

Sport e Medicina. Il dottor Mario Turani: «Creiamo un collegamento con le società sportive attraverso il coinvolgimento del personale sanitario»

Successo per il «Corso di Posturologia»

BERGAMO - Quanto è importante osservare i problemi di postura di un atleta e intervenire in tempo per evitare che questi possano peggiorare? È questa la domanda alla quale il dott. **Mario Turani** cerca di rispondere nel suo "Corso di Posturologia Sportiva LND", giunto venerdì scorso alla fase pratica del livello Base.

Da tempo il dott. Turani mette in luce sulle nostre pagine quanto una corretta attenzione dei movimenti sia importante per un calciatore e con questa iniziativa viene finalmente data la possibilità a medici, atleti e dirigenti sportivi di confrontarsi sul tema con l'apporto di uno staff esperto che ha convinto persino la Lega Nazionale Dilettanti Italiana.

Così abbiamo incontrato il nostro dottore prima della lezione per spiegarci nel dettaglio questo progetto:

«Il nostro non è solo il primo corso a livello nazionale di posturologia sportiva, ma molto più. Non vogliamo proporre pura e semplice teoria, ma creare un collegamento con le società sportive attraverso il coinvolgimento del personale sanitario che non vogliamo intralciare, ma aiutare. Tutto questo rientra in qualcosa di più ampio e importante chiamato "Progetto Postura LND" che da cinque anni stiamo portando avanti a livello nazionale col supporto del presidente Tavecchio».

Quindi tra gli obiettivi non c'è solo la sensibilizzazione sul tema, ma anche la creazione di una rete di contatti che lavora sullo scambio di idee e feedback.

«Esattamente. Qua a Bergamo abbiamo la "Segreteria Progetto Postura Nazionale" dove riceviamo mail, pareri e osservazioni che mirano al confronto e alla creazione di un linguaggio comune sulla tema, sempre nel reciproco rispetto delle competenze. Perché è importante che ci sia sempre qualcuno a fare il primo passo per aiutare gli altri».

L'idea sembra più che positiva, com'è stata accolta dalle società?

«Direi bene, al corso hanno aderito più di quaranta persone di diverse società calcistiche. Magari non sembrano tanti visti i numeri del calcio a questi livelli, ma siamo ottimisti che queste cifre possano aumentare».

Difficile non sia così, con i dolori dovuti alla postura sempre più frequenti tra i giovani.

«È vero, quello della postura è un problema molto esteso. Per questo cerchiamo di dare a tutti la base per notare in tempo i difetti di postura e segnalarli. In questo modo si possono evitare problemi che in futuro possono diventare più gravi».

Quindi il tipo di atleta sul quale è più focalizzato il corso è quello in fase di sviluppo?

«Esatto. Noi tendiamo a intercettare i bambini nella fase pre-adolescenziale, un'età difficile dove molti genitori credono sia ancora presto per intervenire, ma è proprio da piccoli dove basta poco a risolvere un problema. Ogni piccolo dettaglio è importante, anche il come si affronta la salute dentale o difetti alla vista può influenzare questo tipo di problemi».

Il lavoro insomma sembra andare bene, vuole ringraziare qualcuno per questo?

«In primis l'amico Carlo Valenti Delegato Provinciale LND di Bergamo, poi il Presidente Regionale LND Felice Belloli ed il Presidente Nazionale di Lega Carlo Tavecchio che mi hanno sempre sostenuto in questo progetto. Il mio compagno di scuola, l'ex-Atalanta Daniele Filisetti, membro dello Staff Unità Posturale LND unitamente agli altri collaboratori Giovanni Maver, Giovanni Corna e Davide Radaelli che si dedicano anima e corpo a questo progetto, senza dimenticare tutti quelli che ci seguono e che danno un senso al nostro lavoro, compreso il vostro giornale».

Kevin Massimino



Alcune immagini dal «Corso di Posturologia Sportiva LND» di venerdì sera a Bergamo: qui sopra, da sinistra, Giovanni Maver, Mario Turani, Carlo Valenti, Daniele Filisetti, Giovanni Corna e Davide Radaelli

