

### www.socialnews.it

Anno 10 - Numero 10 Dicembre 2013

La Commissione antidoping di Massimo Casciello

Doping, a chi nuoce davvero?

di Paolo Di Marzio

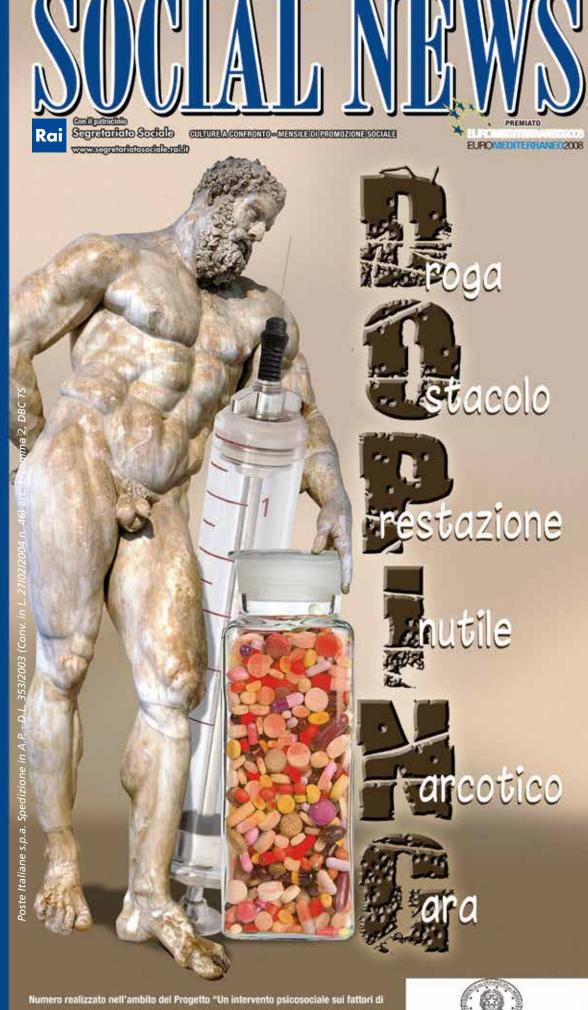
I controlli funzionano ma attenti alle scappatoie di Pino Capua

La disinformazione nel mondo del calcio di Paolo Poggi

I paradossi e i luoghi comuni come fonte di ulteriori rischi di Antonella Lizza

Dalla parte degli amatori: il ciclismo come metafora della vita di Chiara Ciuffini

Con il contributo satirico di Paolo Buonsante



rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nel contesti giovanili", finanziato dal Dipartimento della Gioventù sul bando Giovani Protagonisti 2009

Presidenza del Consiglio dei Ministri vanamento sus servotti sus servocatas rezionas

### INDICE



Il doping dilettantistico di Massimiliano Fanni Canelles

La Commissione antidoping di Massimo Casciello

Doping, a chi nuoce davvero?

Restano ancora importanti interrogativi

I controlli funzionano ma attenti alle scappatoie

La disinformazione nel mondo del calcio

I paradossi e i luoghi comuni come fonte di ulteriori rischi

Dalla parte degli amatori: il ciclismo come metafora della vita

Tutti insieme per ricordarsi che lo sport è divertimento e lezione

Il coraggio di cambiare le regole del gioco

Sport, doping e Università

Tutta colpa della mela marcia?

Incontriamo i giovani anche sui social network

Informare per crescere, riflettere e cambiare

di Lorenzo Bretti, Martina Gardelin, Alberto Marin, Beatrice Severini

L'allenatore: educatore di motivazione di Tamara Sullig

Vincere sempre, anche a costo della vita

L'importanza della formazione continua

Alla ricerca di punti di riferimento di Marcelo Azeredo Leone Lino Rodrigo

Sport e salute, responsabilità e scelta

Gli studenti protagonisti

L'esperienza degli psicologi del progetto: una rete per impedire la

di Serena Siega

La società dell'apparire e le insicurezze dell'individuo in

di Ingrid Bersenda

Il pericolo dell'uso improprio degli integratori

Gli effetti sull'organismo

Le sostanze dopanti più "trendy"

Agopuntura, un'alternativa per prestazioni migliori

di Claudio Corbellini

I SocialNews precedenti. Anno 2005: Tsunami, Darfur, I genitori, Fecondazione artificiale, Pedopornografia, Bambini abbandonati, Devianza minorile, Sviluppo psicologico, Aborto. Anno 2006: Mediazione, Malattie croniche, Infanzia femminile, La famiglia, Lavoro minorile, Droga, Immigrazione, Adozioni internazionali, Giustizia minorile, Tratta e schiavitù. Anno 2007: Bullismo, Disturbi alimentari Videogiochi, Farmaci e infanzia, Acqua, Bambini scomparsi, Doping, Disagio scola stico, Sicurezza stradale, Affidi. Anno 2008: Sicurezza e criminalità, Sicurezza sul lavoro, Rifiuti, I nuovi media, Sport e disabili, Energia, Salute mentale, Meritocrazia, Riforma Scolastica, Crisi finanziaria. **Anno 2009**: Eutanasia, Bambini in guerra, Violenza sulle donne, Terremoti, Malattie rare, Omosessualità, Internet, Cellule staminali, Carcere. Anno 2010: L'ambiente, Arte e Cultura, Povertà, Il Terzo Settore, Terapia Genica, La Lettura, Il degrado della politica, Aids e infanzia, Disabilità a scuola, Pena di morte. Anno 2011: Cristianesimo e altre Religioni, Wiki...Leaks... pedia, Musica, Rivoluzione in Nord Africa, Energie rinnovabili, Telethon, 150 anni dell'Unità d'Italia, Mercificazione della donna, Disabilità e salute mentale, Le risorse del volontariato. Anno 2012: Inquinamento bellico e traffico d'armi, Emergenza giustizia, Il denaro e l'economia, Gioco d'azzardo, Medicina riproduttiva. La Privacy, @uxilia contro il doping nello sport, Bambini Soldato, Una medicina più umana, Leggi e ombre sul lavoro. **Anno 2013**: Fuga di cervelli all'estero, La legge elettorale, Europa unita: limiti e possibilità, Costi e Riforma della Sanità, L'evasione fiscale, Maestri di strada, Siria, Malattie rare, "Per me si va nella città dolente"

Direttore responsabile:

#### Redazione:

Condirettore

Elisabetta Vignando

Capo redattore Angela Michela Rabiolo

Redattore

La Tipografica srl

Valutazione editoriale, analisi e correzione testi

Grafica Paolo Buonsante

*Ufficio stampa* Angela Caporale, Luca Casadei, Alessia Petrilli

Ufficio legale

Silvio Albanese, Roberto Casella, Carmine Pullano

Segreteria di redazione

Edizione on-line

David Roici e Federik Suli

Spedizioni

Alessandra Skerk

Responsabili Ministeriali

Serenella Pesarin (Direttrice Generale Ministero Giustizia), Enrico Sbriglia (Dirigente Generale Penitenziario con ruolo di Provveditore Penitenziario)

Responsabili Universitari

ristina Castelli (Professore ordinario Psicologia dello Sviluppo Università Cattolica), Pina Lalli (Professore ordinario Scienze della Comunicazione Università Bologna), Maurizio Fanni (Professore ordinario di Finanza Aziendale all'Università di Trieste), Tiziano Agostini (Professore ordinario di Psicologia all'Università di Trieste)

QR CODE





Questo periodico è aperto a quanti desiderino collaborarvi ai sensi dell'art. 21 della Costituzione della Repubblica Italiana che così dispone: "Tutti hanno diritto di manifestare il proprio pensiero con la parola, lo scritto e ogni mezzo di diffusione". Tutti i testi, se non diversamente specificato, sono stati scritti per la presente testata. La pubblicazione degli scritti è subordinata all'insindacabile giudizio della Redazione: in ogni caso, non costituisce alcun rapporto di collaborazione con la testata e, quindi, deve intendersi prestata a titolo gratuito.

Tutte le informazioni, gli articoli, i numeri arretrati in formato PDF li trovate sul nostro sito:

www.socialnews.it Per qualsiasi suggerimento, informazioni, richiesta di copie cartacee o abbonamenti, potete contattarci a: redazione@socialnews.it Ufficio stampa: ufficio.stampa@socialnews.it

Registr. presso il Trib. di Trieste n. 1089 del 27 luglio 2004 - ROC Aut. Ministero Garanzie Comu-nicazioni n° 13449. Proprietario della testata: Associazione di Volontariato @uxilia onlus www. auxilia.fvg.it - e-mail: info@auxilia.fvg.it Stampa: LA TIPOGRAFICA srl - Basaldella di Campoformido - UD - www.tipografica.it

Stampa: LA TIPOGRAFICA STI - Basaidella di Campotormido - UD - www.tipografica.it Qualsiasi impegno per la realizzazione della presente testata è a titolo completamente gratu-ito. Social News non è responsabile di eventuali inesattezze e non si assume la responsabilità per il rinvenimento del giornale in luoghi non autorizzati. È consentita la riproduzione di testi ed immagini previa autorizzazione citandone la fonte. Informativa sulla legge che tutela la pri-vacy: i dati sensibili vengono trattati in conformità al D.LG. 196 del 2003. Ai sensi del D.LG. 196 del 2003 i dati potranno essere cancellati dietro semplice richiesta da inviare alla redazione.

Per contattarci: redazione@socialnews.it, info@auxilia.fvg.it

### SCARICA GRATUITAMENTE DAL SITO www.socialnews.it



#### DOPING

### Anno 4, Numero 4 - Settembre 2007

Hanno scritto: Eugenio Capodacqua, Massimiliano Fanni Canelles, Angelo Maria Perrino, Silvio Garattini, Davide Giacalone, Giovanna Melandri, Eugenio Capodacqua, Bruno Pizzul, Manuela Di Centa, Pietro Mennea, Aldo Rosano, Elio Acquas, Guido Fumagalli, Cinzia Lacalamita, Emanuel Mian, Tiziano Agostini, Antonio Bonetti, Massimo Baraldo, Lina Musumarra, Alberto Foggia, Valmi Fontanot, Emanuela Pierantozzi, Giuliana Salce.

### SCARICA GRATUITAMENTE DAL SITO www.socialnews.it



### **@UXILIA CONTRO IL DOPING NELLO SPORT** Anno 9, Numero 7 - Settembre 2012

Hanno scritto: Massimiliano Fanni Canelles, Luigi Simonetto, Niccolò Mugelli, Manuela Di Centa, Anna Paola Concia, Antonio Irlando, Pietro Paolo Mennea, Pietro Errede, Gianluca Santilli, Roberta Pacifici, Tiziano Agostini e Ilaria Santoro, Alessandra Galmonte e Paolo Dosualdo, Alessandro Franco Muroni e Alessia Petrilli, Carlo Tomino, Giovanni Righi e Mauro Murgia, Daniela Cipolloni, Mariaroberta Gregorini,

# Il doping dilettantistico

di Massimiliano Fanni Canelles

Si parla spesso di doping guando atleti famosi risultano positivi ai controlli organizzati nelle manifestazioni sportive più importanti, vengono privati di titoli conseguiti illegalmente e squalificati. Tuttavia, il doping non è un fenomeno che riguardi qualche caso isolato ad alto livello. Al contrario, è estremamente diffuso anche nel mondo dilettantistico

L'Istituto Superiore della Sanità ha divulgato dei dati poco confortanti secondo i quali, su 300/350 eventi sportivi monitorati all'anno, nel 2009 è risultato positivo il 3,1% degli atleti esaminati (3,9% tra gli uomini e 1,6% tra le donne, per un totale di 1.328 atleti controllati). Nel 2001, la percentuale era ferma all'1,9%. Un trend in aumento che non accenna a diminuire, tant'è che le previsioni contenute nello stesso documento prevedono una crescita fino al 5% solo per l'anno successivo. È da tenere in particolare considerazione il fatto che questo dato statistico risulta dalla media dei controlli eseguiti sugli uomini e sulle donne. Tra i due generi vi è, infatti, una sensibile disparità: nel caso del ciclismo, sport più colpito dal fenomeno, il tasso di positività registrato nel 2009 si è assestato al 5%. Prendendo però in considerazione soltanto gli uomini, il valore sale ad un preoccupante 16%. La maggior parte degli atleti amatoriali viene trovata positiva ad un solo tipo di sostanza. Quelle maggiormente rilevate sono cannabis e suoi derivati, metaboliti della cocaina, anabolizzanti ed eritropoietina.

