

La Commissione europea e le persone che agiscono a loro nome non sono responsabili dell'uso che potrà essere fatto delle informazioni contenute in questa pubblicazione



REDAZIONE

presso la
Delegazione
territoriale
italiana di
ITACA,
Associazione
europea
degli operatori
professionali
delle
tossicodipendenze
in
via Tripoli 110
00199 Roma
tel. 06 8638 1988
fax 06 8638 2176
e-mail
itacaitalia@itaca
italia.it

DIRETTORI

Luigi Cancrini e Maurizio Coletti

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Raffaella De Rosa
telefono 06/80692170

COMITATO DI REDAZIONE

Siviero Albani (Roma)
Emilia Aronica (Milano)
Francesco Colacicco (Roma)
Valerio Costa (Trento)
Stefano Giuliodoro (Ancona)
Amedea Lo Russo (Venezia)
Piergiorgio Semboloni (Genova)
Enrico Tempesta (Roma)
Giuseppe Vaccari (Modena)

COMITATO SCIENTIFICO

Juan Antonio Abeijon (Bilbao)
Pierre Angel (Parigi)
Eric Broekaert (Ghent)
Domingo Comas (Madrid)
Trinidad Coll. (Mallorca)
Ana Gomes (Lisbona)
Victor Martì (Barcelona)
Roberto Merlo (Bologna)
Valeria Pomini (Atene)
Edle Ravndal (Oslo)
Ambros Uchtenhagen (Zurigo)

COMPETITIVITÀ E DOPING: ESISTE UNA CONNESSIONE?

“Quando un uomo prende a lottare con se stesso/Allora è il suo valore”

(R. Browning)

Non basta più la sola vittoria, bisogna stravinccere e stupire ad ogni occasione: ecco il vero male dello sport

Nella sua relazione al workshop europeo “Il doping negli sport amatoriali ed in quelli in palestra: analisi preliminare di un fenomeno e discussione sulle possibili strategie di intervento” (Modena, 28 settembre 2001), l’olimpionico Masala sottolinea l’importanza di prevedere per gli atleti l’informazione sugli effetti delle singole sostanze dopanti e di ridurre i fattori che ne incoraggiano l’uso.

In his report to the European Workshop “Doping in Amateur Sports and Gyms” (Modena, 28 September 2001) the Olympic gold medalist Daniele Masala underlined the importance of providing the athletes with information on the side-effects of particular performance enhancing drugs and reduce the factors which encourage their use.

Buon pomeriggio a tutti e grazie per questa opportunità che mi è data. Intervenire in un convegno di questo livello è per me di grande soddisfazione. Non sono un operatore del settore specifico del doping, ma sono oltre trent’anni che vivo lo sport in tutte le sue angolature: prima come atleta di base, quindi come atleta semi – professionista, quindi da allenatore, passato poi ai quadri dirigenziali ed infine da genitore e docente universitario in Scienze Motorie.

La domanda che mi si è posta per questo intervento è: esiste il doping o meglio esiste una connessione fra lo sport d’alto livello e il doping? Quali sono le motivazioni di certe azioni?

Io propongo di impostare il discorso in un altro modo e cioè: “Lo sport è malato di doping?”. Voglio subito dare una risposta ferma e certa: lo sport non è malato, anzi, è lo strumento giusto per prevenire e combattere le avversità psicofisiche. Non si riesce ad immaginare un atleta malato, perché lo sport è sinonimo di salute, di gioventù, di slancio e serenità.

Non dobbiamo però illuderci e mettere la testa sotto la sabbia per non vedere la realtà: il fenomeno doping esiste, purtroppo, e forse è stato sottovalutato per troppo tempo. Probabilmente si è voluto spingere gli atleti oltre i limiti, esasperando l’attività agonistica stessa, specialmente in alcune discipline e sicuramente da parte di alcune Federazioni Internazionali si poteva intervenire meglio.

Vi sono stati momenti in cui se ne è parlato troppo poco e altri momenti, invece, nei quali se n’è parlato troppo, anche in maniera speculativa.

Oggi, finalmente superati i due momenti (speriamo), si entra in una fase dove è giusto analizzare il problema e si devono individuare le risposte ferme e precise sia da parte del mondo sportivo Cio – Federazioni Internazionali – Comitati Olimpici Internazionali, sia da parte degli Stati, alcuni dei quali nel passato hanno dimostrato indifferenza al problema.

