



Lo sport educa al piacere di confrontarsi con gli altri e con se stessi attraverso il proprio impegno e le proprie capacità. Anche in età adulta fare sport è essenziale per il benessere fisico. Una pratica sportiva regolare aiuta a contrastare il fisiologico decadimento delle capacità fisiche che avviene con l'età, contribuendo a mantenere le masse muscolari ed un livello adeguato di efficienza dei vari organi ed apparati, in particolare il respiratorio ed il cardiocircolatorio. Una pratica sportiva regolare è inoltre utile nella prevenzione e terapia delle malattie dismetaboliche (diabete, obesità, iperlipemie), dell'ipertensione, nonché della patologia aterosclerotica e delle sue conseguenze (infarto, ictus). Tutto ciò deve avvenire nel modo più naturale possibile evitando inutili illusioni di eterna giovinezza e pericolose scorciatoie. È essenziale che lo sport venga praticato sempre sotto attento monitoraggio medico e l'impegno sia commisurato allo stato individuale nonché alle capacità e livello di allenamento.

Ministero della Salute

Commissione per la vigilanza ed il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive

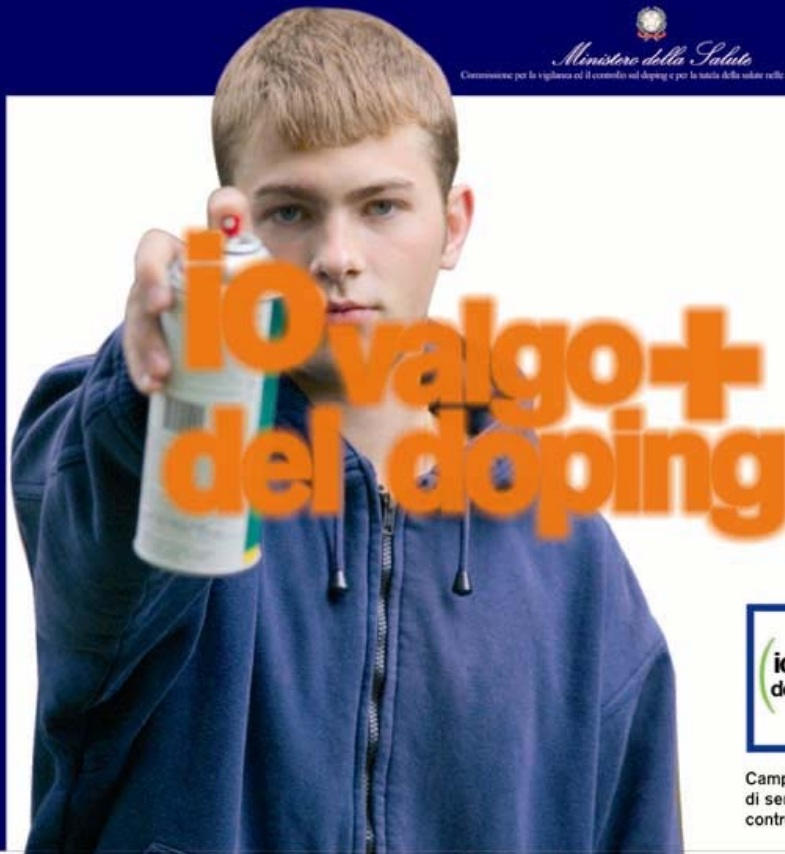


Numero Verde
800-111003



Ministero della Salute

Commissione per la vigilanza ed il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive



Campagna
di sensibilizzazione
contro il doping

COSE' IL DOPING

Il termine doping viene da "doop", un miscuglio di sostanze energetiche che i marinai olandesi già quattro secoli fa ingerivano prima di affrontare una tempesta sull'Oceano. Da "doop" si è arrivati nel novecento al verbo inglese "to dope" (drogare) e al sostantivo "doping" cioè somministrazione illegale di farmaci eccitanti o droghe ad atleti o animali per migliorarne le prestazioni sportive.

