



Tor Vergata

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI ROMA
"TOR VERGATA"
Facoltà di Medicina e Chirurgia
Corso di Laurea in Scienze Motorie

Progetto condotto in collaborazione con l'ISS
Convenzione n.: CVD/23

**LA SCUOLA COME PROMOTTRICE
DI UNA CULTURA CONTRO L'USO DEL DOPING
NELLO SPORT GIOVANILE**

Antonio Lombardo
Stefano D'Ottavio
Paolo Del Bene
Alberto Cei

Roma - 2006

Scopo di questo studio è stato di conoscere quali siano le conoscenze relative agli integratori e al doping in giovani adolescenti delle scuole medie inferiori e superiori e di verificare in che misura differiscono in funzione della loro età.

METODO

Strumento

E' stato utilizzato un questionario volto a raccogliere informazioni relative alle conoscenze del fenomeno doping e agli integratori alimentari. Il questionario è stato elaborato da Ghizzo (1999)* che lo ha utilizzato in indagini condotte nel mondo del calcio. Il questionario è stato somministrato durante l'orario scolastico.

Caratteristiche del collettivo

L'indagine ha coinvolto un collettivo di 921 giovani di età compresa fra 12 e 19 anni delle scuole di Roma.

Tabella 1. Caratteristiche del collettivo.

Genere	12-13 anni	14-15 anni	16-17 anni	18-19 anni	Totale
Ragazzi	47	128	158	92	425
Ragazze	55	157	180	104	496
Totale	102	285	338	196	921

Primo sport che hanno praticato

I giovani che hanno partecipato all'indagine hanno iniziato da bambini a praticare sport, questo coinvolgimento si è distribuito su un numero molto ampio di sport, ma solo alcuni di questi sono stati scelti da molti giovani. Gli sport più praticati sono i seguenti: ginnastica artistica e danza 11%,

* Ghizzo M. (1999). Per quelli che il doping. Milano: Libreria dello Sport.

nuoto 34%, calcio 25%, pallavolo 12%, tennis 8% , basket 6%, e arti marziali 5%. Tutti gli altri sport, compresi quelli meno tradizionali come lo squash e lo skateboard hanno raggiunto frequenze inferiori all'1%.

Sport praticato attualmente

Lo sport praticato attualmente differisce solo nel 30% circa dei casi da quello stesso con il quale avevano iniziato da bambini. Preoccupante è che il 32% dei giovani fra 14-17 anni dichiara di non praticare alcuno sport, percentuale che diventa del 51% nei giovani di età superiore.

Tabella 2. Percentuali riguardanti i giovani praticanti sport (lo stesso iniziale o un altro) e non praticanti.

Età	Stesso Sport	Sport diverso	Non praticano
12-13	47%	35%	18%
14-15	41%	27%	32%
16-17	41%	27%	32%
18-19	26%	23%	51%

LA CONOSCENZA DEL PROBLEMA DOPING

Con chi si parla del doping

Nel complesso i giovani parlano del problema del doping, anche se pur resta una fetta importante di circa un quarto di essi che non ne ha mai parlato con qualcuno. In particolare i più giovani parlano con più facilità con i genitori, mentre quelli di 14-15 anni preferiscono gli insegnanti e quelli di 16-19 anni gli amici. La famiglia con il crescere dell'età diventa un luogo dove si parla meno del doping.

Marginale è il ruolo dei dirigenti sportivi e degli allenatori nel trattare questi temi con i loro atleti.

Tabella 3. Dati relativi alle percentuali di giovani che hanno parlato con qualcuno del doping.

Età	Sì	No
12-13	71%	29%
14-15	72%	28%
16-17	72%	28%
18-19	76%	24%

Tabella 4. Con chi i giovani hanno parlato del doping.

Età	Famiglia	Insegnanti	Amici	Dirigenti/Allenatori	Nessuno
12-13	30%	17%	15%	11%	27%
14-15	20%	29%	16%	8%	27%
16-17	20%	18%	23%	10%	28%
18-19	17%	13%	30%	12%	25%

Chi fornisce informazioni sul doping

Diversamente dalla domanda precedente che poneva in risalto con chi parlano del doping, questa domanda ha inteso invece indagare da chi questi giovani hanno ricevuto informazioni sul doping.

Tabella 5. Dati percentuali relativi a chi fornisce informazioni ai giovani.

