

## I ciclisti del Tour de France vivono in media sei anni di più del resto della popolazione maschile ...



... lo ha stabilito un gruppo di lavoro formato da esperti di diverse istituzioni sanitarie e universitarie francesi che ha preso in considerazione i ciclisti di nazionalità francese che hanno corso per almeno una volta il Tour dopo il 1947. In totale sono stati analizzati 786 ciclisti pari al 30% di tutti gli iscritti al Tour del periodo 1947 – 2012.

La conclusione cui sono giunti i ricercatori è che la mortalità registrata in questo gruppo è del 41% inferiore a quella del resto della popolazione francese.

Se si scende nel particolare si vede che la mortalità è inferiore del 41% per il cancro, del 72% per le cause respiratorie, del 33% per i problemi cardio-vascolari. Queste riduzioni di mortalità sono associate ad un aumento della durata di vita, calcolata in 6,3 anni in più rispetto a quella registrata dalla popolazione totale.

Anche la mortalità dovuta ad incidenti traumatici non è superiore a quella della popolazione di sesso maschile.

Per spiegare risultati epidemiologici così netti lo studio cita le predisposizioni (specialmente genetiche) ma soprattutto le relazioni ormai assodate fra salute e attività fisica e il fatto che molti dei soggetti studiati hanno continuato a praticare il ciclismo anche dopo aver abbandonato la carriera professionistica. Particolare rilievo è stato dato al fatto che fra gli ex-ciclisti ben pochi sono i fumatori.

Non è mancato il riferimento ai possibili effetti dell'uso di farmaci stimolanti (doping). Gli effetti delle pratiche dopanti sulla durata di vita è stato analizzato in riferimento a tre periodi:

- 1950 - 1960, epoca delle anfetamine;
- 1970 – 1980, in cui venivano usati soprattutto gli steroidi anabolizzanti
- 1990 – 2012, caratterizzati dall'uso di EPO e di ormoni della crescita.

Lo studio è arrivato alla conclusione che l'uso di anfetamine e di steroidi anabolizzanti non ha ridotto le aspettative di vita dei ciclisti francesi. Il giudizio è invece stato sospeso riguardo ad EPO e ormoni della crescita poiché queste porcherie sono state assunte da atleti in epoca recente e statisticamente ci vorranno ancora anni per valutare le conseguenze.

*“Va sottolineato – scrive Antonella Labellarte - che, a differenza di quanto accaduto per altri sport, non è stata rilevata una causa prevalente di morte come ad esempio quella da cause neurodegenerative, tre volte più alta nei giocatori di football americano rispetto alla popolazione generale, o quella legata alla comparsa di sclerosi laterale amiotrofica nei calciatori. (...) La capacità di competere in una gara così impegnativa potrebbe di per sé aver selezionato un campione di individui genericamente più sani, geneticamente meno suscettibili alle malattie. Il lavoro lascia irrisolta la questione relativa alla quantità di esercizio ottimale e il rapporto rischio-beneficio degli sport di endurance.”* (<http://www.centrolottainfarto.org/newsletter/135-maggio-2014/1868-tour-de-france-troppo-sport-fa-male-o-fa-bene.html>).

**Lo studio citato è:**

Marijon E, Tafflet M, Antero-Jacquemin J, El Helou N, Berthelot B, Celermajer DS, Bougouin W, Hermine O, Empana JP, Rey G, Toussaint JF\*, Jouven X\*.

*"Mortality of French participants in the Tour de France (1947–2012)"*

*European Heart Journal.* September 2013

Liberamente tratto da:

<http://www.inserm.fr/espace-journalistes/les-cyclistes-du-tour-de-france-vivent-6-ans-de-plus-que-la-population-francaise?sa=X&ved=0CBwQ9QEwA2oVChMIv8vVnYz7xgIVBtUsCh0KWACw>