI ticinesi n.d.r), l'interdisciplinarietà nei cantoni di Basilea e Berna e più recentemente i progetti «Inforjeunes» in Vallese e «Gesundheitsteams» a Berna, ne sono degli ottimi esempi.

Sport e salute

Lo sport suscita in noi dei sentimenti ambivalenti: da una parte lo associamo volentieri all'idea di salute; dall'altra, abbiamo un'immagine piuttosto negativa che ci viene diffusa attraverso i media. Basti pensare al doping, agli incidenti, alla fanatica ricerca delle prestazioni più estreme e a certi comportamenti abusivi. I ricordi di ciò che abbiamo vissuto attraverso lo sport nella scuola, sono anch'essi ambivalenti: il piacere era spesso alterato da certi aspetti poco graditi come lo sprezzo degli insegnanti, gli scherzi dei compagni, ecc.
Sono tuttavia convinto che lo sport possa dare un contributo molto positivo ed efficace per ciò che concerne il promovimento della salute. Questa è anche la ragione per la quale conduciamo, in collaborazione con la Scuola federale dello sport di Macolin, una campagna intitolata: «Droghe o sport?».
Ai giovani piace praticare lo sport. Lo dimostra il fatto che esso è l'attività del tempo libero praticata dal più gran numero di persone.
Ecco perché, dopo l'obbligo scolastico, le 27'000 società sportive rappresentano per i giovani il luogo che meglio si presta alla prevenzione della salute. Per la scuola ciò significa innanzitutto trasmettere agli allievi un'immagine positiva dello sport, che l'accompagni nel corso della vita.
In conclusione, ciò che conta è capire che lo sport non deve essere considerato in modo isolato: il movimento, l'alimentazione, la distensione, la cura del proprio corpo e le relazioni sociali costituiscono i 5 elementi base per un sano modo di vita. Unicamente un giusto equilibrio tra questi elementi ci permette la sperimentazione globale della salute.
Anche la nostra campagna «Droghe o sport?» ha come obiettivo di aprire la via ad un'ampia discussione sul tema della relazione tra sport e salute, e ciò sia da parte del mondo della medicina che di quello dello sport. Il tema risulta oggi essere molto importante anche in considerazione dell'abbassamento dell'età Gioventù+Sport a 10 anni. ■

La scuola può divenire un luogo privilegiato per il promovimento della salute, se offre possibilità di moto sufficienti.