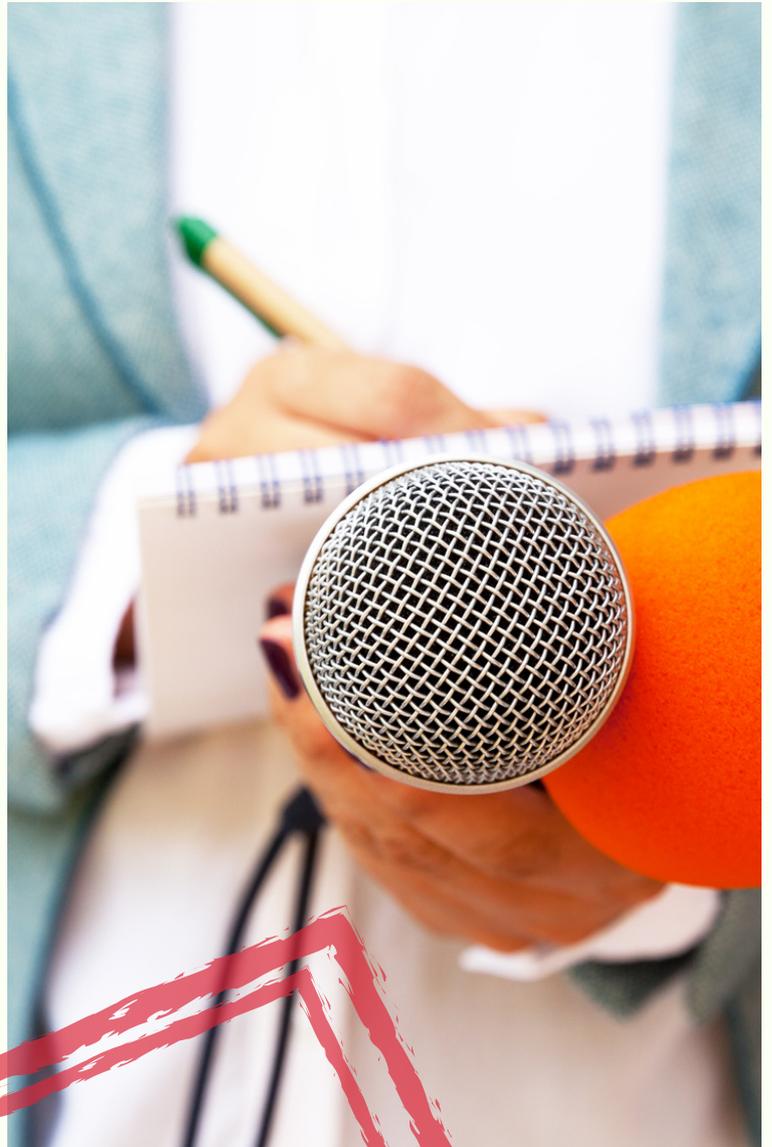


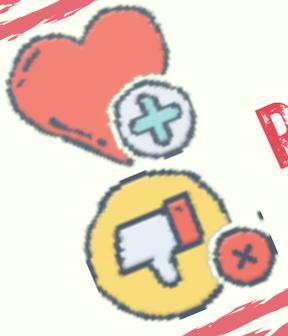


INTERVISTA CON

# IL DOPING



**LA SALUTE  
CONTA**



**RIFIUTA IL  
DOPING**

## PARTIAMO DAL TUO NOME, DOPING. DA DOVE DERIVA O QUAL È LA TUA ORIGINE?

L'origine del mio nome è controversa. Secondo alcuni deriva dal termine olandese "doop" che significa mistura, miscela che riprende il termine "dope" utilizzato dalle tribù del Sud Africa per indicare una bevanda alcolica usata come stimolante nelle danze cerimoniali e nei rituali.