QUAL'E' LA DEFINIZIONE DI DOPING

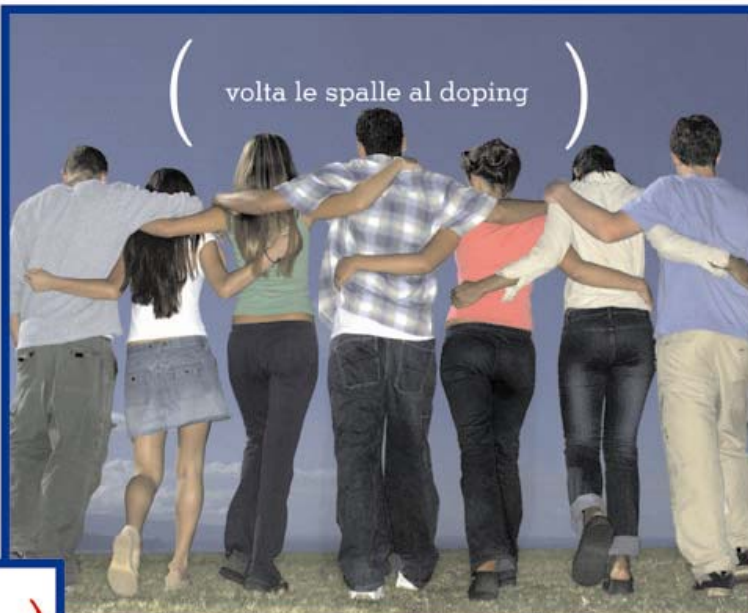
DOPING è: "la somministrazione o l'assunzione di farmaci o di sostanze biologicamente o farmacologicamente attive e l'adozione o la sottoposizione a pratiche mediche non giustificate da condizioni patologiche ed idonee a modificare le condizioni psicofisiche o biologiche dell'organismo al fine di alterare le prestazioni agonistiche degli atleti." (Art 1 comma 2 Legge 376/2000)...inoltre "sono equiparate al doping la somministrazione di farmaci o di sostanze biologicamente o farmacologicamente attive e l'adozione di pratiche mediche non giustificate da condizioni patologiche, finalizzate e comunque idonee a modificare i risultati dei controlli sull'uso dei farmaci, delle sostanze e delle pratiche indicati nel comma 2" (Art 1 comma 3 Legge 376/2000).

(chi pensa sano è in buona compagnia)



io valgo+
del doping

(volta le spalle al doping)



(io valgo+
del doping)

SIGNIFICATO DEL DOPING

Il Doping riguarda due aspetti principali: uno legato alla frode sportiva, cioè all'uso di farmaci o tecniche di modificazione artificiale delle prestazioni, al fine di migliorare le performances o aumentare la resistenza alla fatica; l'altro legato ai problemi di salute connessi all'uso e all'abuso di sostanze che alterano l'equilibrio psicofisico dell'individuo.

E' fraudolento l'intento stesso di migliorare le proprie capacità atletiche, contravvenendo alle regole di correttezza, lealtà e rispetto per gli altri che sono il fondamento di qualsiasi attività sportiva.

DOPING VUOL DIRE:

- non gareggiare con lealtà
- ammettere di aver paura
- barare
- cercare di ottenere un risultato con l'inganno
- imbrogliare l'avversario.

Il fatto di cercare di superare gli altri atleti con mezzi sleali è da considerarsi moralmente condannabile, ma al di là della violazione dell'etica sportiva, altri aspetti preoccupanti del doping riguardano la tutela della salute della popolazione sportiva e le scarse conoscenze circa gli effetti dei farmaci assunti da un soggetto sano.

Il doping rappresenta prima di tutto un fatto di coscienza.

Il doping nello sport è un reato e può danneggiare gravemente la salute.

**Non esiste un beneficio per la salute in un soggetto non malato.
I farmaci servono solo ai malati e non allo sport.**

**NON RISCHIARE
LA SALUTE.**





**PERCHE'
SI FA SPORT.**

PERCHE' SI RICORRE AL DOPING

I motivi che spingono al doping possono essere molteplici, ma in ogni caso, sempre strettamente personali: il professionismo sportivo; l'intento speculativo degli atleti e di coloro che li circondano; il calo dei risultati e quindi della popolarità; la scarsa formazione sportiva del pubblico; il guadagno, e di conseguenza, la ricchezza; l'essere importanti, "FAMOSI", quindi il successo; la bellezza fisica o estetica, e quindi l'autostima, possono essere valori prioritari di fronte ai quali si è disposti a qualsiasi compromesso, anche illecito, per raggiungerli o mantenerli facilmente.

