

Il Como veste ALT contro la trombosi

Le ragazze della A femminile al fianco dell'Associazione «Lo sport è Salute e divertimento»

FRANCESCA SALSANO

Non fumare, evitare l'alcool, fare movimento, mangiare sano. Non è essere banali e ripetitivi, attenzione. Qui si tratta di essere consapevoli dell'importanza di seguirli, questi principi apparentemente banali. Quelli citati sono alcuni dei punti del «Manifesto della Salute», presentato ieri a parco Sempione dal presidente di ALT (Associazione per la lotta alla trombosi) Lidia Rota Vender, nell'ambito della *giornata rosa* che promuoveva - in collaborazione con La Gazzetta dello Sport, sul palco anche il direttore Andrea Monti - la campagna «ALT: la Salute è rosa» e l'impegno dell'associazione nel diffondere la cultura della prevenzione delle malattie cardiovascolari. «Non ammalarsi non si può - spiega la dottoressa Rota Vender -; ma prevenire, eccome se si può. La verità è che il decalogo impone di rispettare consigli semplici, e a noi le cose semplici non piacciono mai. Ho scritto un libro su dieci donne colpite dalla trombosi che ce l'hanno fatta: ma perché non prevenire il nemico, la malattia, prima ancora che diventi tale?».

Le maglie del Como Un messaggio forte all'intera categoria femminile, la più soggetta a questo male, e un tema sociale sposato dal Como2000, squa-

dra di calcio donne che gioca in serie A e per la stagione vestirà la maglia con il logo ALT. «La società è sensibile alle iniziative sociali - ha detto il presidente Antonio Aquilini -, questa ci stava molto a cuore». Poi un siparietto con il capitano Michela Pellizzoni: «Non parliamo di squadra giovane, che io sono una '79... - scherza -. Cosa mi ha spinto a uno sport maschile e maschilista? La passione, i miei si sono rassegnati. Siamo un gruppo unito, non vediamo l'ora di iniziare il campionato (sabato prossimo, ndr). Il logo ALT ci dà una marcia in più, seguiamo uno stile di vita da atlete e non è un sacrificio».

Sport uguale Salute A darle ragione l'olimpionica Arianna Errigo, entusiasta della campagna: «Lo sport non leva nulla, semmai dà: la salute appunto. Si può seguire il decalogo ed è pure divertente. Perché fare sport, anche ai miei livelli, è divertimento». Dunque sana alimentazione e attività fisica: come ha ricordato la dottoressa Rota Vender, «Lo sport è l'anti-malattia per eccellenza». Un altro principio semplice, che non significa banale.

© RIPRODUZIONE RISERVATA





Le ragazze del Como con la maglia di ALT, davanti alla GazzaMobile IPP