Il doping a livello dilettantistico, o doping "fai da te", rappresenta un problema particolarmente grave. Oltre all'alterazione delle prestazioni sportive, la somministrazione di sostanze in maniera autonoma e seguendo regole e manuali spesso trovati on-line può provocare danni consistenti alla salute dell'atleta, comprometterne l'attività agonistica e danneggiarne il fisico a lungo termine. Secondo un rapporto del Ministero della Salute del 2011, la mag-

gior parte degli atleti positivi ai controlli si giustifica dichiarando di aver assunto soltanto prodotti indicati da medici per problemi di salute e affini. Tuttavia, gli esiti degli esami sono inequivocabili, soprattutto quando riguardano i dilettanti, spesso più "ingenui" e meno consapevoli dei rischi rispetto ai professionisti.

L'aumento dell'uso di sostanze dopanti tra i non-professionisti non rappresenta soltanto un problema a livello di salute, ma è anche indicatore di come sia cambiata la concezione stessa dello sport: se, prima, l'attività sportiva rappresentava una forma di evasione orientata al benessere, oggi ogni sforzo è orientato al raggiungimento del risultato. Un risultato che può essere soltanto un successo e, per raggiungerlo, alcuni atleti sono pronti a tutto, compreso l'utilizzo di sostanze illecite come garanzia di vittoria Una possibile ricetta per arginare il problema è quella proposta dal

professor Pietro Enrico di Prampero, docente presso la Scuola di Scienze Motorie dell'Università di Udine. Al quotidiano Il Messaggero Veneto ha dichiarato: "L'unica cosa da fare, a parte la repressione dei casi dichiaratamente penali dello spaccio che poi si collega a quello di droghe di altro tipo, è di non demordere e trasmettere una cultura dello sport come mens sana in corpore sano. Insegnare ai ragazzi che se uno vince, ma tutti gli altri perdono, non è un'umiliazione, c'è sempre uno meglio degli altri." Una cultura dello sport che sia capace di riscoprire il valore della partecipazione, sottolineando l'importanza del divertimento in modo etico e legale, per uno sport e per una società più sani e più rispettosi.



Massimo Casciello

Presidente Commissione per la vigilanza e il controllo sul doping del Ministero della Salute

### La Commissione antidoping

La Commissione per la vigilanza e il controllo sul doping compila ogni anno la lista delle sostanze vietate e redige una relazione per il Parlamento. Dai dati emerge un nuovo fenomeno che mette in luce la medicalizzazione degli atleti: il 70% usa farmaci o integratori non giustificati da esigenze terapeutiche

La legge 14 dicembre 2000, n. 376 recante "Disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta al doping" ha introdotto nell'ordinamento italiano una regolamentazione innovativa ed all'avanguardia in materia di tutela della salute degli sportivi e di prevenzione e contrasto del fenomeno doping, affidando un ruolo centrale al Ministero della Salute. Il problema del doping non viene, infatti, più preso in considerazione soltanto quale violazione della lealtà e dell'etica sportiva, ma, soprattutto, come un comportamento a rischio per la salute di chi pratica attività sportiva a tutti i livelli.

In quest'ottica è stata istituita presso il Ministero della Salute, ed opera dal 2001, la Commissione per la vigilanza ed il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive.

La Commissione è composta da esperti designati dal Ministero della Salute, dal Ministero competente in materia di sport, dalla Conferenza dei Presidenti delle Regioni e Province autonome, dall'Istituto Superiore di Sanità, dal CONI e dal Comando Carabinieri per la tutela della salute.

In questi anni, la Commissione ha attuato i numerosi compiti attribuiti dalla legge, finalizzando le proprie iniziative soprattutto alla lotta ed alla prevenzione della diffusione del fenomeno doping nella popolazione giovanile e nei settori sportivi amatoriali ed in generale alla tutela della salute nelle attività soortive.

In particolare, la Commissione redige annualmente la proposta di revisione della lista dei farmaci, delle sostanze e delle pratiche mediche il cui impiego è considerato doping, assunta con decreto di concerto tra il Ministero della Salute ed il Ministero competente in materia di sport, nel rispetto della lista internazionale delle sostanze e pratiche mediche vietate per doping, emanata dall'Agenzia mondiale antidoping (WADA). Per l'anno 2013, la lista è stata assunta con il DM 17 aprile 2013, mentre la proposta per l'aggiornamento 2014 è attualmente alla firma dei Ministri competenti.

La lista comprende anche l'elenco dei farmaci, contenenti i principi attivi vietati per doping, sulle cui confezioni viene apposto un apposito pittogramma e sul foglietto illustrativo una specifica avvertenza, al fine di garantire piena informazione agli sportivi ed evitare il cosiddetto doping involontario. In questo, l'Italia si pone all'avanguardia rispetto agli altri Paesi. Per quanto riguarda l'attività di controllo antidoping, la Commissione predispone, generalmente a cadenza trimestrale, il programma dei controlli. Annualmente vengono realizzati circa 1.500 controlli, i cui risultati sono riportati nella Relazione annuale al Parlamento.

Fino al 2006, la Commissione svolgeva i controlli su tutte le manifestazioni sportive a livello nazionale. Successivamente all'affidamento al CONI del ruolo di Organizzazione nazionale antidoping, al fine di evitare sovrapposizioni e coordinare le attività di lotta al doping, è stato firmato tra questo Ministero, l'ex Ministero per le politiche giovanili ed il CONI l'Atto di intesa 4 settembre 2007, con il quale si è concordato di considerare le attività sportive non agonistiche e le attività agonistiche non di rilievo nazionale oggetto prevalente dell'attività della Commissione. Al CONI sono stati, invece, affidati i controlli sulle attività agonistiche di livello nazionale ed internazionale.

La Commissione ha, quindi, avviato un programma di controllo anche sulle attività amatoriali e sullo sport di base organizzato dagli Enti di promozione sportiva, e sta ottenendo dei risultati che dimostrano come la diffusione del doping in questi ambiti sia molto preoccupante, soprattutto in alcune discipline sportive, costituendo un serio problema di tutela della salute. Dall'analisi dei risultati dei controlli effettuati dalla Commissione nel 2013 emerge che le positività più numerose riscontrate riguardano il ciclismo e che gli agenti dopanti rilevati in percentuali maggiori sono gli anabolizzanti, seguiti dagli ormoni e dai cannabinoidi. Significativa è anche l'età degli atleti risultati positivi, che nello sport amatoriale riguarda non solo i

giovani, ma, soprattutto, la fascia di età superiore ai 39 anni. Riguardo alla territorialità, il 41% dei casi di positività è stato rilevato in gare svoltesi al Nord, il 33,3% al Centro ed il 25,6% al Sud e nelle Isole. Bisogna, comunque, considerare che circa la metà dei controlli totali sono stati effettuati nelle Regioni settentrionali, nelle quali si concentra la maggiore attività sportiva organizzata.

Altro fenomeno a cui la Commissione sta prestando molta attenzione ai fini della tutela della salute è la cosiddetta medicalizzazione degli atleti. Da un'analisi degli ultimi dieci anni di controlli emerge che, in media, il 70% degli atleti dichiara di assumere o di aver assunto farmaci non vietati e/o "prodotti salutistici" nei giorni precedenti il controllo. La categoria di farmaci più utilizzata è quella dei FANS (circa il 45% delle dichiarazioni) mentre, tra i prodotti "salutistici", prevalgono integratori e sali minerali. Spesso sono assunti più farmaci o un'associazione di farmaci e prodotti salutistici. Ciò dimostra comunque una tendenza all'assunzione di sostanze non sempre giustificata da esigenze terapeutiche. Su tale tema la Commissione ha promosso anche specifiche campagne informative finalizzate alla sensibilizzazione ed all'educazione ad un uso corretto dei farmaci e degli integratori.

La Commissione, inoltre, collabora strettamente con il Comando Carabinieri per la tutela della salute (NAS) e con la magistratura, svolgendo attività di controllo antidoping su segnalazione nell'ambito di indagini penali, considerato che, in Italia, la violazione della normativa antidoping costituisce anche un illecito penale.

La lotta e la prevenzione del doping viene attuata anche attraverso la promozione di progetti di ricerca e campagne formative/informative.

La Commissione, infatti, promuove e finanzia ogni anno un apposito bando finalizzato, da un lato, a migliorare lo sviluppo di nuovi approcci metodologici per il controllo del doping e della tutela della salute dell'atleta, alla promozione di studi inerenti lo stato di salute correlato alla pratica sportiva. ivi incluse le patologie ricorrenti in atleti ed ex atleti ed alla medicalizzazione degli atleti, nonché la promozione di studi epidemiologici retrospettivi sull'uso e sulla tipologia di sostanze e metodi vietati per doping e sull'uso di principi attivi, amminoacidi, sali minerali e nutraceutici nei praticanti l'attività sportiva a livello agonistico ed amatoriale; dall'altro, a promuovere campagne formative/informative finalizzate a diffondere, soprattutto fra i giovanissimi, una cultura dell'antidoping attraverso il coinvolgimento diretto di tutti i soggetti e le professionalità maggiormente a contatto con tale target, nelle scuole e nelle attività ludico-sportive. Le campagne sono organizzate in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità, le Federazioni sportive e gli Enti di promozione sportiva, le Regioni, le ASL, le Università ed hanno coinvolto anche categorie professionali come i medici di medicina generale e gli specialisti in medicina dello sport, i pediatri, gli insegnanti, i genitori, gli operatori del settore sportivo e le Forze dell'Ordine.

La Commissione sta anche realizzando, in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità, il portale "Salute e antidoping - Portale istituzionale della Commissione per la Vigilanza ed il controllo sul Doping e per la tutela della salute nelle attività sportive (CVD)" secondo le "Linee Guida per la comunicazione on-line in tema di tutela e prevenzione della salute" emanate dal Ministero della Salute per fornire un'informazione autorevole ed aggiornata su tutti i temi correlati al doping.

Un altro progetto in corso di realizzazione in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità riguarda il "Sistema Nazionale di Allerta Doping (SNAD)", finalizzato alla precoce individuazione di nuove sostanze e metodi utilizzati a scopo di doping potenzialmente pericolosi per la salute pubblica ed all'attivazione di segnalazioni di allerta che coinvolgano tempestivamente le strutture deputate alla lotta al doping ed alla tutela della salute degli sportivi.

Paolo Di Marzio Magistrato Sezione Penale tribunale di Napoli

# Doping, a chi nuoce davvero?

L'Italia è stata tra i primi Paesi a punire con la stessa sanzione penale chi assume, procura, somministra o comunque favorisce l'uso di farmaci proibiti per alterare le prestazioni sportive



Il doping non nasce oggi. Gli studi più recenti accreditano la tesi che gli antichi popoli sudamericani, già prima dell'arrivo di Cristoforo Colombo, utilizzassero la mescalina per migliorare le loro prestazioni. In Mesopotamia gli oppiacei erano conosciuti già millenni prima di Cristo, e da lì si ritiene siano penetrati anche nel mondo greco ed in quello romano.

La verità sembra essere che l'uomo è da sempre alla ricerca di un qualcosa, di un "aiutino", che lo renda più prestante, più sveglio, più resistente di quello che è davvero, almeno all'apparenza. Questo fenomeno non riguarda solo le manifestazioni sportive. Purtroppo, le anfetamine sono diffuse non solo tra coloro che praticano lo sport a livello agonistico, ma pure tra gli studenti che cercano di incrementare la propria capacità di memoria. Del resto, la ragione per la quale anche persone ricche, famose ed affermate fanno uso di stupefacenti sembra possa individuarsi nel desiderio di superare i propri limiti, quando lo scopo non sia solo, più rozzamente, quello di prevalere sugli altri.

Quando, però, le pratiche dopanti sono svolte per migliorare le prestazioni in una manifestazione sportiva, il fenomeno diviene ancora più pericoloso. Questo perché l'organismo umano, qualsiasi organismo umano, anche quello dei campioni, ha dei limiti e superarli, o anche soltanto avvicinarsi troppo, può produrre effetti devastanti.