Età	TV	Amici	Giornali	Scuola	Dirigenti/Allenatori	Famiglia
12-13	83%	29%	58%	57%	27%	50%
14-15	83%	36%	67%	56%	39%	46%
16-17	79%	40%	64%	44%	33%	41%
18-19	79%	46%	68%	41%	26%	39%

Si evidenzia che le principali fonti d'informazioni sono rappresentate dai media (TV e giornali). Con l'aumentare dell'età diminuisce il dialogo con i genitori mentre aumenta quello con gli amici. La scuola sembra svolgere comunque una funzione informativa significativa, soprattutto tra i più giovani.

Per ultimo giunge lo sport, che fornisce secondo questi giovani meno informazioni rispetto agli amici.

Inoltre, l'80% ritiene che sia utile essere informati sul doping e le risposte alla domanda successiva dimostrano che sono consapevoli dell'inadeguatezza delle informazioni che hanno ricevuto.

Va sottolineato, comunque, che il 30% dei giovani non ha risposto a questa domanda ritenendo di non essere interessati a ricevere ulteriori informazioni. Questo dato andrà successivamente posto a confronto con i dati forniti da coloro che dichiarano di non praticare attualmente alcun sport, e che

mediamente corrisponde al 32% del collettivo intervistato. Fra quanti hanno risposto, la maggior parte ritiene necessario ricevere più informazioni dal medico (24%) ma anche dall'allenatore (18%) e dalla scuola (16%); i media al contrario non sono invece riconosciuti come rilevanti (1%), nonostante siano riconosciuti come fonti informative primarie.

LA CONOSCENZA RELATIVA AGLI INTEGRATORI ALIMENTARI

Una seconda parte del questionario mirava a indagare le conoscenze e gli atteggiamenti di questo collettivo in relazione agli integratori alimentari.

A questo riguardo solo il 36% sa riconoscere correttamente tra una lista di sostanze quelle appartenenti alla categoria degli integratori. Va anche rammentato che la maggior parte delle risposte corrette riguarda sostanze quali i sali minerali e le vitamine che, intuitivamente, ogni individuo pone tra le sostanze che non sono doping, non sono farmaci e svolgono un'influenza positiva sull'organismo. Eliminando queste due categorie la percentuale di risposte corrette scende a livelli di molto inferiori alla percentuale, già bassa, in precedenza riportata (17%).

Inoltre, il 38% degli intervistati ritiene che gli integratori siano importanti per il rendimento sportivo, mentre il restante 62% ritiene che non lo siano o non risponde alla domanda..

Tabella 6. Dati percentuali relativi alla conoscenza di quali siano gli integratori alimentari.

Età	Creatina	Carnitina	Aminoacidi	Sali minerali	Vitamine
12-13	6%	6%	24%	57%	56%
14-15	11%	5%	24%	55%	53%
16-17	24%	6%	30%	67%	67%
18-19	28%	10%	33%	82%	77%

DOPING E PRESTAZIONE SPORTIVA

La conoscenza delle sostanze dopanti

Il 64% dei giovani intervistati dichiara di sapere cos'è il doping.

Quanti sono, però, quelli che in grado di identificare quali siano le sostanze dopanti tra quelle di una lista comprendente anche integratori alimentari. Sono una percentuale ridotta, che conosce

principalmente la categoria degli steroidi, probabilmente perché è quella più citata sui media, che rappresentano la loro principale fonte d'informazione.

Quindi, a fronte del fatto che la maggior parte di essi dichiara di conoscere cosa sia il doping, in realtà non conoscono quali sono le sostanze che appartengono a questa categoria.

Inoltre solo il 9% afferma che sia utile per incrementare la prestazione sportiva, mentre l'80% ritiene che non sia importante l'assunzione di sostanze dopanti per il rendimento sportivo.

Tabella 7. Dati percentuali relativi alla conoscenza di quali siano le sostanze dopanti.

Età	Steroidi	Eritropoietina	Anfetamina	Ormone crescita	Alcool	Efedrina	Codeina
12-13	47%	20%	36%	30%	28%	18%	17%
14-15	54%	26%	37%	24%	12%	13%	11%
16-17	57%	29%	48%	35%	6%	15%	11%
18-19	65%	38%	53%	35%	6%	14%	9%

Perché è sbagliato doparsi

L'89% degli intervistati ritiene che sia sempre sbagliato fare uso di sostanze dopanti, poiché ritengono che comporti rischi per la salute personale (68%). Meno rilevanza, rispetto a questa variabile, è data al fatto che possano rappresentare un comportamento scorretto o che possa portare a drogarsi.