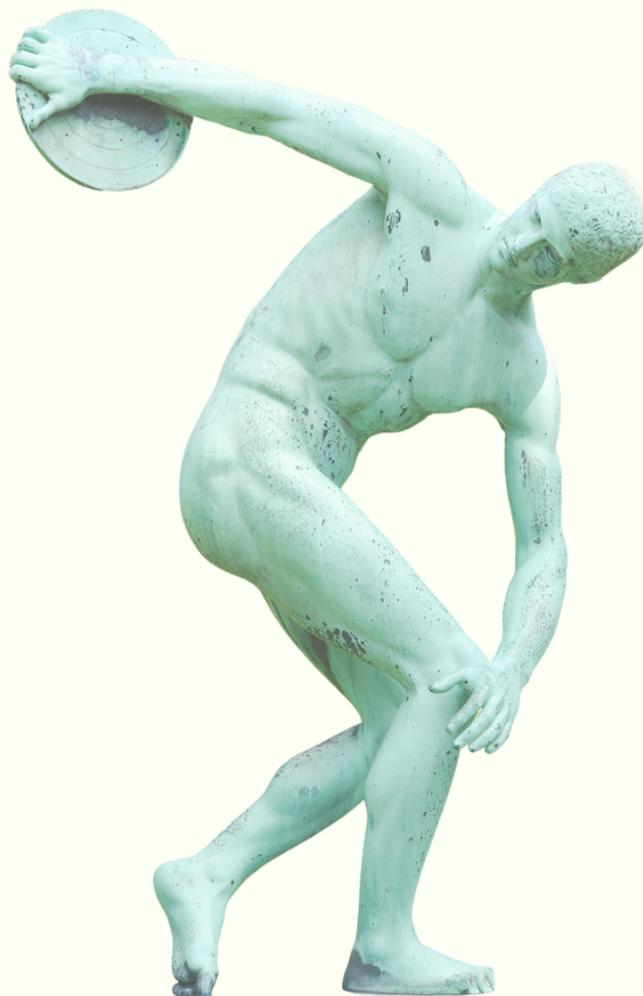
In inglese il termine "dope" identifica una sostanza densa, liquida, più propriamente uno stupefacente, una droga.

## QUANTI ANNI HAI?

Possiamo dire che sono vecchio quanto l'uomo in quanto si è ricorso a sostanze dopanti fin dall'antichità.

Erano note già ai tempi dei Giochi Olimpici della Grecia classica così come al tempo degli Antichi Romani e dei guerrieri della mitologia nordica.

Risale al 1886 il primo decesso conosciuto per doping a carico di un ciclista gallese nel corso di una competizione.



## PERCHÉ LE PERSONE, IN PARTICOLARE GLI SPORTIVI, RICORRONO A TE ?

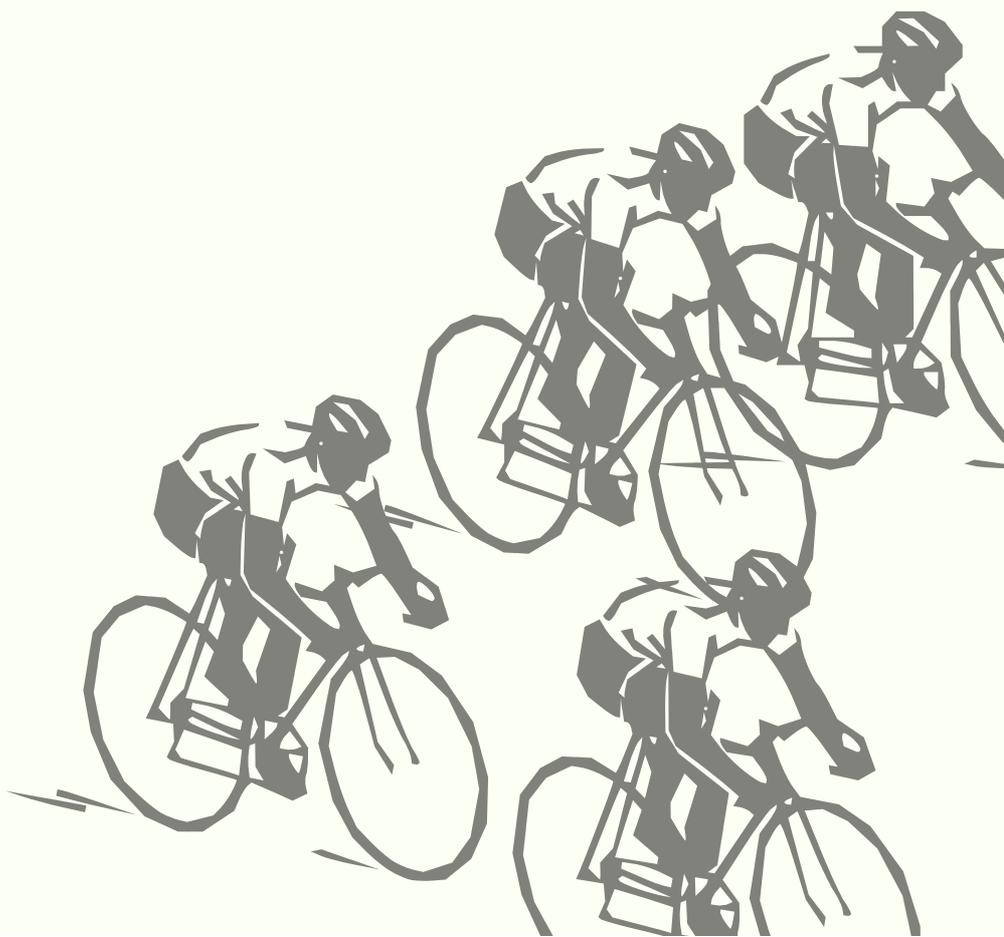
Le motivazioni sono tante e non esclusivamente legate al miglioramento della prestazione sportiva.

