



EL VALOR DE L'ESPORT EN EL SEGLE XXI

L'esport com a eina de salut

L'esport, essencial per a la vida de les persones

La primera xerrada col·loqui del nou cicle de conferències **“El valor de l'Esport al segle XXI”** d'aquest any 2021, un cicle organitzat per la Fundació Barcelona Olímpica i l'Institut Barcelona Esports, va estar dedicada al paper fonamental de l'esport com a eina de salut en tots els escenaris i situacions, però encara més en el context de més d'un any de pandèmia de la COVID.

Sota el títol **“L'Esport com a eina de salut - l'esport, essencial per a la vida de les persones”**, es van abordar alguns dels valors i les virtuts de l'esport, entès com una eina de salut que aporta incomptables beneficis a tots els nivells: no només físic, també mental, immunològic i emocional. **“L'esport és un servei essencial i no s'entén massa que hagi estat un dels sectors més afectats en aquesta època convulsa que ens ha tocat viure, perquè sempre transmet missatges en positiu i aporta una sèrie de beneficis imprescindibles en època de pandèmia”**, va destacar el president de la Fundació Barcelona Olímpica i regidor d'Esports de l'Ajuntament de Barcelona, David Escudé.

Es va comptar amb la col·laboració de tres convidats experts en la matèria. El primer en intervenir va ser la metge especialista en medicina de l'esport Mariona Violán. **“Salut és benestar i fer activitat física és fer salut. I si el virus apareix, que ens agafi treballats físicament i muscularment”** va explicar Violán, que va afegir que **“l'esport és present en vuit dels disset objectius del desenvolupament sostenible”**.

També va intervenir Gerard Esteva, dirigent esportiu, que va lamentar que **“Salut ens ha tancat 8 vegades des de l'inici de la pandèmia”** i que, per tant, el sector esportiu de Catalunya **“s'ha hagut de reinventar, unir esforços i fusionar”** per sobreviure. Esteva va destacar que **“l'Ajuntament de Barcelona de seguida es va posar les piles i va tenir una resposta immediata i positiva arran de la crisi de la COVID, i gràcies a això va salvar clubs i centres esportius, a qui els ingressos els van desaparèixer però les despeses no se'ls van aturar”**.

El tercer dels experts convidat va ser August Tarragó, president de l'Associació d'Empresaris de Clubs Catalans d'Activitat Física (ADECAF) i professor de la Facultat Blanquerna de la Universitat Ramon Llull. **“Arran de la pandèmia, a Catalunya s'ha perdut el 45% dels abonats i el 50% de la facturació”**, va lamentar Tarragó, per a qui **“fa falta més responsabilitat de l'administració pública perquè no ha estat a l'alçada en aquests moments: no hauria de descansar fins que tothom practiqui activitat física i es noti de debò que es considera un servei essencial”**. D'altra banda va reivindicar la necessitat de **“posar en marxa una gestió postcovid per començar a establir mesures que ajudin a recuperar la salut del sector de l'esport”**.

La xerrada-col·loqui també va comptar amb una fila zero en què hi havia dues convidades. Una d'elles, Sandra Nogués, presidenta de la Secció de

psicologia de l'Esport del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya. **“L'efecte de la pandèmia del coronavirus a nivell mental i d'estrès ha portat a un canvi de paradigma i de valors, i aquí és on entra l'esport i l'activitat física, convertits en una vacuna per a la societat”**, segons Nogués, per a qui **“l'esport ajuda clarament a regular respostes emocionals”**.

També hi era l'Anna Jordana, investigadora en psicologia de l'Esport i la Salut al Grup d'Estudis en Psicologia de l'Esport de la UAB, que va presentar algunes conclusions de l'estudi que ha portat a terme amb esportistes adolescents sobre l'impacte de la COVID i el confinament en la salut mental dels que desenvolupen una carrera dual. **“Certament hi ha pocs casos en què l'impacte hagi estat elevat, és un grup reduït però els resultats són preocupants”**, va destacar Jordana.

La xerrada-col·loqui no va tenir públic presencial, però sí, virtual, a través de Youtube i de la pàgina web de l'Institut Barcelona Sports, i va registrar més de 300 visualitzacions. Els assistents també van poder fer preguntes des de casa als ponents.

Jordi Fandiño Maseras

Periodista esportiu de TV3