



## EL VALOR DEL DEPORTE EN EL SIGLO XXI

El deporte como herramienta de salud

El deporte, esencial para la vida de las personas

La primera charla coloquio del nuevo ciclo de conferencias **“El valor del Deporte en el siglo XXI”** de este año 2021, un ciclo organizado por la Fundació Barcelona Olímpica y el Institut Barcelona Esports, estuvo dedicada al papel fundamental del deporte como herramienta de salud en todos los escenarios y situaciones, pero aún más en el contexto de más de un año de pandemia de la COVID.

Bajo el título **“Deporte como herramienta de salud – el deporte, esencial para la vida de las personas”**, se abordaron algunos de los valores y las virtudes del deporte, entendido como una herramienta de salud que aporta incontables beneficios en todos los niveles: no solo físico, también mental, inmunológico y emocional. **“El deporte es un servicio esencial y no se entiende demasiado que haya sido uno de los sectores más afectados en esta época convulsa que nos ha tocado vivir, porque siempre transmite mensajes en positivo y aporta una serie de beneficios imprescindibles en época de pandemia”**, destacó el presidente de la Fundació Barcelona Olímpica y concejal de Deportes del Ayuntamiento de Barcelona, David Escudé.

Se contó con la colaboración de tres invitados expertos en la materia. El primero en intervenir fue la médico especialista en medicina del deporte Mariona Violán. **“Salud es bienestar y hacer actividad física es hacer salud. Y si el virus aparece, que nos coja trabajando físicamente y muscularmente”** explicó Violán, que añadió que **“el deporte está presente en ocho de los diecisiete objetivos del desarrollo sostenible”**.

También intervino Gerard Esteva, dirigente deportivo, que lamentó que **“Salud nos ha cerrado 8 veces desde el inicio de la pandemia”** y que, por tanto, el sector deportivo de Catalunya **“ha tenido que reinventarse, unir esfuerzos y fusionarse”** para sobrevivir. Esteve destacó que **“el Ayuntamiento de Barcelona en seguida se puso las pilas y tuvo una respuesta inmediata y positiva a consecuencia de la crisis de la COVID, y gracias a esto salvó clubs y centros deportivos, a los que los ingresos les desaparecieron, pero los gastos no pararon”**.

El tercero de los expertos invitados fue August Tarragó, presidente de la Asociación de Empresarios de Clubs Catalanes de Actividad Física (ADECAP) y profesor de la Facultad Blanquerna de la Universidad Ramon Llull. **“A raíz de la pandemia, en Catalunya se han perdido el 45% de abonados y el 50% de la facturación”**, lamentó Tarragó, para quien **“necesitamos más responsabilidad por parte de la administración pública porque no ha estado a la altura en estos momentos: no debería descansar hasta que todo el mundo practique actividad física y se note verdaderamente que se considera un servicio esencial”**. Por otro lado, reivindicó la necesidad de **“poner en marcha una gestión postcovid para empezar a establecer medidas que ayuden a recuperar la salud del sector del deporte”**.

La charla coloquio también contó con una fila cero en la que había dos invitadas. Una de ellas, Sandra Nogués, presidenta de la Sección de psicología del Deporte del Colegio Oficial de Psicología de Catalunya. **“El efecto de la pandemia del coronavirus a nivel mental i de estrés ha traído un cambio de paradigma y de valores, y aquí es donde entra el deporte y la actividad física, convertidos en una vacuna para la sociedad”**, según Nogués, para quien **“el deporte ayuda claramente a regular respuestas emocionales”**.

También estaba Anna Jordana, investigadora en psicología del Deporte y la Salud en el Grupo de Estudios en Psicología del Deporte de la UAB, que presentó algunas conclusiones del estudio que ha llevado a cabo con deportistas adolescentes sobre el impacto de la COVID y el confinamiento en la salud mental de los que desarrollan una carrera dual. **“Ciertamente hay pocos casos en los que el impacto haya sido elevado, es un grupo reducido pero los resultados son preocupantes”**, destacó Jordana.

La charla coloquio no tuvo público presencial, pero sí virtual, a través de Youtube y de la página web del Institut Barcelona Esports, y se registraron más de 300 visualizaciones. Los asistentes también pudieron hacer preguntas desde casa a los ponentes.

**Jordi Fandiño Maseras**

Periodista deportivo de TV3