Dobbiamo altresì ammettere che in passato alcune pratiche sportive, nell’attività

Daniele Masala

medaglia d’oro olimpica di Pentathlon moderno, componente del Comitato Italiano Sport contro droghe e doping

di vertice, in alcuni momenti, erano “dopate” Questo è un passaggio fondamentale per guardare meglio alle soluzioni future, per scindere le responsabilità e attuare le giuste politiche preventive ed informative...

L'informazione: è fondamentale sia nel bene che nel male. Abbiamo detto che se ne è parlato troppo o troppo poco a seconda delle necessità economiche di questo o quello. Non dobbiamo nascondere che il fenomeno doping è scoppiato a campionato italiano di calcio chiuso, in vacanza e che quelle notizie di Zeman hanno dato l'occasione di vendere di nuovo tantissimo, anche in un momento di stanca.

Io personalmente ho un'esperienza invece esattamente opposta sull'informazione. Per tre anni, dal 1986 al 1989, sono stato membro della “Commissione atleti” del Comitato Internazionale Olimpico. Erano presenti a quel tavolo nomi altisonanti come Ken Read, Edwin Moses, Seb Coe, e molti altri...

Generalmente in ogni incontro si finiva per discutere sul doping e della sua diffusione all'Est Europa e Asia. Erano discorsi che probabilmente tendevano a salvaguardare le performance degli atleti occidentali che notoriamente andavano a confrontarsi con colleghi poco “corretti”.

Nel proseguo delle consultazioni (almeno tre all'anno) è maturata in noi tutti la convinzione che il problema non era soltanto il doping nella sua essenza, ma eravamo arrivati alla conclusione del fatto che il 90% della popolazione agonista non conoscesse gli effetti negativi retard che esso procurasse. C'era quindi un problema da superare: la comunicazione. Come combattere l'ignoranza dei nostri colleghi d'oltre cortina e far saper loro quegli effetti?

Si arrivò alla conclusione che dovevamo produrre delle video cassette che spiegavano il problema, tradurle in tutte le lingue e distribuirle nelle competizioni più importanti per ogni disciplina. Tutto questo non si è mai realizzato. Ci riunivamo ... producevamo quintali di documenti, di proposte di tentativi di soluzioni al problema, ma mai niente è uscito da quella stanza a Losanna. Decisi di andar via dal Cio e non perdere più tempo che potevo dedicare ad altre cose.

Questo aneddoto spiega, forse, che non c'è mai stata una volontà certa nei vertici dirigenziali sportivi a combattere questo fenomeno: gli atleti devono fare spettacolo, devono fare i record, devono riempire gli spalti di persone che tifano e pagano il biglietto. Non possiamo pensare ad una riunione agonistica senza che si possa battere un record del mondo. Non basta più la sola vittoria, bisogna strappare e stupire ad ogni occasione: ecco il vero male dello sport.

Allora mi sovviene che questa lotta è impari e che non sarà mai del tutto vinta.

La lotta al doping può essere rappresentata dall'immagine di un tavolo con quattro gambe:

1. la volontà politica che combatte realmente il fenomeno in modo eguale ad ogni latitudine e longitudine del globo
2. sono i laboratori (serietà, incorruttibilità, aggiornamenti ecc...)
3. numero di campioni prelevati (anche con prelievi a sorpresa nell'intero mondo agonistico e geografico)
4. il regolamento (chiaro e uniforme per tutte le discipline)

SENZA LE QUATTRO GAMBE IL TAVOLO TRABALLA

Il fenomeno doping sta assumendo sempre più importanza a livello mondiale in virtù sia dei potenziali effetti sulla salute degli atleti, sia per i sempre maggiori interessi economici correlati agli eventi sportivi. Alcuni Organismi internazionali al fine di tentare di prevenire ed argi-

Lo sport non è malato di doping, anzi, è lo strumento giusto per prevenire e combattere le avversità psicofisiche

nare la diffusione del doping, hanno emanato diverse Convenzioni, prevedendo di testare non soltanto le urine ma anche il sangue degli atleti. Tuttavia, l'uso e l'abuso dei farmaci nello sport sembra in continua crescita.