Il risultato, il record, il contratto con lo sponsor ha importanza prioritaria; tanto che i sani principi etici che sostengono il sacrificio di lunghi e faticosi allenamenti e gli obiettivi di competere in maniera leale e senza scorrettezze, puntando più alla ricerca di un continuo miglioramento delle proprie prestazioni personali che alla vittoria ad ogni costo, cedono gradualmente il passo a concetti come fama ed interesse economico dove l'importante è vincere, anche con mezzi illegali, per vincere si è disposti a tutto!

Ma vincere ad ogni costo nello sport non vuol dire vincere nella vita.

Vale veramente rischiare la propria salute? Al danno diretto sulla salute, il doping associa la perdita della vera essenza della cultura sportiva che è la sana attività motoria, la temperanza morale, la costanza nel perseguire il proprio miglioramento fisico e mentale ed il rispetto delle regole e dell'avversario, nonché la fedeltà a quei principi di lealtà e correttezza che hanno da sempre differenziato il mondo degli sportivi, rendendolo unico e fonte di orgoglio per chi vi appartiene.

Lo sport serve ad educare mente e corpo al miglioramento delle prestazioni

Quali sono le ragioni per proibire il doping?

Doparsi significa danneggiare la propria salute, talvolta in modo grave, a breve termine ed a lungo termine

Si tratta di una truffa, oggi da noi di un reato

Dal punto di vista morale una vittoria ottenuta con uso di sostanze vietate per doping non ha nessun valore, anzi è cosa di cui vergognarsi.

Fare sport è essenziale per il benessere fisico. Aiuta a crescere bene e a preservare l'organismo dai mali del sedentarismo e dell'iperalimentazione. E' utile per contrastare alcune malattie e ridurre la necessità di ricorrere ai farmaci. In tale contesto è positiva la ricerca dei propri veri limiti fisici, sia nel confronto con se stessi che con gli altri, che può stimolare a praticare sport con continuità per migliorare le proprie capacità.

Tale ricerca non va, però esasperata onde evitare di tramutare ciò che fa bene in qualcosa che fa male. L'uso del doping, infatti, provoca danni ed espone l'organismo a malattie dagli esiti talvolta drammatici. Ciò inficia il motivo fondamentale del fare sport, che è quello di promuovere il proprio benessere. Attraverso lo sport abbiamo l'opportunità di imparare dei valori che potremo applicare ed estendere ad altri ambiti di vita, di acquisire quella sicurezza che ci fa costruire un'immagine vincente di noi stessi a prescindere dai risultati che riusciremo ad ottenere, di curare la salute e l'efficienza del nostro fisico per ottenerne durevolmente il massimo rendimento. L'intraprendere scorciatoie potrà solo contribuire a convincere chi le sceglie che per migliorare non serve impegnarsi e credere nelle proprie capacità e che per vincere serve un aiuto esterno, anche se artificiale e illegale. Scegliere queste strade equivale ad arrendersi, ad ammettere di essere perdenti non solo nello sport ma anche nei confronti della vita e, soprattutto, di se stessi. Possiamo magari riuscire ad imbrogliare gli altri, ma non noi stessi. **Chi fa uso di doping sa di essere un perdente.**

E come diceva De Coubertin "l'importante non è vincere ma partecipare".

I giovani decidono di fare sport per divertirsi, per stare con gli amici, per migliorare le proprie abilità sportive, per confrontarsi, per competere e gareggiare lealmente, per essere in forma fisica. Ma anche per sviluppare le capacità fisiche e le capacità coordinative (abilità motorie), per acquisire abilità specifiche in un particolare sport, per mantenere o raggiungere il giusto peso, per combattere alcune patologie



se ti dopi hai già perso.