La ricerca esasperata del prevalere sul proprio avversario nella competizione non è diversa dall'atteggiamento che la società moderna propone puntando spesso con esasperazione sulla competitività, sull'efficienza e sul successo personale.

Il ricorso al doping rappresenta una scorciatoia ed alternativa al duro impegno e sacrificio che sono necessari per ottenere risultati in ogni campo della vita.

A volte è indice di mancanza di fiducia in se stessi, paura di non accettazione dei propri limiti ed incapacità di riconoscere che ci sarà sempre un avversario più dotato e preparato di te.

Ed è sulla base di tutte queste motivazioni che il doping si è diffuso non solamente nello sport professionistico, laddove sono presenti forti interessi economici e politici, ma risulta tristemente dilagante anche tra gli sportivi dilettanti o amatoriali, fino ad arrivare alla ricerca dell'espedito per chi vuole prevalere sugli amici nel giro domenicale in bicicletta.



## CHE RAPPORTO HAI CON I VALORI PROPRI DELLO SPORT?



Nessun buon rapporto, anzi, direi che è conflittuale addirittura incompatibile in quanto il fondamento di ogni attività sportiva è basato su regole di correttezza, lealtà e rispetto verso gli avversari.

Vincere è diventato un obiettivo prioritario e da raggiungere ad ogni costo per ottenere gloria, successo e benefici economici.

Il doping è il principale responsabile della perdita dello spirito agonistico, il quale dovrebbe rispettare quei valori che spingono un atleta a confrontarsi con se stesso e con gli altri.

**Il doping va contro l'etica dello sport e rappresenta un serio pericolo per la salute dell'atleta.**

Chi ricorre al doping sta barando soprattutto con se stesso e **sta compiendo un atto sportivo illecito passibile di sanzioni da parte sia della giustizia sportiva che penale.**

## TI VANTI DI POTER MIGLIORARE LE PRESTAZIONI SPORTIVE. IN CHE MODO E SOPRATTUTTO... A CHE PREZZO?

Dispongo di vari strumenti ( farmaci, metodi e pratiche proibite) che sono in grado di alterare le capacità fisiche correlate all'attività sportiva quali la massa e la forza muscolare, la resistenza allo sforzo prolungato ed alla fatica.

Posso affermare che siano effetti privi di complicazioni?

**ASSOLUTAMENTE NO!**

Se è vero infatti che tutte le sostanze farmacologiche possono avere effetti collaterali essi sono giustificati solamente se vengono utilizzate per la guardigione da una malattia ed il recupero dello stato di salute.

Con il doping invece si utilizzano sostanze a dosaggi e frequenze di somministrazione differenti da quelli terapeutici con **conseguenze nel tempo imprevedibili e non calcolabili.**

Ad esempio l'utilizzo dell'ormone Eritropoietina (EPO), stimolando un aumento del numero di globuli rossi, porta all'aumento della viscosità del sangue con il rischio di formazione di coaguli e trombi.



Gli steroidi anabolizzanti invece, stimolando la crescita cellulare, possono provocare disturbi di accrescimento nei giovani, rotture tendinee, irregolarità mestruali e mascolinizzazione nelle donne, atrofia testicolare ed infertilità nei maschi, alterazioni del metabolismo glucidico e lipidico con aumento del rischio cardiovascolare fino a favorire lo sviluppo di alcuni tipi di tumore.

**Anche io mi chiedo come le persone possano accettare tutti questi rischi per la salute a fronte di vantaggi non sempre dimostrati e per ottenere benefici spesso solo modesti.**



Infine bisogna anche considerare che i farmaci dopanti spesso vengono ottenuti attraverso **circuiti o mercati clandestini che sfuggono ai controlli di legge nel corso della loro produzione**, con l'alto rischio di contenere sostanze non dichiarate o in quantità differenti e, per le soluzioni iniettabili, essere non sterili o contaminate.