All'inizio del '900 gli atleti facevano frequente ricorso alla stricnina, che favorisce lo sviluppo della massa muscolare ed è un eccitante del sistema nervoso centrale, ma è pure un potente veleno. Negli anni '60 erano molto utilizzate le anfetamine, stimolanti del sistema nervoso centrale che dovrebbero assicurare una maggiore resistenza allo sforzo. A fronte, però, di modesti benefici in termini di prestazioni sportive, è stato dimostrato che producono gravi effetti in-

desiderati a livello cardiovascolare. Chi ha studiato il fenomeno (C. Campania, M. Simone) ritiene che le anfetamine, oggi non più in commercio in Italia, siano il farmaco che ha causato il maggior numero di decessi tra gli sportivi. Più di recente sono stati propagandati come idonei ad assicurare un miglioramento sensibile delle prestazioni sportive gli ormoni anabolizzanti, che indubbiamente favoriscono lo sviluppo della massa muscolare. Ricordo che ancora qualche decennio fa erano esposti in vendita nelle palestre nelle quali si praticava la cultura fisica o il sollevamento pesi. Anche questi ormoni, però, oltre a danneggiare la struttura di alcuni tessuti e, di conseguenza, a favorire infortuni come la rottura dei tendini, si è dimostrato che aumentano in misura significativa il rischio di ictus e di infarto del miocardio. Più di recente sono state decantate come miracolose per migliorare le prestazioni sportive sostanze come l'ormone della crescita (somatotropina) e l'eritropoietina, l'ormai famosa EPO. Anche questi farmaci producono danni all'organismo e, ad esempio, tanto per cambiare, aumentano in modo esponenziale il rischio di contrarre malattie cardiache anche diversi decenni dopo averli assunti in dosi

Con riferimento alle manifestazioni agonistiche, alle gare disputate dai campioni, sembra corretto ritenere che, al giorno d'oggi, il doping non si è diffuso maggiormente. È soltanto aumentata la consapevolezza della sua esistenza e della sua dannosità.

Anche se siamo tutti ancora scossi perché un nostro atleta di grandi qualità è stato fermato per avere assunto sostanze dopanti soltanto poco tempo fa, per cercare di contrastare il doping l'Italia si è mossa per tempo. Il primo laboratorio europeo specificamente dedicato alle analisi anti-doping è

Una questione legislativa

stato aperto a Firenze nel 1961, mentre solo alle Olimpiadi di Tokio, nel 1964, si è dato inizio al controllo anti-doping sistematico sugli atleti a livello internazionale. Inoltre, l'Italia si è dotata di una normativa anti-doping che puniva con sanzioni penali chi faceva uso di sostanze proibite e chi le distribuiva (art. 3) già con la legge 26.10.1971, n. 1099. Questa legge puniva con un'ammenda anche l'atleta che si rifiutava di sottoporsi ai controlli anti-doping p. 376. del 16.11.2000.

di sottoporsi ai controlli anti-doping (art. 5). La normativa è stata poi aggiornata con la legge n. 376 del 16.11.2000. È comunque interessante notare che non sono pochi gli Stati i quali, diversamente, non hanno ancora inteso dotarsi di una legislazione anti-doping e comunque non hanno previsto sanzioni penali per chi pratica il doping o ne induce la pratica. Una legislazione che punisca il doping con sanzioni penali, infatti, non è vista di buon occhio da alcuni dei più potenti tra coloro che gestiscono lo sport internazionale, i quali preferirebbero non avere intrusi, come giudici e gendarmi, che curiosano nei loro affari. Questo dato evidenzia un altro profilo meritevole di essere sottolineato. Se l'atleta dopato raggiunge prestazioni elevate, finché non viene scoperto, quell'atleta assicura denaro alla propria società e prestigio ai colori della propria Nazione. Se non si recupera il profilo etico del problema, si finisce per cadere in un conflitto di interessi tra l'atleta e la sua società di appartenenza o, addirittura, il suo Paese. L'atleta ha infatti interesse a raggiungere elevate prestazioni sportive ma, evidentemente,

anche a non danneggiare la propria salute. Tuttavia, non

è detto che questo interesse debba essere necessariamente

comune alla società da cui guesto atleta dipende. Non sor-

prenda poi il riferimento al doping di Stato. I Paesi dell'Est

europeo l'hanno praticato sistematicamente solo qualche

decennio orsono, somministrando ogni cosa che ritenevano potesse migliorare le prestazioni sportive di qualsiasi atleta, anche se ancora bambino e, a quanto sembra, anche
all'insaputa dei malcapitati. Significativa la testimonianza
resa in proposito da una straordinaria nuotatrice della DDR,
Kornelia Ender. La vittima del doping che subisce i danni
maggiori, allora, non è il tifoso, a cui è impedito assistere
ad una manifestazione sportiva leale, ma l'atleta, che vede
compromessa la propria salute.
La legge italiana sul doping ha il merito di punire con la
medesima sanzione penale la condotta di chi assume, procura ad altri, somministra o comunque favorisce l'utilizzo
di farmaci proibiti al fine di alterare le prestazioni sportive
degli atleti, ed anche la condotta di chi persegua la medesima finalità adottando o sottoponendosi a pratiche mediche, e non farmacologiche, come, ad esempio, l'autotra-

di farmaci proibiti al fine di alterare le prestazioni sportive degli atleti, ed anche la condotta di chi persegua la medesima finalità adottando o sottoponendosi a pratiche mediche, e non farmacologiche, come, ad esempio, l'autotrasfusione del sangue. La legge è stata importante anche per aver previsto la responsabilità penale non solo dell'atleta che assume la sostanza proibita, ma anche di chi gli fornisce o somministra il farmaco dopante (art. 9, L. 376/2000). Non va, peraltro, trascurato che la legge italiana sul doping mostra indubbiamente dei limiti. Non prevede alcuna sanzione per la pratica del doping al di fuori delle manifestazioni agonistiche ufficiali, almeno espressamente. Inoltre, per l'atleta che rifiuti di sottoporsi ai controlli anti-doping non sono previste sanzioni dalla normativa statuale. Il tutto viene rimesso alle eventuali iniziative di natura disciplinare adottate dalle diverse Federazioni sportive (art. 6, L. 376/2000). Quest'ultima scelta non convince, anche perché si pongono problemi di coerenza dell'ordinamento. Al cittadino sorpreso alla quida di un autoveicolo che rifiuta di sottoporsi al test necessario per verificare che non abbia assunto quantitativi eccessivi di alcol lo Stato infligge una sanzione penale (art. 186, comma 7, D.L.vo 285 del 1992, come mod.). Al giocatore, pur professionista, che rifiuta di sottoporsi al controllo anti-doping lo Stato... non fa nulla, e rimette la vicenda alla valutazione di una Federazione sportiva.

Il problema maggiore, comunque, sembra essere il primo, la

mancanza di sanzioni e, ancor più, di controlli sistematici in relazione alle pratiche sportive non agonistiche. Anche in realtà assai piccole, infatti, le autorità locali o anche semplici gruppi di appassionati organizzano manifestazioni sportive amatoriali, e fanno bene naturalmente. Il problema è che pure prevalere nella corsa stracittadina può indurre soggetti vanitosi ad assumere sostanze dopanti, e nessuno controlla.

Il problema doping, allo stato del progresso delle scienze, non può più esaurirsi nel richiamo al dovere di lealtà nelle competizioni sportive, che impone il ripudio della ricerca di scorciatoie per prevalere. Il richiamo alla correttezza del confronto sportivo rimane fondamentale, ma il problema odierno è che sappiamo ormai con certezza che il doping fa male alla salute, e tanto.

Forse sarebbe possibile richiedere al CONI o ad altre pubbliche istituzioni, anche direttamente alle ASL territoriali, ad esempio, di procedere almeno a qualche controllo saltuario anche in presenza di competizioni sportive non agonistiche. Ne va della salute di tanti, e la Repubblica italiana è chiamata dalla sua stessa Costituzione (art. 32 Cost.) a tutelare la salute come diritto fondamentale dell' individuo.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

Alessandro Sivelli

Avvocato esperto di assistenza e difesa di colleghi e professionisti davanti ai competenti Consigli di disciplina

### Restano ancora importanti interrogativi

La legge del 2000 non si applica al mondo dello sport amatoriale, che rimane, sostanzialmente, un Far West. L'azione disciplinare scaturisce da un procedimento penale e questo genera problemi sui tempi e riguardo al diritto al giusto processo in quanto le prove verrebbero raccolte solo dal PM, pregiudicando il diritto al contraddittorio

Riassumo il contenuto della relazione da me esposta il 29 novembre scorso al convegno sul doping organizzato a Modena dall'Assessorato Politiche per la Salute della Regione Emilia-Romagna. Avendo avuto occasione di confrontarmi nella mia professione di avvocato penalista con la legislazione antidoping, penale e disciplinare, nel mio intervento ho tentato di evidenziare alcuni aspetti normativi che, a mio modesto avviso, meritano una riflessione e, forse, anche un intervento correttivo del legislatore.

La legge 376/2000 ("disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping") ha certamente riempito un vuoto legislativo che aveva provocato numerosi contrasti interpretativi, in particolare sulla possibilità di sanzionare penalmente il cosiddetto doping autogeno, ma ha privilegiato la tutela della correttezza della competizione sportiva rispetto alla tutela della salute. La norma penale (art. 9) sanziona, infatti, colui il quale "procura, somministra, assume, o favorisce" l'utilizzo di farmaci dopanti, solamente se queste condotte sono finalizzate "ad alterare le prestazio-

ni agonistiche degli atleti o modificare i risultati dei controlli" antidoping. È dunque evidente che, ad esempio, non vengono sanzionati coloro i quali assumono sostanze dopanti per finalità diverse, cioè non partecipando a competizioni agonistiche: penso ai giovani frequentatori di palestre, a coloro, sempre più numerosi, che partecipano a competizioni amatoriali, ai praticanti il body building, attività che non può certo essere equiparata ad una competizione agonistica, tanto da non essere riconosciuta da federazioni o associazioni affiliate al Coni. Il doping amatoriale non è solo molto diffuso, ma è anche molto più pericoloso perché le sostanze vengono assunte al di fuori di qualsiasi controllo medico, a differenza degli atleti professionisti, i quali vengono controllati e monitorati da medici sportivi.

La norma non sanziona neppure colui il quale cede le sostanze a questi sportivi (si fa per dire) amatoriali, salvo non si dimostri che il cedente svolga una vera e propria attività di commercio, che, secondo la giurisprudenza, presuppone un'attività organizzata e continuativa, spesso difficile da provare.

Nella mia relazione ho evidenziato anche l'incidenza delle indagini penali nei procedimenti disciplinari a carico degli atleti professionisti ed anche le problematiche che ne conseguono. Gli accertamenti svolti dal magistrato penale costituiscono infatti anche fonte probatoria nei procedimenti disciplinari.

A differenza dei procedimenti disciplinari che si instaurano a seguito di un controllo antidoping rivelatosi positivo, il procedimento disciplinare che trova origine e fonte probatoria in un'indagine penale presenta numerose problematiche.

Mentre nel caso di positività accertata

il procedimento disciplinare può essere definito a distanza di poco tempo dall'accertamento della violazione, nel caso in cui l'accertamento dell'illecito consegua all'indagine penale, inevitabilmente anche il procedimento disciplinare deve seguire i "tempi" del procedimento penale. La fase delle indagini preliminari può durare mesi e, prima che si giunga ad un giudicato, possono passare anni dall'inizio dell'indagine e dalla commissione dell'illecito (l'indagine della Procura di Padova di cui hanno dato notizia i media nei confronti di alcuni ciclisti professionisti e di un noto medico sportivo è iniziata tre anni fa. Non si è ancora conclusa e gli atti di indagine non sono stati depositati). Ma anche qualora la Procura della Repubblica trasmettesse all'autorità disciplinare competente le fonti di prova acquisite, l'autorità disciplinare si troverebbe a dover giudicare un atleta sulla base di atti d'indagine svolti dal pubblico ministero o dalla polizia giudiziaria (cioè da una parte processuale), atti di indagine che spesso non sono univoci (prove indiziarie) e che comunque devono essere vagliati nel contraddittorio del dibattimento, nel rispetto del principio del giusto processo. È notorio, infatti, che il giudizio penale si fonda esclusivamente sulle prove raccolte nel dibattimento. Potrebbe accadere, ed anzi è accaduto più volte, che le fonti di prova raccolte dal pubblico ministero, che hanno giustificato e supportato la richiesta di rinvio a giudizio, vengano successivamente smentite nel contraddittorio del dibattimento, con la conseguenza che l'atleta imputato, rinviato a giudizio, venga prosciolto.

Quali prove, dunque, può/deve utilizzare la giustizia sportiva? Quelle raccolte dal

pubblico ministero nella fase delle indagini o deve attendere il dibattimento per acquisire le prove raccolte nel contraddittorio delle parti? Possono essere utilizzati gli estratti riassuntivi delle intercettazioni telefoniche trascritte dalla polizia giudiziaria o solo le trascrizioni integrali delle conversazioni effettuate da un perito in contraddittorio delle parti? Possono essere utilizzate le dichiarazioni rese da una persona informata sui fatti alla polizia giudiziaria o le dichiarazioni eventualmente diverse che la stessa persona, in qualità di testimone, ha reso nel dibattimento?