In Italia la lotta al doping nello sport ha avuto una decisa accelerazione soltanto di recente: da tre anni è in atto la campagna "Io non rischio la salute", cui partecipano tutti i potenziali atleti olimpici, ed è stata recentemente approvata in via definitiva la legge di tutela sanitaria delle attività sportive e di lotta contro il doping. Il doping viene spesso vissuto dagli atleti come mezzo che consente di migliorare le prestazioni, ignorando il potenziale danno alla salute dell'individuo che potrebbe derivarne, sia sul fisico che sulla psiche. Tale convinzione comporta una seria sottovalutazione del fenomeno ed è per questo che il doping non rappresenta più un problema legato solo al mondo dello sport, ma può costituire una vera e propria emergenza di sanità pubblica.

Allo scopo di tentare di valutare conoscenze, attitudini e comportamenti degli atleti italiani nei confronti del doping, per poter predisporre un intervento efficace di educazione alla salute in ambito sportivo, è stato avviato uno studio nel Centro-Sud Italia, prima dell'emanazione della nuova normativa anti-doping.

L'indagine ha previsto la somministrazione di un questionario, la cui validazione è avvenuta nel corso di uno studio pilota.

Nel periodo giugno-dicembre 2000, il questionario è stato sottoposto ad atleti dilettanti delle seguenti discipline:

- atletica
- calcio
- ciclismo
- nuoto
- pallacanestro
- pallamano
- pallavolo
- pugilato
- arti marziali

La somministrazione è avvenuta nelle province di Frosinone e Latina (Basso Lazio), e di Napoli ed Avellino (Campania), da parte di personale della Cattedra di Igiene dell'Università di Cassino e del Servizio di Medicina dello Sport della Seconda Università di Napoli.

La numerosità campionaria è stata determinata su base provinciale, calcolata nella misura del 5% degli iscritti alle federazioni degli sport su menzionati, nella fascia di età 16-35 anni.

Le risposte ai questionari sono state inserite in un database relazionale e successivamente analizzate con il pacchetto statistico Spss. L'analisi statistica ha previsto l'impiego del test del χ^2 per valutare l'esistenza di differenze nelle risposte fra gruppi, considerando statisticamente significative quelle con un valore di $p < 0.05$. Nell'analisi delle differenze fra gruppi sono state effettuate valutazioni relativamente al sesso degli atleti ed al tipo di sport praticato (sport individuale o di squadra).

Ora sembrerà che dia i numeri, ma la ricerca, per altro interessante, è colma di percentuali necessarie a interpretare una situazione che, credetemi, è risultata sorprendente anche per me.

Probabilmente si è voluto spingere gli atleti oltre i limiti, esasperando l'attività agonistica stessa

Come dicevamo, hanno partecipato all'indagine 1.056 atleti, di età compresa fra i 16 ed i 35 anni, di cui 660 maschi (62.5%) e 396 femmine (37.5%).

In tabella 1 sono riportate le caratteristiche degli atleti partecipanti l'indagine.

Tabella 1
Caratteristiche degli atleti partecipanti l'indagine

Caratteristiche	N.	%
Sesso		
Maschi	660	62.5
Femmine	396	37.5
Regione di residenza		
Lazio	479	45.4
Campania	577	54.6
Fascia di età		
< 18 anni	272	25.8
18-23	472	44.7
24-29	225	21.3
30-35	87	8.2
Ore di sport praticate settimanalmente		
8 ore o più	442	41.9
4-7 ore	415	39.3
1-3 ore	178	16.9
meno di 1 ora	17	1.6
non rispondenti	4	0.4
Tipo di sport		
atletica	157	14.9
calcio	280	26.5
ciclismo	28	2.7
nuoto	23	2.2
pallacanestro	121	11.5
pallamano	28	2.7
pallavolo	289	27.4
pugilato	27	2.6
arti marziali	93	8.8
non rispondenti	10	0.9

Il doping viene considerato una pratica diffusa nello sport ad alto livello dal 27.8% dei partecipanti, diffusa negli sport a tutti i livelli dall'11.3%, una pratica illegale dal 40.9%, un ricorso a sostanze che presentano qualche rischio dal 26%. Non la giudica una pratica diffusa, anzi ritiene che vi sia al riguardo un'esagerazione dei mass media, il 4.3% dei responders, e non fornisce risposta il 4.7% degli atleti.

