

# Speciale Premio Profilo Donna Junior

di Giulia Budrago

## Lo Sport è vita

Il nuovo ruolo che lo sport può assumere oggi: lo sport come cultura e come legante sociale

A Firenze il 15 novembre 2014 l'associazione Sport 3.0 Foundation ha organizzato un interessante Convegno in merito allo Sport a cui ho avuto il piacere di partecipare.

Si è trattato di un evento di successo, in quanto, grazie alla partecipazione di soggetti di caratura, il messaggio promosso è stato dei migliori. La pratica sportiva dovrebbe divenire, infatti, uno stile di vita. La sua importanza, non solo, consiste nel mantenerci sani fisicamente, ma contribuisce anche, attraverso i valori che gli si attribuiscono, a migliorarci e renderci maggiormente rispettosi verso gli altri.

È ormai risaputo, d'altro canto, che praticare sport sia la migliore e la più efficace medicina per prevenire molte malattie. Recenti studi hanno, infatti, dimostrato che nei soggetti che praticano sport alcune malattie, come il cancro, si presentano con minore intensità e presentano caratteri di recessività.

Lo sport, riveste, anche, un'altra importanza fondamentale, i valori espressi nella sua pratica, disciplina e insegnamento. Sin dall'antichità greca, il praticare sport era considerato un impegno di particolare importanza, a cui piacevolmente i nostri antenati si dedicavano giornalmente; sin al punto da ideare le tanto amate Olimpiadi. Come, inoltre, dimenticare il detto latino *mens sana in corpore sano*, che, nonostante diverse e controverse interpretazioni, sancisce e ha sancito una volta per tutte l'importanza della pratica sportiva?

I migliori valori espressi dallo sport, inoltre, quali la condivisione, la dedizione, il rispetto, il sacrificio, la tolleranza, senza alcun dubbio, possono contribuire a migliorare la nostra società, proprio in un momento di crisi etica come quello che stiamo vivendo oggi. Lo sport dovrebbe rivestire una funzione redimente della carenza di valori caratterizzante la società moderna. Tutto questo è quanto emerso chiaramente dagli interventi effettuati dai diversi relatori dell'Evento.

Lo sport, pertanto, deve considerarsi punto centrale nell'educazione di ogni individuo, tant'è che permane ancora oggi, anche se ingiustificatamente criticata, l'ora di educazione fisica nel programma scolastico, e sempre più spesso gli insegnanti di educazione fisica propongono ai giovani attività sportive extra-scolastiche.

Importante è precisare, però, che quando si parla di sport, come ribadito precedentemente, non si parla solamente di uno sforzo, di un impegno fisico, ma si intende parlare di una cultura, di un insieme di valori che accomunano tutti noi, in grado di creare una coesione, un tessuto sociale, oggi abbastanza frammentato, se non inesistente, non solo tra i giovani, ma anche tra gli adulti. La possibilità di praticare attività sportiva, per questo, dovrebbe essere accessibile a tutti.

Lo sport dovrebbe essere considerato bene comune, date le sue proprietà terapeutiche fisiche e sociali. A tutti, adulti, bambini, giovani, femmine, maschi che siano, ma anche a coloro che non sono nelle condizioni riconosciute convenzionalmente idonee per la pratica di sport, come i disabili, deve esse-



La Dottorssa Giulia Budrago, pupil di Progetto Donne e Futuro nel settore dello sport.

Laureatasi in giurisprudenza presso l'Università Luigi Bocconi di Milano nel 2012 con tesi "Questioni aperte sulla brevettabilità dei farmaci", nell'anno 2013/2014 ha seguito presso l'Università degli Studi di Milano il corso di perfezionamento in diritto sportivo e giustizia sportiva tenuto dal Professore Lucio Colantuoni.

Sua grande passione sono il funzionamento e gli obiettivi di Governance di società, associazioni, federazioni e fondazioni

sportive. Ha praticato, nella sua infanzia, per 12 anni ginnastica ritmica, sport tutto al femminile, si è quindi avvicinata alla disciplina sportiva, oltre che come atleta, da un punto di vista manageriale, grazie al supporto dell'Avvocato Cristina Rossello, Presidente di Progetto Donne e Futuro. Giulia ritiene che l'ambiente sportivo sia ancora significativamente caratterizzato da favoritismi che portano ad una prevalenza prettamente maschile, in quanto non solo da un punto di vista strettamente atletico, le donne vivono una situazione di svantaggio tale per cui atlete che hanno dedicato la loro vita alla propria passione sportiva, pur avendo conseguito considerevoli risultati, quali medaglie olimpiche, si ritrovano ad essere considerate delle dilettanti; ma anche da un punto di vista manageriale, nonostante i significativi progressi ottenuti in seguito all'emanazione della legge sulle quote rosa, il settore sportivo è ancora un ambito di elite per quanto riguarda le posizioni apicali.

re data la possibilità di sperimentare lo sport, di assimilarne i valori, di credere in essi e di condividerli. Le nostre istituzioni, dovrebbero comprendere l'importanza della pratica sportiva, i valori in essa contenuti, l'importanza sociale che riveste per i cittadini. Gli investimenti dedicati al mondo sportivo, che comportano la predisposizione di spazi, l'assunzione di esperti che educino il cittadino alla pratica sportiva, nel breve termine, comporterebbero dei vantaggi significativi per la nostra società. Lo sport, infatti, è anche dimensione di cittadinanza, un cittadino sportivo è un cittadino in salute e felice. Lo sport, grazie alla sua capacità di creare coesione, comunanza e squadra, è anche un'opportunità per creare e consolidare i rapporti fra cittadini, in quanto costituisce un campo di pratica per l'integrazione, che risulta, senza dubbio, di notevole importanza in questo momenti di diffidenza e difficile convivenza.

Lo sport con il suo ingente carico valoriale, quindi, deve essere tenuto in considerazione da tutti, per i suoi numerosi aspetti positivi e, in particolar modo, per il contributo significativo che ha nel migliorare i singoli cittadini. Per poter realizzare ciò, però, è necessario impegnarsi e coordinarsi su diversi fronti, in modo da garantire a tutti la possibilità di praticare sport a ogni livello.