Se la giustizia sportiva si limitasse ad utilizzare le prove raccolte dal pubblico ministero senza attendere l'esito del procedimento penale potrebbe sanzionare atleti che all'esito del processo penale potrebbero essere prosciolti pregiudicandone ingiustamente per sempre la carriera sportiva. Mi rendo anche conto che, se il procedimento disciplinare dovesse attendere l'esito del procedimento penale, potrebbe accadere che un atleta che ha assunto sostanze dopanti continui a gareggiare e l'eventuale sanzione verrebbe applicata quando ormai l'atleta ha terminato la propria carriera.

Il problema non è certo di facile soluzione, ma esiste e va risolto senza pregiudicare le garanzie difensive all'esigenza di rapidità dell'accertamento disciplinare.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

Pino Capua

Presidente della Commissione Antidoping della F.I.G.C.

## I controlli funzionano, ma attenti alle scappatoie

I laboratori sono impegnati in una corsa contro il tempo per individuare nuove sostanze che possono sfuggire ai controlli. Per fortuna, anche la consapevolezza dei rischi per la salute è migliorata. Persistono le positività per le droghe comuni

### Quanto è diffuso l'utilizzo di sostanze dopanti nel settore professionistico?

Per quanto riguarda il doping vero e proprio, l'ultimo riscontro positivo del laboratorio (escludendo quelli su cannabinoidi e cocaina degli ultimi anni) risale a molti anni fa. Risultò positivo al nandrolone il calciatore Mohamed Kallon. Fra i professionisti non ci sono più riscontri di positività ormai da molti anni. Il significato può essere doppio: abbiamo trasmesso un messaggio corretto sul piano culturale, recepito in maniera altrettanto corretta dagli atleti tesserati alla FIGC, oppure, ma mi auguro non sia mai così, gli atleti hanno trovato degli escamotage per superare i controlli del laboratorio. Secondo gli addetti ai lavori, però, al momento questa ipotesi non sussiste.

Il tema del controllo antidoping va letto sotto due aspetti: la deterrenza, cioè i controlli effettuati alla fine di ogni partita, e la consapevolezza dei rilevanti danni arrecati alla salute dalle sostanze vietate. Oggi, molti atleti non intendono più correre questi rischi.

#### Quanto è diffuso, invece, nel settore dilettantistico?

Dal punto di vista istituzionale, la risposta è tecnicamente molto simile. Benché i controlli siano delegati al Ministero della Salute, e guindi non al CONI, né alla Federcalcio, anche fra i dilettanti i riscontri di positività sono pari a zero, salvo una minima percentuale di cannabis e cocaina. La risposta non rappresenta una mia impressione, ma un dato di fatto frutto del lavoro svolto nel tempo. Rimane sempre il timore, riferendoci non solo all'Italia, ma in generale al mondo della WADA (Agenzia mondiale antidoping) che possa evolvere un metodo per doparsi senza che ciò risulti al laboratorio. Sottolineo un aspetto importantissimo: il laboratorio che esegue i controlli antidoping è sempre lo stesso, quello della Croce Rossa di Roma che ha rilevato tutti i casi recenti di positività nell'atletica leggera, nel ciclismo e nel pattinaggio. Non cambia, quindi, il rapporto tecnico di analisi. Il riscontro di positività alle analisi, pertanto, non è influenzato dal laboratorio.

#### Esistono differenze fra i vari sport?

Sì. Il laboratorio di Roma opera le analisi nei diversi ambiti sportivi (calcio, pugilato, ciclismo, atletica, ecc.) e riscontra positività negli sport diversi dal calcio. Il caso Schwazer, per citare un celebre esempio recente, ci fa capire che, evidentemente, nell'atletica la situazione è diversa. Se un atleta ricorre a sostanze dopanti, per noi è doloroso, non certo piacevole. Esistono, però, delle differenze: intendo sottolineare che noi, nel mondo del calcio, non ci riteniamo bravi e non pensiamo di aver risolto il problema, ma siamo sempre vigili nella ricerca di eventuali sostanze che in futuro potrebbero essere usate senza che il laboratorio riesca a rilevarle.

#### Quali sono le politiche adottate dalla FIGC per prevenire, da un lato, e combattere, dall'altro, il fenomeno?

Questo aspetto è estremamente importante. La politica è quella di ottemperare a tutte le regole dell'antidoping mondiale. Siamo, infatti, perfettamente allineati a tutti i regolamenti della WADA che, attraverso il CONI NADO (Agenzia Nazionale Antidoping), giungono alla Federcalcio. Dipendiamo, pertanto, direttamente dalle decisioni della WADA e, quindi, del CONI.



Il settore professionistico del calcio è controllato da CONI e FIGC. Il controllo si esegue nella totalità delle partite di serie A, in circa il 50% delle partite di serie B, in circa 1/3 delle partite di LEGAPRO e in più sono controllati a spot il torneo Primavera, il calcio femminile e il calcio a 5. Nelle manifestazioni ufficiali, oltre agli accertamenti della FIGC si aggiungono anche controlli eseguiti "fuori competizione". Seppur in numero variabile a seconda della stagione, i controlli effettuati dalla FIGC sono circa 2.000 all'anno. La Federcalcio sostiene, inoltre, un progetto di informazione e diffusione della cultura: con "Campioni senza trucco", stilato e organizzato insieme ad UNICEF, raggiungeremo in quattro città pilota circa 6.000 studenti di scuole medie e superiori, ai quali offriremo la possibilità di seguire i temi attinenti alla sfera della salute e dell'antidoping come materia di studio. I ragazzi cominceranno a comprendere e a digerire gli argomenti con un opuscolo creato dalla Commissione Antidoping qui a Roma. Le prime quattro città pilota sono Potenza, Firenze, Pescara e Crema. Nei prossimi anni, in collaborazione con UNICEF e con il contributo del CONI, che ci affiancherà per migliorare la qualità del lavoro organizzativo, cercheremo di estendere l'ambito del progetto. Il contributo da noi apportato è, quindi, sia culturale, sia scientifico. La Commissione Antidoping dispone, infatti, delle competenze per condurre ricerche, sempre a cura e finanziate dalla Federcalcio, per ricercare, tramite le analisi, sostanze che, per ipotesi, dal punto di vista scientifico e con le attuali regole di laboratorio, oggi non vengono rilevate. Forniamo, così, alla WADA un contributo in più. Cerchiamo di essere propositivi e collaborativi in un mondo molto vasto, quello dell'antidoping, composto da WADA, CONI e, in questo caso, Federcalcio.

Per noi la lotta al doping non è mai conclusa. Anche se da tanti anni non riscontriamo positività, e questo ci rallegra perché può significare che il nostro lavoro ha conseguito dei risultati concreti, manteniamo sempre alta la guardia e ci sentiamo spronati a continuare la ricerca di soluzioni che possano migliorare la qualità del lavoro.

Domande poste da Giacomo Ferrara

Paolo Poggi

Ex calciatore di serie A, oggi allenatore del settore giovanile dell'Udinese

### La disinformazione nel mondo del calcio

"Barare, prendere una scorciatoia, trovare la soluzione più comoda... non ci sarebbe più alcuna soddisfazione, nessun valore dei risultati raggiunti e una percezione totalmente sfalsata del nostro corpo, delle nostre capacità e della comprensione del limite"

Alla fine degli anni '80 era consuetudine ricorrere a flebo e punture di "Corteccia Rossa". Un dopante? Un integratore? Non ho mai avuto informazioni al riguardo. Lo facevi perché ti fidavi del medico. Non sapevi di cosa si trattasse e avevi timore a chiedere perché sapevi che avresti dovuto affrontare partite, sforzo fisico e non volevi opporti ai "consigli" di chi, in teoria, ne sapeva più di te di queste cose...

Nella mia carriera sportiva, fortunatamente, anche nei campionati più importanti, quali Coppa Italia e Coppa Uefa, ho dovuto affrontare solo raramente problematiche legate al doping. Alla fine degli anni '90, quello del doping è tornato ad essere un argomento molto discusso. Si insinuavano i primi dubbi che anche nell'Udinese si usassero sostanze dopanti perché correvamo molto di più, senza comprendere che ciò che faceva davvero la differenza nella nostra squadra era la testa, l'allenamento. Che senso può avere in uno sport di squadra l'uso di doping da parte di singoli soqgetti? Non ce l'avrebbe nemmeno se fatto dall'intero team, ma ritengo sia principalmente una problematica individuale, di disagio personale, di incapacità di guardare in faccia il 'duro lavoro', affrontarlo, vincerlo e andare oltre se stessi solo grazie alla propria fatica. Fatica... sacrificio... Chimere per molti. Chi arriva ad alti livelli nel mondo del calcio è già un "Supereroe". La pressione a cui si è sottoposti a livello fisico e mentale è fortissima. È uno sport, una scelta, un privilegio, ma anche profondo sacrificio, se fatto davvero con passione, serietà, professionalità, costanza. Che senso ha utilizzare sostanze dopanti? Fare tanta fatica, onestamente e poi barare, prendere una scorciatoja, trovare la soluzione più comoda... non ci sarebbe più alcuna soddisfazione, nessun valore dei risultati raqgiunti e una percezione totalmente sfalsata del nostro corpo, delle nostre capacità e della comprensione del limite. Se non si guardano in faccia i propri limiti, quelli reali, com'è possibile superarli, com'è possibile trovare un reale equilibrio ed un vero orgoglio nei risultati raggiunti? Rimarrà solo insoddisfazione, finto appagamento, senso di inadeguatezza, eccesso. Ho visto molte potenziali stelle del calcio spegnersi ancor prima di riuscire a brillare davvero, soprattutto giovani stranieri, condotti verso scelte sbagliate, spinti all'utilizzo di sostanze dopanti nella totale inconsapevolezza e poi scoperti, sospesi, allontanati. A volte si gioca con la vita delle persone, usando la loro ignoranza (nel senso di ignorare, non conoscere), approfittando della loro fiducia e fragilità, senza rendersi conto del danno che si può provocare. Mi è capitato più di una volta di essere estratto a sorte nel post partita per i controlli antidoping. La sensazione percepita è davvero spiacevole. Ti senti un sorvegliato. Il calcio vero, quello per cui un calciatore vive, deve essere sano.

Il calcio malato cessa di essere uno sport, diviene solo un mezzo per raggiungere obiettivi completamente estranei alla passione, all'emozione, alla totale dedizione. Sarebbe di fondamentale importanza inserire nei campionati dilettantistici e tra i giovanissimi una cultura della 'buona informazione'.

La maggior parte delle volte, i messaggi trasmessi dai media riguardo al doping sfociano nella disinformazione, creano ambiguità e scarsa chiarezza. Le immagini televisive possono essere mal interpretate dai 'non addetti ai lavori'. È necessario avere le idee chiare sullo sforzo a cui si sottopone un giocatore quando affronta una normale partita di Serie A. Non tutte le immagini di 'calciatori e flebo' implicano l'uso di doping. A fine match, un calciatore pesa solitamente circa due chili in meno, persi in liquidi. Reintegrarli è necessario, soprattutto se nella stessa settimana si devono affrontare altri incontri. Liquidi e sali minerali (di solito somministrati via flebo) sono fondamentali per ristabilire la forma fisica ed evitare spiacevoli incidenti. Dopo una stagione di 50/60 partite, il corpo è molto provato, non solo a causa dello sforzo continuo, ma anche per i contatti, gli scontri, le ginocchiate, le gomitate... A questo si aggiunge il regime alimentare, lo stress psicologico ed emotivo, dato da sacrifici e rinunce propedeutiche al raggiungimento di prestazioni elevatissime.

Sono convinto dell'assoluta realizzabilità di un calcio pulito. La sinergia

tra allenamento, cervello e cuore è molto più potente di qualsiasi sostanza dopante. Lo sport, il calcio, per chi lo vive in maniera autentica, diventa una vera e propria fissazione. È la passione sana, non quella malata e dopata, che ti porta a non poter mai staccare la testa da questo pensiero, ad avere un chiodo fisso che impegna ogni minuto del tuo tempo.

Mi ritengo un privilegiato per aver avuto la possibilità di raggiungere i livelli più elevati di questo sport. Ho provato emozioni fortissime, la maggior parte date dall'entusiasmo e dal coinvolgimento dei tifosi. Senza i tifosi il calcio non sarebbe



la stessa cosa, mancherebbe la magia, il sale, il fuoco. Quando smetti di giocare, ciò che ti manca davvero non è il calcio in sé, ma tutto quello che viene prima della partita, l'adrenalina che sale, lo spogliatoio, il sottopassaggio, il rumore dei tifosi, i loro volti sorridenti e tesi che ti fanno sentire responsabile delle tue azioni. Le sostanze dopanti causano nelle persone che ne fanno uso una de-responsabilizzazione, un superonismo (che non ha nulla a che vedere con la mia idea di calciatore 'Supereroe' legata all'energia fisica, alla concentrazione mentale, alla forza di volontà) che trasmette messaggi deviati e crea tensione anche nel rapporto con il pubblico.