L'85.1% degli atleti dichiara di aver fatto almeno una visita medica dallo specialista di medicina dello sport, e fra questi il 38% riferisce che, durante la visita medico sportiva annuale, il medico non ha fatto riferimento esplicito agli effetti negativi delle sostanze e delle pratiche

In alcune discipline e sicuramente da parte di alcune Federazioni Internazionali si poteva intervenire meglio

dopanti. Esiste a tal proposito una differenza fra i sessi, con i maschi che risultano maggiormente informati dai medici ($\chi^2 = 4.242$; $p = 0.0394$).

Il 16.5% degli atleti dichiara di aver fatto uso di aminoacidi oppure di creatina, senza differenze statisticamente significative fra i sessi ($p = 0.0953$). Fra coloro che hanno usato le predette sostanze, il 31.6% lo ha fatto a seguito del consiglio dell'allenatore, il 23.7% dietro consiglio medico, il 12.6% condizionato dalla pubblicità, ed il 32.1% per altri motivi. Esistono notevoli differenze fra i sessi ($\chi^2 = 24.26$; $p < 0.0001$), con i maschi maggiormente convinti dagli allenatori (38.4% contro 22.2%), e le femmine dai medici e dalla pubblicità (rispettivamente 32.3% contro 17.6%; e 22.2% contro 5.6%).

È interessante notare che il tipo di sport praticato influenza in maniera determinante l'uso di tali sostanze; sono infatti maggiori utilizzatori di aminoacidi e creatina gli atleti di sport individuali (27.2% contro 11.7%) ($\chi^2 = 45.57$; $p < 0.0001$).

Relativamente all'uso di integratori, esiste una differenza statisticamente significativa fra sessi, con i maschi e coloro che fanno sport individuali che si dimostrano più propensi ad assumerne (rispettivamente: 59.1% versus 50.5%, $\chi^2 = 17.59$; $p = 0.0015$; 59% versus 54.6%, $\chi^2 = 21.04$; $p = 0.0003$).

L'assunzione di sostanze illecite viene ritenuta utile e non rischiosa dal 11.3%, rischiosa ma utile per migliorare la performance dal 4.3%, rischiosa e da evitare dall'83.1% dei responders.

Il 73.8% degli atleti ritiene che, per aumentare forza e massa muscolare, occorre allenarsi con costanza più ore al giorno, mentre per il 18% occorre fare un'integrazione con sostanze lecite (integratori), e per il 3% occorre assumere anabolizzanti. Esistono al riguardo differenze statisticamente significative per sesso, con le femmine orientate ad allenarsi per un tempo più prolungato (79.7% contro 71.3%), ed i maschi ancora una volta maggiormente propensi all'uso degli integratori (22.1% contro 13.1%) ($\chi^2 = 13.88$; $p = 0.0031$).

È degno di nota il fatto che il 41.3% dei partecipanti dichiara di non conoscere gli ormoni anabolizzanti, che sono indicati correttamente dal 39.2% degli atleti. Tale fatto si riflette sulla conoscenza degli effetti collaterali di questi ormoni, indicata perfettamente dal 23.2% dei responders.

Relativamente ai motivi per cui il doping non è conosciuto, il 57.4% degli atleti crede che nello sport vi sia omertà, il 35.6% ritiene che se ne parli poco a scuola, l'11.6% crede che i medici di medicina generale non conoscano il problema.

In tabella 2 sono riportati i giudizi degli atleti riguardo l'auto e l'etero-stima.

Tabella 2

Frequenza percentuale dei giudizi di auto ed eterostima

	Sì	No	Non so	Differenze significative*
Autostima	86.6	4.5	8.9	M
Stima dell'allenatore	71.9	6.4	21.6	I
Stima dei compagni	75	2.8	22.2	

- legenda: M = maschi; I = sport individuali

Emergono differenze statisticamente significative relativamente all'autostima, maggiormente presente negli atleti maschi (88.8% contro 83.3; $\chi^2 = 6.466$; $p =$

0.03944), ed al giudizio della stima da parte dei propri allenatori, significativamente maggiore nei praticanti sport individuali (76.2% contro 70.1%; $\chi^2 = 6.877$; $p = 0.03211$).

