

# «No alla corsa anche da soli. È un rischio»

Il medico sportivo Casasco: fate attività in casa. Andare fuori è venir meno a un dovere civico

## Il profilo



● **Maurizio Casasco**, 64 anni, è il presidente della Federazione medico sportivo italiana (**Fmsi**)



Il calcio? Finiamola di parlare di quando riparte il campionato. È ridicolo rispetto a quello che succede

## Il rigore

«Vivo a Brescia. Sono d'accordissimo con chi sostiene una linea di estremo rigore»

## L'esperto

**ROMA** «No alla corsetta, anche se in solitario è comunque un modo di esporre noi stessi e la comunità al rischio di contagio. Chi esce per jogging tende a sostare presso le panchine, fermarsi per lo stretching. Abitudini da dimenticare». Francesco Casasco, presidente della Federazione europea medici dello sport e di quella italiana, parla da Brescia, dove abita, segregato. «Vado una volta al giorno in studio perché devo farlo. Per il resto seguo alla lettera le misure di prevenzione».

**Niente corsa per strada, neppure in quelle meno battute e in orari controcorrente?**

«No, correre per la strada è una fuga dai propri doveri civici ed è un rischio ulteriore. Sono d'accordissimo con chi sostiene la linea di estremo rigore. Non ci devono essere zone grigie nei nostri comportamenti. E poi mi chiedo, all'improvviso gli italiani sono diventati tutti così sportivi? Mah...».

**E chi vuole tenersi in forma?**

«L'attività dentro casa è un buon sostitutivo anche in mancanza di giardino e terrazzo. Ci sono chat e programmi web che propongono schemi di allenamento per

ogni livello. Bastano un tappetino e, per chi l'ha, una cyclette. Il virus quando arriva non fa condoni né sanatorie».

**Avete annunciato lo stop per il settore giovanile scolastico fino al 30 giugno. La stagione è finita?**

«Sì. Inutile tergiversare. La gente ha bisogno di certezze, si riprende a settembre».

**Lei è presidente anche europeo. Cosa stanno facendo le altre federazioni sportive?**

«L'esperienza italiana è vista come un modello da seguire non solo perché siamo il primo Paese occidentale ad affrontare questa emergenza, ma anche in quanto noi siamo sempre stati un punto di riferimento, come federazione medica del Coni e come società scientifica. La nostra specialità è nata qui con l'istituzione di un corso post laurea di 4 anni».

**Il mondo dello sport come la sta prendendo?**

«Smettiamola di parlare di quando riparte il campionato. In questa fase così difficile per la nazione dobbiamo avere senso di responsabilità. Ognuno deve rinunciare a una parte dei propri interessi. Sportivi, professionisti, presidenti di federazione, chi tratta i diritti televisivi del calcio. Rispettiamo la scala dei valori. Spazziamo il campo da preoccupazioni ridicole di fronte a quanto sta succedendo».

**Margherita De Bac**  
mdebac@rcs.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