Chi gioca in Serie A e non è dotato di qualità tecniche deve possedere una fortissima motivazione ed una straordinaria capacità di concentrazione rispetto all'obiettivo da raggiungere. Non si diventa calciatori di livello per caso e non si possono mantenere prestazioni di qualità nel lungo termine se non ci sono prestanza fisica (data da madre natura e costante allenamento) e/o profonda passione per ciò che si sta facendo. Chi si dopa non resiste a lungo, dura un soffio di vento o rischia di farsi molto male

Nel calcio non è la singola prestazione a fare la vera differenza, ma quella della squadra, della società, del 'pacchetto completo', di ogni singolo individuo, calciatore, allenatore, medico, psicologo che vive con dedizione il proprio mestiere e, in team, desidera giungere al risultato.

Cogliere un qualsiasi obiettivo dopandosi toglie ogni dignità all'azione. Come si può guardarsi allo specchio ed essere orgogliosi delle proprie mete? Bastano gloria e ricchezza per giustificare il proprio comportamento? Credo sia troppo poco vivere di questo. Lasciarsi ingannare dai 'sogni facili' non porta lontano. Spesso, il messaggio trasmesso dai media è una vera e propria distorsione della realtà. Ci sono sicuramente cose più complesse e dolorose nella vita che diventare calciatore, ma il sacrificio è sempre messo in secondo piano. A far scalpore sono le immagini di divertimenti estremi, lusso, business. Tutto questo c'è, è reale e i soldi usati in maniera speculativa rovinano il mondo del calcio, ma credo potrebbero pervenire messaggi ben più costruttivi dal mondo del pallone. Questi, però, non creano vero rumors. A volte bisognerebbe essere più responsabili, meno provocatori e meno leggeri. Chi ci guarda, ci vive spesso come un modello, un esempio. È una responsabilità importantissima. Quale messaggio diamo ai bambini, ai giovani? vince l'eccesso o la serietà del lavoro duro? Ma qui scendiamo nella valutazione della nostra società, non riguarda più solo il mondo del calcio. Finché nella società non cambieranno i valori e gli ideali su cui costruire un percorso di crescita e di esempio virtuoso, difficilmente il mondo del calcio cambierà. Di conseguenza, il problema doping non scomparirà, anzi.

Chi fa spettacolo ha il dovere di rendere migliore la società.

#### Antonella Lizza

Vincitrice di 10 titoli mondiali in fitness e body building. Premio Grimek nel 2012 e Master Doctorate honoris causa per lo sport dalla Imperiale Accademia di Russia Moscow University Sancti Nicolai nel 2006.

# I paradossi e i luoghi comuni come fonte di ulteriori rischi

"L'aspetto più inquietante è la mentalità della farmacologia estetica: la pillola miracolosa che crea il corpo senza fare sport. È tanto diverso l'uomo che vuole avere spalle muscolose dalla donna che si innesta un seno finto, dalla ragazza che prende la pillola anoressante o dal ragazzo che si sballa in discoteca? Ognuno insegue il suo archetipo, cambia la formula magica, ma il sogno che si insegue resta quello di piacere ed attrarre"

Mi occupo di formazione e di educazione nello sport da oltre 30 anni. Molte volte è emerso il tema doping: vantaggi e svantaggi, presupposti, implicazioni psicologiche e sociali, aspetti medici e legali. Il fenomeno esiste e non si può negare riguardi sia gli atleti di alto livello, sia gli sportivi amatoriali. I pilastri fondanti restano l'aspetto dell'illecito sportivo e l'aspetto del danno alla salute. Si assiste, tuttavia, a luoghi comuni e paradossi che rappresentano, a mio parere, un ulteriore rischio: fare della facile demagogia sottovalutando complesse interazioni, non solo mediche e sportive. Il progetto per il quale mi si chiede un contributo si rivolge ai giovani. È importante non sottovalutare ciò che essi pensano perché – come sappiamo – è il "consenso" ad avere potere sulle scelte individuali e collettive, molto più di ogni azione preventiva basata sul divieto o sulla repressione. Vorrei sottolineare con un po' di vivacità alcuni aspetti critici emersi nel confronto con tante persone e ambienti.

#### PARADOSSO 1

#### ILLECITO SPORTIVO E SVILUPPO SCIENTIFICO

L'agonismo è la ricerca della vittoria, del miglioramento continuo della prestazione e del risultato. Ovviamente, lo sport "insegna" il valore della vittoria non diviso da altri valori. Questa è la sua importante missione sociale ed educativa.

In senso lessicale, il concetto di illecito sportivo deriva da regole e codifiche formali. Se una sostanza o pratica è dichiarata doping, diviene illecita e concretizza un'"ingiustizia sportiva". Qualcuno ha affermato, in modo provocatorio, che, se il problema è l'equità e la correttezza, "consentendo agli atleti di un certo livello il libero uso di certe sostanze e pratiche, sarebbero tutti ad armi pari".

Regole e codifiche possono anche dipendere da presupposti socio-culturali: scienza e medicina consentono oggi di ottenere risultati impensabili decenni fa. Un'automobile sempre più sofisticata è come una scarpa speciale per chi corre. Emblematico il caso di Oscar Pistorius, l'olimpionico amputato bilaterale che correva i 100, 200 e 400 con protesi in fibra di carbonio. Nel 2005 espresse il desiderio di poter correre coi normodotati in occasione dei Giochi Olimpici di Pechino 2008. La IAAF respinse inizialmente la sua richiesta sostenendo che "un atleta che utilizzi queste protesi ha un vantaggio meccanico dimostrabile (più del 30%) se confrontato con qualcuno che non usi le protesi"

Analogamente, anche la manipolazione nutrizionale o le pratiche mediche (se non direttamente lesive alla salute propria e altrui) potrebbero essere considerate miglioramenti della scienza e non doping. Forse non è giusto condannare tout court ogni progresso considerandolo un inganno rispetto ai principi di correttezza sportiva. Altri esempi: da anni le donne assumono ormoni in chiave di anticoncezionali e questa pratica viene considerata progresso; le terapie ormonali sostitutive per menopausa e andropausa stanno sviluppando



sempre più raffinati protocolli antiage; il recupero da lesioni e incidenti sportivi non è esente da terapie anche molto invasive per migliorare i tempi di recupero post trauma. Tutto ciò è scienza o pratiche contro natura?

È necessario che scienza e medicina approfondiscano e creino principi trasparenti e realistici per distinguere terapie consentite in un determinato quadro psico-fisico e terapie illecite.

#### PARADOSSO 2

#### **SALUTE E PRESTAZIONE**

La paura di perdere la salute non è un deterrente sufficiente perché si può anche "scegliere" il rischio della malattia: le campagne antifumo e antialcool (per inciso, spesso mi fanno notare che lo Stato che combatte il doping per motivi di salute è lo stesso che ha il monopolio del tabacco) mostrano chiaramente che a livello psicologico un piacere presente vince su un rischio futuro. Ancor più nell'agonismo, l'aspettativa di un risultato immediato - oppure posposto nel tempo, ma molto ambito - rappresenta una motivazione psicologica spesso superiore alla paura del rischio salute.

Fermo restando che una persona adulta e senziente potrebbe obiettare che ha il diritto e la libertà di comportarsi come vuole nei limiti del "neminen laedere".

Le motivazioni consce e inconsce che portano a determinate scelte risiedono nella comparazione danni/benefici. Dal punto di vista psicologico, l'atteggiamento di un atleta master e quello di un giovane si differenziano e diverse possono essere le scelte e la percezione di questo rapporto. Ritengo che sul tema sia necessario offrire informazioni realistiche e parlare di casi concreti con i quali i giovani possano confrontarsi. Le sostanze e le pratiche diffuse non riguardano solo incremento della forza e della muscolatura. Dal punto di vista epidemiologico, gli steroidi sono causa di mortalità o malattia più bassa rispetto agli stimolanti del sistema nervoso e cardiaco, ai diuretici, alle manipolazioni sanguigne e pressorie, agli anoressanti e farmaci per il controllo del peso. Paradosso: la malattia stessa è doping; esempio: si è notato che gli atleti gravati da midollo spinale danneggiato, proprio per le caratteristiche della loro malattia, in seguito ad un dolore anche procurato guadagnano migliori prestazioni cardiache e muscolari. Si auto lesionano, così, con tagli, scarpe strette, piccole scariche elettriche, non andando in bagno. Tale pratica viene definita "boosting" ed è considerata illegale dal Comitato Paralimpico Internazionale dal 1994.

Rispetto al rapporto vantaggi/rischi, possiamo affermare che "il doping fa, ma non è l'essenza":

- Genetica/struttura, abilità fisica, atteggiamento mentale, sfera emotiva, fortuna... in ogni sport questi elementi concorrono parallelamente e costantemente e non sono influenzati dal doping;
- L'abilità tecnica, ma anche l'adattamento muscolare (massa, forza, resistenza) si perfezionano negli anni e con l'esercizio. Il doping modifica alcune soglie, ma non sostituisce l'allenamento:

- L'atleta più dopato, o più tecnicamente preparato con supporti leciti o illeciti, non è sempre l'atleta che vince o che realizza il miglior risultato. (Un asino dopato non diventa cavallo purosangue anche se, a volte, gli corre accanto...);
- Le manipolazioni più estreme sono quelle con maggior tasso di rischio per la salute. I risultati ottenuti sono spesso quelli che si perdono immediatamente al termine della procedura adottata.

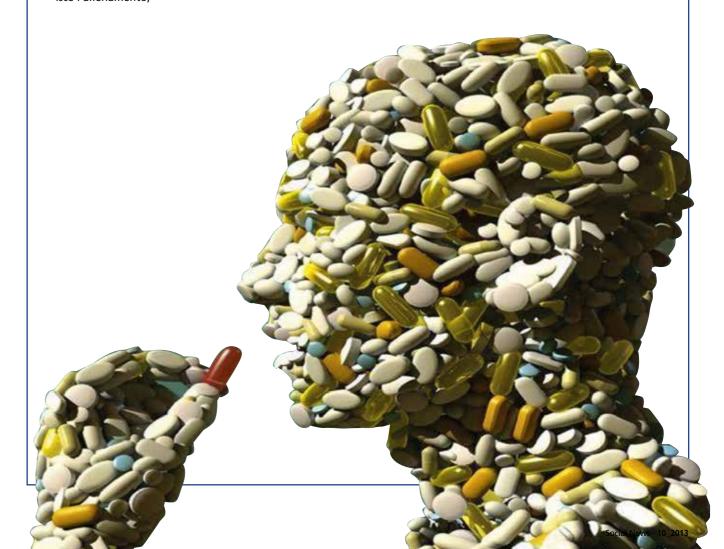
#### PARADOSSO 3

#### **DOPING SENZA SPORT E SUCCESSO**

L'aspetto più preoccupante del fenomeno doping non è quello degli sportivi professionisti: le loro motivazioni economiche e di successo sociale sono facilmente comprensibili, tutto il sistema premia determinati risultati e la pressione a mantenere certi livelli atletici è altissima. Qui si tratta di atleti in grado di ricevere supporti medici qualificati, con un rapporto vantaggi/rischi premiante, che, indipendentemente dal doping, si allenano pesantemente. Sono comunque Atleti con la A maiuscola.

L'aspetto più inquietante è la mentalità della farmacologia estetica: la pillola miracolosa che crea il corpo senza fare sport. È tanto diverso l'uomo che vuole avere spalle muscolose dalla donna che si innesta un seno finto, dalla ragazza che prende la pillola anoressante, dal ragazzo che si sballa in discoteca? Ognuno insegue il suo archetipo, cambia la formula magica, ma il sogno che si insegue resta quello di piacere ed attrarre.

A livello sociale, credo che il vero pericolo sia l'idea falsa che tutti possono raggiungere qualsiasi risultato. Basta trovare il "modo". Non è vero. Non tutti possono fare tutto. La bella notizia è che, tuttavia, tutti valgono tanto anche senza essere atleti, attori, modelle.