La responsabilità di questo comportamento deviante viene attribuita dagli intervistati, in primo luogo, agli atleti stessi (65%), molto meno responsabili sono considerati allenatori e dirigenti sportivi (35%). Amici e famiglia non svolgono secondo questi giovani alcuna funzione nel favorire l'assunzione di sostanze dopanti.

Gli intervistati ritengono che il doping sia praticato dagli atleti per vincere, per migliorare la condizione fisica (forza e resistenza) e per ridurre la fatica fisica.

Tabella 8. Dati percentuali relativi alle ragioni per cui è sbagliato doparsi.

Età	rischio per la salute	comportamento scorretto	squalificati dalla attività agonistica	violazione della legge	non servono a niente	porta alla droga
12-13	69%	10%	1%	1%	1%	7%
14-15	67%	14%	1%	-	1%	2%
16-17	66%	14%	-	1%	1%	1%
18-19	69%	5%	1%	1%	1%	1%

Tabella 9. Dati percentuali riguardanti la identificazione di chi sia la responsabilità di doparsi.

Età	Atleta	Allenatore/Dirigenti	Amici	Famiglia
12-13	72%	24%	1%	1%
14-15	65%	27%	3%	3%
16-17	63%	30%	2%	0,5%
18-19	60%	36%	-	0,5%

Tabella 10. Dati percentuali riguardanti le ragioni per cui ci si dopa.

Età	migliora la forza	migliora la resistenza	migliora la concentrazione	migliora i riflessi	allontana la fatica muscolare	migliora il recupero fisico	integra le sostanze consumate	per vincere
12-13	46%	29%	2%	1%	42%	11%	1%	64%
14-15	31%	33%	4%	3,0%	41%	11%	2%	60%
16-17	27%	28%	4%	3,0%	44%	10%	4%	51%
18-19	24%	45%	2%	4%	48%	9%	2%	48%

Conclusioni

Dal collettivo emerge una ridotta conoscenza di cosa siano il doping e gli integratori alimentari. Pur se dichiarano di conoscere il doping in larga parte non identificano le sostanze dopanti. Inoltre meno di un giovane su due afferma che il doping serve per vincere e ancora più bassa è la percentuale di coloro che ritengono che migliori la condizione fisica. (forza e resistenza).

Pur in questo quadro di ridotta conoscenza sono consapevoli che è una pratica dannosa per la salute. La colpa di questa pratica illecita ricade quasi completamente, secondo loro, sull'atleta mentre il mondo degli adulti ne viene scagionato. La società sportiva, rappresentata nelle figure dei dirigenti e dagli allenatori, è considerata come influente solo dal 29% dei giovani.

Emerge abbastanza chiaramente che sono i media (TV e giornali) a informare i giovani sul doping, mentre loro vorrebbero che fossero i medici, gli allenatori e la scuola a fornire queste notizie. Va notato anche un certo grado di disinteresse verso questa tematica, documentato dal fatto che circa un terzo non ha risposto a questa domanda. Sarebbe interessante comprendere le ragioni per cui le società sportive non parlano con i loro atleti di questi problemi nonché dell'uso degli integratori alimentari. Non sanno, non vogliono, la considerano una questione di etica individuale e, quindi, a carico del giovane?

Sulla base di queste prime elaborazioni si possono delineare almeno due possibili linee d'intervento così identificabili:

1. Migliorare la conoscenza dei giovani sull'uso degli integratori alimentari e delle sostanze dopanti. Ma non solo, allargando la tematica anche alla questione riguardante l'abuso indiscriminato dei farmaci si potrebbe suscitare l'interesse non solo dei giovani atleti ma anche dei non praticanti.
2. Incentivare la scuola e le società sportive a informare i giovani su questi temi attraverso dibattiti che partano dall'analisi delle abitudini alimentari degli atleti e dalle richieste dell'organismo sottoposto all'allenamento sportivo ed a periodi di grande intensità di studio scolastico.

Il Responsabile scientifico
Prof. Antonio Lombardo