## LE AUTORITÀ SANITARIE E GIUDIZIARIE TI CONOSCONO? IN CHE MODO SI OPPONGONO?

Le prestazioni sportive possono essere migliorate facendo uso di varie sostanze e/o pratiche mediche sviluppate non per individui sani, ma per curare determinate patologie.

Per tale motivo da diversi anni è prevista l'apposizione di un contrassegno sulle confezioni dei medicinali regolarmente in vendita, ma considerati potenzialmente positivi ai controlli antidoping al fine di mettere in guardia atleti e cittadini sugli eventuali effetti dopanti delle sostanze in questione.



Nel 1999, per volontà del Comitato Olimpico Internazionale (CIO) è stata creata la WADA (World AntiDoping Agency), una fondazione a partecipazione mista la quale si occupa di promuovere, coordinare e monitorare a livello internazionale la lotta alle sostanze dopanti in qualunque forma si presentino.

**La WADA aggiorna e pubblica ogni anno la lista delle sostanze e dei metodi proibiti durante la pratica sportiva.**

In Italia nel 2015 è stata istituita la NADO (Organizzazione Nazionale Antidoping) la quale ha sul territorio nazionale la responsabilità esclusiva e riconosciuta dalla WADA in materia di adozione ed applicazione delle norme sportive antidoping e delle disposizioni del Codice mondiale antidoping .

Maggiori informazioni sui due enti possono essere reperite ai seguenti link

[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org) ; [www.nadoitalia.it](http://www.nadoitalia.it)

Riguardo alla lista delle sostanze e dei metodi proibiti viene operata la seguente classificazione:



Sostanze vietate solamente in competizione (ed in determinati sport):

Vengono comprese sostanze in grado di ritardare l'insorgenza e la percezione della fatica tra i quali gli stimolanti, i derivati del cortisone e della cannabis.



Sostanze vietate sempre (sia in competizione che in allenamento)

In questo gruppo sono inseriti tutti gli ormoni con funzioni anabolizzanti, dagli steroidi androgeni all'ormone della crescita (GH) passando per l'eritropoietina (EPO).

In questo gruppo rientrano anche sostanze, come ad esempio i diuretici, mascheranti l'utilizzo di altre sostanze dopanti.

I metodi proibiti come la manipolazione del sangue e dei suoi componenti sono anch'essi da considerare sempre vietati.

Per verificare l'appartenenza di una sostanza alla lista WADA si può fare riferimento al seguente link:

<https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list>



## SE UN ATLETA È AFFETTO DA UNA PATOLOGIA CHE RICHIEDE L'ASSUNZIONE DI UN FARMACO CONTRASSEGNA TO COME DOPANTE, COME SI DEVE COMPORTARE?

In questi casi è possibile richiedere il rilascio di una cosiddetta *TUE* ovvero un'Esenzione a Fini terapeutici.

Si tratta in pratica di una autorizzazione a poter utilizzare una sostanza inserita nella lista doping la quale è necessaria per trattare una condizione clinica o una patologia.

I requisiti indispensabili per ottenere una *TUE* sono che l'atleta sia affetto da una condizione clinica correttamente diagnosticata che richiede di essere trattata con una sostanza inserita nella lista doping, che non vi sia alternativa terapeutica legale alla sostanza utilizzata e che quest'ultima non produca un miglioramento significativo della performance sportiva.

Ad eccezione di casi di emergenza come una condizione clinica acuta o di situazioni particolari come la non obbligatorietà per il livello della competizione, la richiesta di *TUE* non può essere retroattiva, ma va presentata con un certo anticipo.