Chiara Ciuffini

Ciclista per Velo Group MGK Vis team Somec di Forlì e campionessa mondiale di ciclismo amatoriale Uci World Cycling Tour final 2013

### Dalla parte degli amatori: il ciclismo come metafora della vita

Passione, sacrificio e sudore bastano per arrivare alla meta, ma i controlli sono ancora pochi e le medie delle prestazioni sembrano a volte sovrumane. Sempre più team introducono dei codici etici, ma troppo spesso c'è chi vende la propria vita e la propria salute per una vittoria finta

Sono nata e vivo all'Aquila. Pratico il ciclismo da un tempo relativamente breve, 5 anni, dall'anno del terremoto nella mia città. Ho cominciato per scherzo, poi ho avuto la fortuna (o sfortuna) di correre un anno tra le professioniste. Un anno che di professionismo non ha avuto nulla, soprattutto a livello di trattamenti. Sono tornata subito nel mondo amatoriale, dove ho raggiunto dei buoni obiettivi, come la conquista del campionato mondiale amatori.

Nella mia esperienza di 3 anni di gare, sono stata sottoposta in una sola occasione ad un test antidoping. Una pratica a me sconosciuta, che mi è stata fatta vivere con molta tranquillità, locali idonei, persone competenti e capacità di mettermi a mio agio. Ho avuto persino la possibilità di entrare accompagnata scoprendo solo in un secondo momento di averne il reale diritto. È per questo che consiglio a tutti i miei colleghi di informarsi su cosa sia realmente possibile e cosa non lo sia. So per certo che non tutti rispettano le norme igienico/sanitarie/umanitarie di cui abbiamo diritto. Secondo me, i controlli sono ancora troppo poco frequenti. Credo che bisognerebbe incrementarli, ma l'eccezione è sempre rappresentata dal loro costo elevato. gravante sull'organizzazione della manifestazione sportiva. Di conseguenza, queste sono "obbligate" a rinunciarvi. Nella mia breve carriera ciclistica non ho mai ricevuto proposte da parte di altri atleti relative a sostanze dopanti, né ho mai assistito alla pratica delle stesse. Si tratta di un gesto che trovo scorretto, non solo verso la mia persona, ma soprattutto verso i valori stessi che lo sport mi ha donato, quali la correttezza, la trasparenza, l'amore per la sana competizione.

Non so se qualcuno faccia effettivamente uso di qualcosa. All'interno del gruppo, tanti amano parlarne e accusare altri atleti con forza, senza però possedere riscontri certi. Vero è che in corsa si giunge a medie e prestazioni a volte esagerate. Il corpo umano sconta limiti fisiologici spostati, però, molto in avanti con l'avvento di nuove tecnologie, nuovi materiali e metodi di allenamento. Un ciclista medio può migliorare le sue prestazioni utilizzando dei buoni parametri di allenamento quotidiano e di alimentazione. Posso però affermare per certo che, per raggiungere determinati obiettivi, l'unica via percorribile passa attraverso passione e sacrificio. In molti migliorano facendo sacrifici enormi solo in nome dell'amore per la bici e della sana competizione. L'uso di certe sostanze non solo crea danni allo sport e alla sana competizione, ma soprattutto al proprio fisico e, magari, alla prole futura. Per ultimo, anche alle proprie finanze, essendo questa pratica molto costosa. Ho sentito parlare anche dai giornali di traffici di prodotti venduti sottobanco da dipendenti ospedalieri, a volte sottraendo medicinali a chi ne abbia un bisogno reale e vitale, il tutto solo per la gloria di una domenica da "falsi vincitori"

Quest'anno faccio parte del team Velo Group MG K Vis team Somec di Forlì, il quale, da qualche anno, ha introdotto come norma portante la sottoscrizione di un codice



Chiara Ciuffini il giorno della vittoria al campionato mondiale di ci-

etico nel quale ogni atleta crede e sostiene fortemente. Tramite il codice etico, l'atleta si impegna a competere in modo sano, pulito e trasparente.

Per me il ciclismo è fatica, sudore, passione vera. Mi dà una gioia immensa. Dopo ogni fatica, infatti, la soddisfazione ripaga ogni goccia di sudore perso.

lo dico solo che amo questo sport alla follia. Lo amo tantissimo e lo amo pulito, chiaro e trasparente. W la bici! W il ciclismo pulito!

# **TUTTI INSIEME PER RICORDARSI** CHE LO SPORT È DIVERTIMENTO **E LEZIONE DI VITA**

Da tre anni in provincia di Catania si ripete la manifestazione Sun&Sport che ha l'obiettivo di sensibilizzare i ragazzi sulle nuove dipendenze. Un'occasione per vedere da vicino grandi atleti, ma, soprattutto, per socializzare in maniera sana

non di droghe. È uno slogan semplice, che riesce a raccogliere mezzo migliaio di giovani ogni estate, sin dal 2001, nel piazzale Com di Acireale, a pochi chilometri

Il Sun&Sport è una manifestazione polisportiva organizzata dall'associazione Elios, un punto di riferimento per gli sportivi che si preparano ai rispettivi campionati e a fine agosto possono concedersi un po' di svago prima degli allenamenti

Giacomo Antronaco, navigato ex capitano del Basket Acireale e di recente pivot di Giarre e Aci Bonaccorsi, è l'anima dell'evento sin dai suoi primi passi grazie anche al ruolo nell'associazione. La spinta decisiva affinché la manifestazione acquisisse un'importanza che andava oltre la cittadina acese è arrivata nel 2010.

Proprio durante quell'edizione iniziava

getto "Fuori dal tunnel" della cooperativa Futura 89. L'obiettivo era, e rimane tuttora, quello di sensibilizzare i giovani contro le nuove dipendenze come il do-

L'iniziativa più evidente è il messaggio "Fatti...di sport" stampato su tutte le magliette indossate dai partecipanti e guindi pubblicizzato sia agli spettatori, sia agli stessi atleti. Si vuole così sottolineare l'unione tra aspetto ludico e impegno sociale, fondante per l'associazione e i ragazzi che la animano.

Gli eventi collaterali organizzati vanno dalla compilazione dei questionari alla partecipazione alle conferenze sull'argomento alla presenza anche di esperti e delle autorità locali.

Si è ripetuta la formula nelle tre edizioni successive, con un crescente coinvolgimento dei giovani. Anche attraverso

ACIREALE (Catania) - "Fatti di sport", una collaborazione triennale con il proera sempre lo stesso: la sensibilizzazione contro il doping e le droghe in generale. Con il tempo si sono aggiunte altre associazioni, come Vola e Modavi, che hanno contribuito ad aumentare la rete di collahorazione

> Uno dei tornei più sentiti, a cui partecipano i giocatori più rappresentativi della zona, è quello di pallacanestro che in provincia, fortunatamente, non ha mai registrato casi eclatanti di doping, né scandali. I controlli, tuttavia, non sono mai sufficienti. Nello sport dilettantistico sarebbero difficilmente gestibili, soprattutto a livello economico. In quest'ambito, però, sopperisce l'informazione che parte già dalle scuole e dai centri minibasket.

> > Roberto Quartarone Giornalista e scrittore di libri sullo sport



Un momento della manifestazione del 2011 (tratto da basketcatanese.it)

Social News 10 2013 Social News 10 2013

Giovanni Pullini

Avvocato e Dottore di Ricerca in Diritto Industriale. Docente a contratto in Diritto Commerciale CCdS LT in Economia Presso l'Università di Udine. Si occupa di etica e fair play nella Regione Friuli Venezia Giulia in UdinEtica

### Il coraggio di cambiare le regole del gioco

Sono convinto si debba azzerare il sistema così com'è concepito e ricominciare dalla scuola, dai giovanissimi, mettendo in campo strutture per lo sport e giovani professionalmente preparati, varando un piano che porti alla naturale separazione tra sport amatoriale e sport professionale, o sport spettacolo, che dir si voglia, con regole diverse, ma certe. Solamente così lo sport tornerà ad essere quel linguaggio universale colto dai giovani in maniera naturale

Noi ex militanti del Fair Play - associazione riconosciuta dal Coni - ormai liberi pensatori, abbiamo sempre sostenuto un principio fondamentale che, un tempo, coniugava tre realtà distinte:

"Sport – Etica – Giovani". Pensavamo che il nemico giurato di questo credo, di questo nobile spirito, di questo importante pubblico, fosse il "doping".

Ne abbiamo parlato molto e in diversi palcoscenici, con conclusioni, alle volte, assolutamente disarmanti.

Ma perché continuiamo a porci domande sul rapporto etica – doping – sport pur rendendoci conto che ogni battaglia è ormai perduta?

Nei convegni da noi promossi o ai quali abbiamo partecipato condividendo linee di pensiero con altri addetti ai lavori, abbiamo speso fiumi di parole e proiettato numerose slides più o meno indicative su questo argomento, cercando formule di speranza e testimonianze di personaggi o atleti ai quali abbiamo chiesto di ergersi a paladini di questo spirito. Non riusciamo o, forse, non vogliamo renderci conto che l'ideologia dell'eccellenza sportiva, generata dal successo e sostenuta dai profitti mediatici e finanziari di cui godono molti campioni, a qualsiasi livello, ha annichilito l'eccellenza morale, sociale, professionale e, di conseguenza, il rispetto dell'etica sportiva.

Quando iniziamo a perdere i valori lungo la strada, perdiamo i punti di riferimento di uno stile di vita.

Quando un importante risultato sportivo si raggiunge attraverso una scorciatoia, che siano agenti anabolizzanti, ormoni, epo, sostanze stimolanti o trattamenti talmente sofisticati da non essere nemmeno facilmente individuabili, si produce un inganno alla libertà dell'essere umano in quanto persona, ma, soprattutto, l'atleta mente a se stesso.

Quando vengono violate le regole del gioco leale, si ruba a qualcuno la vittoria e il furto è un reato punito dal codice penale! Eppure, tutto questo avviene continuamente sotto i nostri occhi.

Istituzioni pubbliche, Coni, case farmaceutiche, medici, arbitri, tecnici e allenatori, società sportive, perfino i giornalisti. Tutti sono coinvolti in qualche modo e a diverso titolo. Allora, dov'è la risposta?

Perché non abbiamo il coraggio di cambiare le regole e ricominciare tutto da capo, dai giovanissimi, dalle scuole?

Perché non siamo capaci di riconoscere, ad esempio, che il calcio non è più uno sport, ma un gioco professionale straordinariamente pagato, che fa spettacolo e, come tale, dovrebbe non essere più riconosciuto dal Coni e dalle federazioni? La stessa cosa dovrebbe valere per il ciclismo, la pesistica, lo sci e tutte quelle che oggi definiamo "discipline sportive e olimpiche", ma che, in realtà, hanno perso ogni punto di riferimento con lo spirito olimpico.

Vorrei citare uno dei principi cardine della carta olimpica. Recita: "Lo scopo dell'Olimpismo è quello di porre in ogni luogo lo sport al servizio dello sviluppo armonico dell'uomo, allo scopo di incentivare la nascita di una società pacifica, desiderosa di salvaguardare la dignità umana".

Nello sport moderno, troviamo ben poco di questo nobile principio.

È tempo di ammetterlo. Lo sport si evolve in uno spartiacque: da un lato, il bello, il proselitismo, il rispetto delle regole e dei valori morali; dall'altro, il successo a qualunque costo e le inevitabili derive dettate dal denaro. In questo punto dovremmo tracciare un solco significativo tra sport amatoriale, nel quale la partecipazione agonistica è sana, spontanea e risponde a numerose esigenze fisiche, e lo sport professionale (o spettacolo?) dove tutto è concesso. È venuto, forse, il momento di associare una nuova definizione al concetto di "Sport" dimenticando gli ormai vecchi luoghi comuni.

Sport significa ancora gioco, divertimento?

La forza, la spontaneità, l'energia, messe in campo insieme alle regole che dovrebbero trasformare questo gioco/divertimento in elemento di cultura e bellezza, sono ancora in grado di rappresentare elementi nobilitanti?

Se nelle nostre menti è radicato questo semplice concetto di sport, perché ci troviamo quotidianamente in presenza di storie di atleti famosi che, improvvisamente, si riscoprono ingannatori di se stessi e schiavi di tecniche suggerite da medici correi che propongono prodotti "miracolosi" e società che offrono denaro, molto denaro, come premio per un risultato ottenuto a tutti i costi?

Certamente questi atleti hanno assaporato il successo e la vittoria unitamente a fiumi di denaro che hanno premiato i loro risultati. Quando si parla di questi "campioni" nelle diverse specialità, si parla di "sport ad alto livello". Passi pure il concetto di "alto livello", ma veramente possiamo ancora chiamarlo sport?

Alcuni di questi atleti si stanno ancora leccando le ferite dopo un umiliante ritiro dalla scena sportiva. Altri, addirittura, hanno lasciato la madre terra proprio a causa di quelle sostanze che avrebbero dovuto trasformarli in dei di un olimpo ormai pieno di crepe.