In tabella 3 vengono indicate le risposte su alcuni aspetti psicologici che potrebbero influenzare la pratica sportiva.

Tabella 3

Frequenza percentuale dei giudizi su alcuni aspetti psicologici influenzabili la pratica sportiva

	molto d'accordo	d'accordo	incerto	in disaccordo	Differenze significative*
Nello sport è importante vincere	27.7	54.7	6.2	11.4	M; S
È importante vincere a tutti i costi	10.2	19.8	23.9	46.1	S
Occorre vincere per soddisfare le aspettative degli altri	5.8	16.6	17.1	60.5	S
Lo psicologo nello sport è utile	13.7	46.5	21	18.7	M; S
L'uso dei farmaci aiuta gli atleti	25.7	42.6	15.4	16.2	I
I farmaci sono accettabili per migliorare le prestazioni	6	22.6	26.8	44.5	S
Uso personale di farmaci per migliorare	3.4	11.4	13.9	71.2	M; S
Usare farmaci per vincere	3.6	9.7	14.2	72.5	M; S

- legenda: M = maschi; S = sport di squadra; I = sport individuali

È interessante notare che per più dell'80% dei responders è importante vincere nello sport, mentre vincere a tutti i costi, con mezzi leciti e no, viene ritenuto essenziale da meno di un terzo dei partecipanti. Per circa un quarto degli interpellati occorre vincere per soddisfare aspettative degli altri (allenatori, genitori, ecc.), e circa i tre quinti degli stessi giudica utile la presenza dello psicologo in ambito sportivo.

Uno spunto di riflessione viene dalla percentuale di atleti che si ritiene

L'indagine ha previsto la somministrazione di un questionario, la cui validazione è avvenuta nel corso di uno studio pilota

sostanzialmente d'accordo nel considerare accettabili i farmaci per migliorare le prestazioni (28.6%), e di quelli che farebbero uso personale per migliorare le proprie prestazioni e per vincere (14.8% e 13.3%, rispettivamente). È degno di menzione che per quasi tutti i giudizi dati emergono differenze significative, sia per tipo di sport che per sesso. Infatti, le percentuali relative ai giudizi "d'accordo" e "molto d'accordo" sono quasi sempre maggiori fra gli atleti che praticano sport di squadra e nel sesso maschile.

I risultati dello studio dimostrano che il problema del doping sia particolarmente sentito a livello di sport dilettantistico. L'uso di integratori negli sport in questa ricerca considerati è elevato, così come la propensione ad assumere sostanze farmacologiche, illecite o meno, confermando quanto altri ricercatori hanno studiato in altre realtà. Nel nostro campione, tale fenomeno risulta particolarmente accentuato negli sport individuali.

Gli aspetti psicologici applicati allo sport dimostrano come alta sia la prevalenza di coloro che credono sia importante vincere a tutti i costi, e non di poco conto è la percentuale di coloro che dichiarano che occorre vincere per soddisfare le aspettative di altri (allenatori, genitori, ecc.).

Un ottavo circa del nostro campione dichiara che assumerebbe farmaci per vincere e migliorare le proprie prestazioni, e questo a conferma di quanto siano importanti le caratteristiche psicologiche che favoriscono l'uso di sostanze proibite, ed in completo disaccordo con quanto il Coni sta cercando di diffondere nell'ambito sportivo, a livello agonistico e dilettantistico.

Appare chiaro, da questi dati, che occorre al più presto ed in maniera capillare avviare interventi preventivi, nell'ambito di attività di educazione alla salute. Questi interventi, oltre a prevedere l'informazione agli atleti sugli effetti delle singole sostanze dopanti, dovranno essere focalizzati sui comportamenti salutari, sulla riduzione dei fattori che incoraggiano l'uso e l'intento ad usare il doping, coinvolgendo, dove possibile, i medici, e fra questi quelli di medicina generale e gli specialisti in Medicina dello Sport.

*Vincere a tutti i costi, con
mezzi leciti e no, viene
ritenuto essenziale da meno
di un terzo dei responders ed
è particolarmente sentito a
livello di sport dilettantistico*