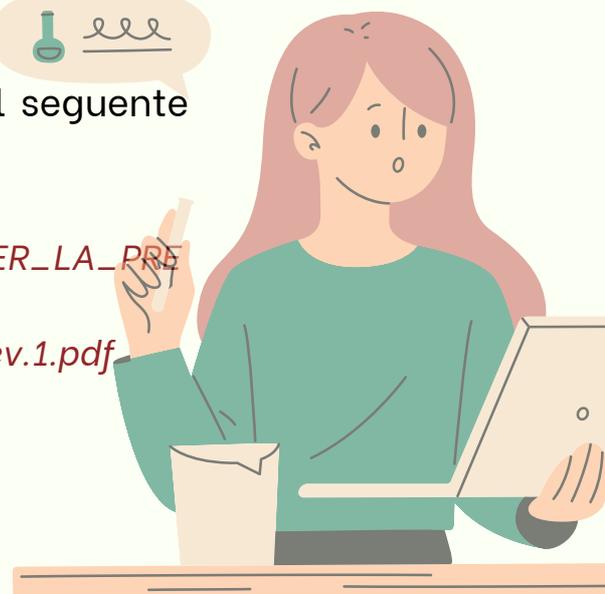
Nel caso in cui la sostanza assunta sia vietata in competizione è necessario che la domanda sia effettuata, salvo sempre casi particolari, almeno 30 giorni prima dell'evento.

Per maggiori informazioni a riguardo consultare il seguente link o codice QR in altro a destra:

[www.nadoitalia.it/images/documenti/PROCEDURA\\_PER\\_LA\\_PRESENTAZIONE\\_DELLA\\_DOMANDA\\_DI\\_ESENZIONE\\_A\\_FINI\\_TERAPEUTICI\\_rev.1.pdf](http://www.nadoitalia.it/images/documenti/PROCEDURA_PER_LA_PRESENTAZIONE_DELLA_DOMANDA_DI_ESENZIONE_A_FINI_TERAPEUTICI_rev.1.pdf)



Domanda di  
Adesione a  
Fini Terapeutici



## TRA GLI SPORTIVI È DIFFUSO L'UTILIZZO DI VARI INTEGRATORI ALIMENTARI. È ANCHE QUESTO CASO UNA FORMA DI DOPING?

Il termine integratore deriva dal latino “integer” e sta ad indicare sostanze destinate a colmare carenze dell'alimentazione. In quanto integratori con la specifica “alimentari” debbono contenere solamente sostanze le quali si possono trovare anche negli alimenti.



Per tale motivo gli integratori alimentari possono essere acquistati senza alcuna prescrizione medica con il rischio di farne un uso, se non improprio, per lo meno non controllato.

Inoltre non essendo sottoposti per legge a controlli sulla loro composizione, **non raramente sono risultati contaminati con sostanze non dichiarate ad azione farmacologica come gli steroidi anabolizzanti.**

In tal modo si arreca un doppio danno all'atleta il quale può risultare inconsapevolmente positivo ad un controllo antidoping e subire danni al suo stato di salute.

Non dico che gli integratori alimentari non siano utili a supportare un'attività sportiva intensa: nel caso in cui anche un'attenta alimentazione non sia sufficiente, ma il ricorso al loro utilizzo va valutato di caso in caso e **soprattutto tenendo conto di quelle che sono le evidenze scientifiche sul reale impatto sulla prestazione sportiva.**



## CONCLUDENDO LA NOSTRA CHIACCHIERATA...

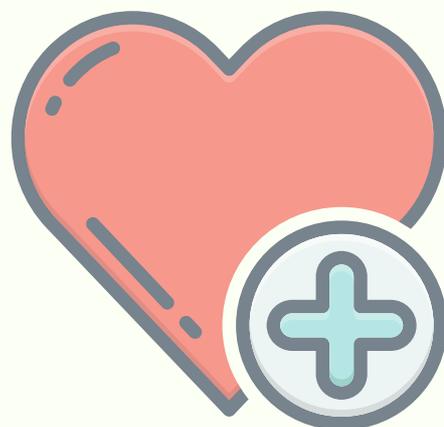
Diverse sono le azioni che la legge prevede verso chi produce, commercializza e prescrive le sostanze dopanti.

L'educazione degli sportivi di ogni livello ai valori propri dello sport, al rispetto dei principi morali di lealtà, correttezza ed amicizia verso l'avversario, ed alla consapevolezza che il proprio miglioramento fisico e psichico va ottenuto con una sana attività fisica e nel rispetto delle regole, è senz'altro la strada da seguire.

**Chi ricorre al doping sia quindi consapevole che incorrerà in sanzioni di tipo sportivo e penale e che i rischi per la salute sono reali e non prevedibili.**



# LA SALUTE CONTA



## RIFIUTA IL DOPING

a cura di

Gianluca Toselli  
Responsabile S.S.D. Medicina Sportiva

Pietro Maimone  
Direttore Dipartimento di Prevenzione

Giorgia Micene - Laura Marinaro - Ruben Bertolusso  
S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di Prevenzione

Gruppo di comunicazione PLP dell'ASL CN2 "Alba-Bra"