Noi, liberi pensatori di sport, parliamo ancora di etica quale elemento essenziale per ritrovare il giusto cammino. Ma cosa possono fare piccoli predicatori come noi, se non cercare di fare proselitismo per ritrovare il senso di "competere per la gloria di partecipare"? Ci troviamo a combattere contro titani quali le case farmaceutiche, i media, che trasformano eventi olimpici in strumenti di marketing politico-industriale, gli interessi economici che ruotano attorno ai mercanti di uomini per lo sport (calciatori, piloti, giocatori di basket, sciatori...). Essi predicano "l'obbligo di competere e il vincere ad ogni costo". Qui non c'è spazio per la cultura della sconfitta, per il diritto di ciascuno a non dover diventare un campione a futti costi.

È una lotta impari e lo sappiamo, ma non vogliamo ammetterio!

Ormai, quello di De Coubertin è divenuto un lungo sonno dal quale difficilmente ci risveglieremo. Per parlare di un eroe moderno, che combatte strenuamente contro il doping, mi viene in mente Sandro Donati. Quante denunce nei suoi libri, quante battaglie all'interno di quel palazzo del Coni nel quale lamentava annidarsi dirigenti incompetenti e servili e poltronisti di ogni specie.

Un ente presente solo da noi in Italia. Gli altri Stati hanno il Ministero dello Sport.

Sono convinto si debba azzerare il sistema così com'è concepito e ricominciare dalla scuola, dai giovanissimi, mettendo in campo strutture per lo sport e giovani professionalmente preparati, varando un piano decennale che porti alla naturale separazione tra sport amatoriale e sport professionale, o sport spettacolo, che dir si voglia, con regole diverse, ma certe.

Solamente così lo sport tornerà ad essere quel linguaggio universale colto dai giovani in maniera naturale.

Occorre, però, che qualcuno (istituzioni, insegnanti, allenatori e anche noi stessi ex atleti, ora umili predicatori di un credo spirituale) crei le condizioni adatte a sfruttare le possibilità sociali, culturali ed etiche offerte dallo sport: nuovamente educazione, piacere dell'incontro, anche competitivo, e scuola di vita per i giovani, senza bisogno della ricerca di inganni. Lo sport merita di essere riscoperto e riconsegnato alle future generazioni come un valore di virtù, bellezza e speranza. Solo allora comprenderemo interamente il contenuto di natura etica presente in almeno tre degli otto principi fondamentali della Carta olimpica.

Concludo con una citazione di Albert Camus: "In fin dei conti, quello che so con maggiore certezza sulla morale e sugli obblighi degli uomini, lo devo allo sport".



Sempre più spesso il tema delle sostanze d'abuso viene inserito nei programmi accademici con la finalità di trasmettere un'idea "pulita" dell'attività e dell'educazione fisica, mezzi eccellenti per promuovere l'educazione, la salute e il rispetto dei più basilari valori sociali

Lo sport e gli atleti sono, oggigiorno, degli esempi di condotta e comportamento per i giovani ed è quindi particolarmente importante che diventino veicoli di messaggi positivi. Per questo motivo anche le principali organizzazioni internazionali come ONU e UNESCO, ma anche continentali come Unione Europea e Consiglio d'Europa hanno dato impulso alla costituzione di un ventaglio di norme e regole di comportamento uniformi ed il più possibile condivise.

Lo sport può così diventare uno strumento di promozione dei diritti umani, intesi in senso ampio ed inclusivo: questa visione è supportata anche a livello accademico, tant'è che, da alcuni anni, presso la Scuola di Scienze Politiche dell'Università degli Studi di Padova è attivo un insegnamento denominato, prima, "Diritti Umani e sport nel diritto dell'UE" e, ora, "Diritto e Politica Europea dello Sport". Il corso, tenuto dall'Avv. Jacopo Tognon, componente italiano del Tribunal Arbitral du Sport di Losanna, si occupa di molteplici temi, tra i quali spiccano la normativa nazionale ed internazionale contro il doping nello sport, il rapporto tra sport e discriminazione, la tutela della donna atleta, la tutela della salute, la protezione dei minori nello sport e non soltanto da un punto di vista esclusivamente europeo.

Al di là di questo caso specifico, è sempre meno raro che il tema del doping, declinato nelle maniere più varie, entri tra le aule universitarie. Nello scorso autunno, l'Università degli Studi di Udine in collaborazione con l'Istituto "Maritain" ha, infatti, organizzato una serie di incontri dal titolo "Over the top. Prestazioni, doping e limiti: il senso dello sport e il senso della vita". Il professor Luca Grion, titolare della cattedra di Filosofia Morale e responsabile scientifico delle conferenze, sintetizza così su controcampus.it l'input dal quale è partito: "Vogliamo veramente che i nostri figli si formino nel mito della vittoria costi quel che costi? Se questa strada non ci piace e riteniamo utile e saggio coltivare un'idea, romantica, ma non antiquata, di sport come buona pratica di vita e come palestra di vita buona, allora è urgente fermarci e riflettere sul senso della pratica sportiva e sui pericoli che lo insidiano, doping, innanzitutto"

Un elemento significativo è che studi, conferenze e lezioni per approfondire il tema non sono realizzate e seguite soltanto da studenti e professori di Scienze motorie e affini, ma anche da quelli di scienze politiche e di ambito letterario. Ciò dimostra come il doping sia percepito quale problema trasversale della società e vada quindi affrontato, anche a livello accademico, come tale, coinvolgendo il maggior numero di energie possibile

Angela Caporale Collaboratrice SocialNews

Alessandro Bortolotti

Ricercatore in Didattica e Pedagogia speciale - Università di Bologna

## Tutta colpa della mela marcia?

Invece di analizzare il contesto nel quale si genera l'uso di sostanze dopanti, chi risulta positivo viene emarginato e messo alla gogna. Così alcuni atleti vengono sacrificati sull'altare del profitto e dell'immagine nazionale, mentre il sistema continua a fagocitare altre vite

La tesi che intendo sostenere in queste righe è semplice: a mio avviso, la pratica del doping va considerata un fenomeno socialmente determinato (per non dire stabilito), contrariamente a come viene presentato generalmente attraverso la retorica pubblica. Siamo soliti trattare il tema del doping a livello quasi esclusivamente individuale: il "farsi", insomma, sarebbe frutto della scelta del singolo atleta bramoso di vittoria. Questa visione del fenomeno risulta funzionale a mantenere inalterato il gioco della macchina stessa che lo mette in moto, la quale, attraverso il meccanismo diabolico dell'addossare la responsabilità della "macchia" al singolo, può permettersi di rimanere fuori dai giochi e, dunque, presentarsi davanti a tutti come totalmente pulita.

Ovviamente, la mia tesi è una generalizzazione, può essere soggetta a "svarioni" clamorosi. Posso, tuttavia, fare affidamento su una conoscenza personale piuttosto ampia, ancorché aneddotica, al fine di individuare dei riferimenti per sostenerla con convinzione.

Il primo va, ovviamente, al cosiddetto "doping di Stato". Così è stata definita la pratica che, nell'ex Germania Est, ha portato alla vittoria numerosi atleti in svariate discipline olimpiche negli anni in cui il Muro di Berlino rappresentava una solida realtà. Si conoscono casi clamorosi di nuotatrici ed atlete sottoposte a pesanti "cure ormonali" che hanno consegnato loro (e alla Nazione che rappresentavano) vittorie ed onori. Questi spingevano in alto l'ideologia socialista che rappresentavano, il che ha, di fatto, aumentato il tonfo alla caduta del "socialismo reale". Interessante notare il seguente fattore di genere: si trattava soprattutto di donne perché, nel loro ambito, la concorrenza internazionale era inferiore. Quindi, in una logica strettamente manageriale, del tipo costi/benefici, maggiori le probabilità di successo del "programma". Non dimentichiamo che ciò ha condotto ad un notevole tributo in termini di sofferenza individuale: clamoroso il caso di una lanciatrice pressoché costretta a cambiare sesso a causa del bombardamento ormonale maschile alla quale è stata sottoposta per aumentare il suo livello di forza.

Ma non andava tanto meglio nei sistemi contrapposti, i cosiddetti "regimi democratici". Per motivazioni legate alla sete di guadagno o al mantenimento di posti di comando negli enti preposti al controllo delle attività istituzionali (poco importa se comitati o federazioni nazionali o internazionali), al fine di contrastare le superpotenze avverse una qualche forma di aiuto andava trovata.

Vale la pena aprire qui una parentesi riguardo ad una caratteristica interessante dello sport, la sua natura estremamente adattabile: lo sport è costituito da un insieme di pratiche estremamente trasformabili sulla base del tipo di società che le adotta, ma che, nello stesso tempo, ne trasforma tecniche e regolamenti. Per questo motivo, è stato definito un "camaleonte".

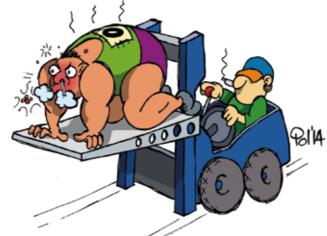
Ma torniamo al tema dell'influenza sociale del doping nello sport. Abbiamo visto che, storicamente, la guerra fredda aveva supportato tali pratiche attraverso programmi di Stato finalizzati a dare lustro alla Nazione e, di riflesso, all'ideologia rappresentata. Chiaro che, con la caduta del Muro e la fine della logica dei blocchi contrapposti, non c'era più nessun bisogno di agire in tal modo. Tuttavia, la fame di successo non è calata, anzi. Con la sempre maggiore copertura mediatica e il

conseguente intervento massiccio degli sponsor, nello "sport spettacolo" il giro d'affari è aumentato enormemente e con esso gli appetiti. Da questo punto di vista, il caso più clamoroso rimane il ciclismo, per motivi di "sub-cultura" specifica (nel doping è sempre stato all'avanguardia) e di tipo tecnico (essendo uno sport di resistenza, di fatica, è indispensabile aiutarsi in qualche modo).

In sostanza, nel momento in cui si individua una "mela marcia" nel mondo sportivo, in realtà dovremmo chiederci quale sia il ruolo giocato dal gruppo sociale che attornia l'atleta. Ad esempio, Marco Pantani era sostanzialmente senza famiglia e circondato da barracuda. Risulta, dunque, l'esempio paradigmatico di una vittima del sistema-ciclismo. Molto diverso parrebbe il caso di Lance Armstrong, ma, in realtà, pare che nel mondo del ciclismo tutti sapessero. Del resto, le sue vittorie sono (paradossalmente) lì a testimoniarlo: chiunque abbia fatto un po' di sport "vero" sa che tali imprese non erano umane. O si trattava di un marziano, oppure... Non a caso è stato tradito da un "compagno" di squadra con il quale ebbe degli screzi per motivi finanziari: alla fine, le motivazioni più profonde di questi soggetti sono prosaicamente legate agli affari, più che alla gloria.

Per concludere, vorrei sottolineare un aspetto relativo alla comunicazione sul doping, mettendo in mostra come il mancato utilizzo di forme capaci di rendere consapevoli possa purtroppo portare ad effetti paradossali. La celeberrima favola di Prokof'ev insegna che continuando ad urlare "al lupo al lupo" si rischia di non farci più caso proprio quando ciò sarebbe utile. Un meccanismo analogo si verifica nel denunciare continuamente chi vince perché dopato: ciò suggerisce una "scorciatoia" ai giovani atleti in grado di cogliere il nesso causa-effetto insito nel messaggio precedente, il quale suona più o meno "chi vuole vincere deve doparsi". Tenendo presente che, purtroppo, tale affermazione non è molto lontana dalla realtà, concluderei che il "vero" sport è quello che si effettua ben lontano dai riflettori dello spettacolo, ed è lì che dovrebbe lavorare un vero educatore. Alla luce della ribalta sono troppi i compromessi ai quali occorre scendere per continuare la propria attività in forme dignitose.

### ENTRA ORA IN PISTA LO SFIDANTE ACCOMPAGNATO DAL SUO ALLENATORE...



Laura Redolfi
Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

# Incontriamo i giovani anche sui social network

"È opportuno rafforzare anche i fattori di protezione dei ragazzi, come l'autostima buona, la capacità di far fronte alle difficoltà, la gestione delle emozioni, la corretta percezione delle proprie abilità"

Dopo un percorso di formazione specificamente dedicato a noi giovani psicologi, a metà del secondo anno di sviluppo delle attività collegate al progetto "Un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso di sostanze dopanti nei contesti giovanili", finanziato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento della Gioventù, Bando Giovani Protagonisti 2009 e in collaborazione con @uxilia Onlus, sono stati realizzati diversi interventi da parte di psicologi nelle scuole superiori di numerose regioni d'Italia. In collaborazione con altri colleghi, la sottoscritta ha avuto l'onore di svolgere i propri interventi di disseminazione in Sardegna.

Impariamo a conoscerli

Il fenomeno del doping è pericolosamente diffuso non soltanto nell'agonismo, ma anche a livello amatoriale. dove i controlli sono rarissimi e i pericoli sono forse anche maggiori: spesso, i prodotti vengono acquistati su internet e senza una conoscenza precisa sulla provenienza e sull'esatta composizione. Ma non si tratta soltanto di utilizzare sostanze. Esistono anche strategie alternative, come la (auto) trasfusione del sangue o la semplice alterazione del campione da sottoporre all'esame anti-doping. Sostanze o metodi, il doping rappresenta un sistema sleale per cercare di migliorare la propria prestazione, oltre che una pratica nociva per la propria salute. Le sostanze impiegate possono, infatti, causare seri danni irreversibili. Se chi "si dopa" è uno sportivo a livello agonistico, va incontro anche a sanzioni come la revoca dei titoli e dei premi vinti, multe, squalifiche. Rischia anche sanzioni penali e la reclusione.

L'obiettivo del progetto è stato, quindi, quello di formare ed informare i giovani delle scuole superiori sui rischi legati all'uso delle sostanze dopanti. Giovani che, invece di impegnarsi con le proprie risorse o che pensano di non essere abbastanza capaci per raggiungere i risultati desiderati, possono decidere di ricorrere al doping.

Grazie all'impegno dei colleghi psicologi è stato redatto un programma informativo ed educativo per trasferire un messaggio dai contenuti specifici come la corretta pratica sportiva pulita ed i potenziali danni derivanti dall'assunzione di sostanze dopanti. Il metodo è stato scelto in modo da riuscire a coinvolgere al massimo i ragazzi: buste con parole chiave che sollevavano discussioni, giochi con le citazioni di persone famose per le quali bisognava indovinare "chi l'ha detto?", video-testimonianze, domande aperte in modo da favorire la condivisione di esperienze personali. Gli argomenti sono stati scelti in modo da coprire al meglio il tema principale: i rischi legati all'uso delle sostanze dopanti. Sono stati discussi ed illustrati i concetti fondamentali come sport e doping, la definizione e il ruolo della WADA (Word Anti-Doping Agency). In breve, sono stati illustrati le sostanze e i metodi dopanti, i loro effetti sulla salute, le sanzioni previste nello sport e, infine, le alternative possibili al doping. Per valutare il livello di conoscenza del fenomeno (pre-test) e l'apprendimento (post-test) oltre che l'efficacia dell'intervento, è stato somministrato un questionario anonimo subito prima e dopo l'intervento condotto dallo psicologo.

Certamente, per un argomento così importante, la sensibilizzazione e la trasmissione di informazioni sul fenomeno rappresentano un passo decisivo. Il coinvolgimento attivo delle scuole, che durante l'adolescenza assumono un ruolo cruciale nella formazione dei

ragazzi, è indispensabile. Tuttavia, la sola prevenzione non può essere sufficiente. Il mondo dello sport, ad ogni livello, gli allenatori, gli insegnanti di educazione fisica, i vari canali di comunicazione di massa, come mass-media ed internet (e, perché no? i social network) appaiono fondamentali per la loro capacità di trasmettere messaggi con i quali si può incidere sui valori che determinano i comportamenti. E per potenziare l'effetto della prevenzione attraverso i metodi informativi, sarebbe opportuno rafforzare anche i fattori di protezione dei ragazzi, come l'autostima buona, la capacità di far fronte alle difficoltà, la gestione delle emozioni, la corretta percezione delle proprie abilità. Un rapporto di fiducia con l'allenatore o con l'insegnante di educazione fisica può far sì che, attraverso le lodi e le critiche giuste, la discussione delle difficoltà, la buona comunicazione, il giovane sportivo si senta capace e con le giuste aspettative prima di una gara.

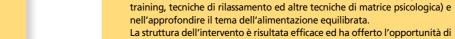
La battaglia contro il doping deve quindi divenire un'attività che coinvolga più organizzazioni, dello sport e del sociale, e che viaggi attraverso i diversi canali di comunicazione. Necessita di informazione e formazione e deve coinvolgere non solo gli sportivi, ma l'intera sfera educativa.

Social News 10 2013



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

# INFORMARE PER CRESCERE, RIFLETTERE E CAMBIARE



sviluppare gli obiettivi preposti.

hanno espresso interesse nei confronti delle alternative al doping (mental

Di seguito riportiamo alcuni commenti rilasciati nei post test:

- "Per me è stata un'esperienza nuova ed innovativa e mi è servita per capire una realtà che prima non conoscevo così bene":
- "Questo progetto è molto utile per conoscere le conseguenze del doping e sarebbero utili più di due ore";
- "Non pensavo che il doping fosse così pericoloso";
- "Molto interessante e istruttivo, mi ha insegnato molte cose che sicuramente mi saranno utili";
- "Mi è piaciuta la modalità dell'intervento che includeva la partecipazione deali studenti":
- "Credo che l'intervento sia stato davvero interessante ed utile per capire come funziona il mondo dello sport";
- "...molti di noi avevano solo un'idea vaga sul doping, con questo intervento abbiamo capito meglio!";
- "...inizialmente pensavo fosse inutile, due ore sprecate... dopo mi sono reso conto che era fondamentale spiegarlo in classe":
- "È stato molto interessante approfondire l'argomento...almeno sappiamo dove si può trovare e magari evitarlo...provoca gravi problemi";
- "Questo intervento di formazione è stato molto utile ed interessante, soprattutto dal punto di vista educativo";
- "Ha suscitato più interesse su ciò che può succedermi se faccio uso di determinate sostanze"
- "Praticare sport significa confrontarsi con la propria forza di volontà e doparsi non è la via d'uscita per essere forte!"

### INTERVENTI SVILUPPATI NEL FRIULI VENEZIA GIULIA

Gli interventi sono stati realizzati nei mesi di novembre e dicembre del 2013, coinvolgendo unicamente realtà scolastiche e non sportive. Le scuole secondarie superiori che hanno aderito alla proposta sono state l'ISIS "Caterina Percoto", Udine ed il Liceo Scientifico "Nicolò Copernico", Udine. In riferimento all'ISIS "Caterina Percoto" sono state coinvolte 5 classi (una seconda, due terze e due quarte). 5 classi anche al Liceo Scientifico "Nicolò Copernico" (una prima e quattro seconde).

Gli interventi proposti hanno coinvolto una singola classe per volta per un tempo pari a 2 ore. Si è optato per una metodologia interattiva e di coinvolgimento dei ragazzi.

Sebbene parte dell'intervento abbia avuto un carattere informativo (fornire conoscenze), l'obiettivo è stato perseguito cercando di partire dalle idee, dalle teorie e da ciò che i ragazzi sapevano per poi costruire insieme a loro concetti e definizioni. In breve, si è lavorato con i ragazzi e non sui ragazzi, tentando di stimolare ed elicitare in loro punti di vista e prospettive ora nuove, ora diverse. Si è ritenuto opportuno creare un clima accogliente e di fiducia su cui poi edificare l'intervento.

La modalità di realizzazione dello stesso, rilevando le considerazioni dei ragazzi, è stata da loro ritenuta efficace, funzionale e coinvolgente. Il tempo a disposizione è stato spesso un elemento critico: ripetutamente emergevano elementi e argomenti che i ragazzi avrebbero desiderato approfondire maggiormente o su cui creare momenti di confronto e discussione più significativi e più incisivi. Queste condizioni potevano essere perseguite disponendo di un tempo maggiormente in linea con tali necessità.

Dai questionari di valutazione somministrati agli studenti a conclusione dell'intervento è generalmente emerso un forte interesse ed un desiderio di approfondimento rivolto alle "testimonianze reali" da parte di chi ha incontrato e conosciuto l'esperienza del doping, alle sostanze e alle conseguenze psicologiche e fisiche conseguenti, agli integratori alimentari e alle "alternative al doping" intese in termini di situazioni e condizioni potenzialmente critiche e di una loro appropriata gestione partendo primariamente da risorse e strategie mentali, personali e psicologiche (psicologia dello sport). I ragazzi hanno mostrato modalità partecipative. Interessati e motivati. si sono mostrati disponibili a portare nel gruppo il proprio punto di vista, impegnandosi a creare utili momenti di discussione. Sono emersi numerosi punti di contatto e di somiglianza fra "il modo in cui si affrontano le esperienze sportive ed il modo in cui si affrontano le esperienze della vita quotidiana e scolastica". Alcuni ragazzi hanno mostrato di risultare "esperti" rispetto alla tematica in questione, con conoscenze specifiche e puntuali (prevalentemente, ragazzi che praticano sport a livello agonistico o amatoriale, comunque da molti anni).

Si è evidenziata una modalità di partecipazione curiosa e propositiva.

In conclusione, l'architettura delle attività proposte è risultata funzionale permettendo di perseguire gli obiettivi configurati.

Alcuni studenti delle scuole secondarie di Friuli Venezia Giulia, Veneto e Lazio sono stati coinvolti in una serie di incontri mirati alla conoscenza del doping e di alcune tecniche alternative, come il mental training, in un'ottica di prevenzione del fenomeno

#### INTRODUZIONE

L'attività di formazione nel progetto "Un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili" finanziato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri, Dipartimento della Gioventù, nell'ambito del bando Giovani Protagonisti 2009 è stata svolta nelle Regioni Friuli Venezia Giulia, Veneto e Lazio. Sono stati coinvolti diversi istituti Medio-Superiori delle province di Udine, Venezia e Rieti. Gli interventi si sono svolti nei mesi di novembre e dicembre del 2013.

Il progetto è il risultato della collaborazione tra i diversi psicologi che hanno aderito all'iniziativa formativa. La costruzione dell'intervento risulta, quindi, il prodotto di diversi punti di vista, professionali e teorici. Durante il corso di formazione abbiamo ricevuto gli strumenti necessari per informare e formare giovani studenti e/o sportivi sul tema del doping, con particolare attenzione ai fattori protettivi, in un'ottica di prevenzione del fenomeno. Il gruppo di lavoro ha sviluppato una serie di azioni e di strategie in funzione del proprio orientamento, teorico o interazionista (Salvini, Dondoni, 2011).

#### ACCENNI TEORICI

L'approccio interazionista si inserisce nella corrente della psicologia post moderna. Nello specifico, il modello appartiene al paradigma interazionale-strategico, che si presenta come pluralista, pragmatico e relativista. Tale modello si ispira al presupposto che le realtà psicologiche e sociali siano costituite dalle azioni e dai procedimenti conoscitivi utilizzati per descriverle. spiegarle ed interpretarle. In questo modo, gli effetti di un intervento, dal punto di vista interazionista, emergono dalla comunicazione e dalla relazione tra professionista e cliente, in un'ottica di cambiamento. I processi di costruzione della realtà sono quindi attribuibili ad atti ed azioni intenzionali, anche se non sempre consapevoli, che configurano situazioni e soggetti attivi rispetto agli eventi. L'intervento è guindi finalizzato a modificare le modalità con cui ogni individuo rappresenta il mondo, entra in rapporto percettivo - emotivo con le sue situazioni di vita, ricostruisce l'esperienza autobiografica ed anticipa gli eventi futuri. L'approccio interazionista considera, quindi, il modo di agire come il prodotto di una costruzione attiva di significati da parte di attori in relazione tra di loro e con se stessi attraverso forme di negoziazione sociale storicamente contestualizzate (Salvini, Pagliaro, 2007). Tale approccio identifica come area d'indagine le modalità di costruzione della realtà di una persona, ovvero i processi che generano quella realtà, ponendo attenzione al "come" piuttosto che al "cosa". Viene così messo in luce il processo stesso di conoscenza: l'analisi non si muove in un'ottica di "scoperta" della realtà, ma di descrizione dei processi di conoscenza discorsivamente intesi che la costruiscono e la configurano come tale. Questo approccio rende possibile la costruzione di interventi finalizzati non tanto ad informare, ma a formare, offrendo ai destinatari dell'intervento uno spazio in cui confrontarsi in modo attivo rispetto ai propri punti di vista ed alla modalità di percezione di un fenomeno. Per quanto riguarda il tema del doping, tale cornice teorica ci ha offerto l'opportunità di interagire con gli studenti in un'ottica di analisi dei processi, ponendo particolare attenzione - come afferma Johnson - "alle intenzioni e ai comportamenti sul doping che vengono veicolati dalle percezioni personali, relativamente alle possibili conseguenze, alla probabilità percepita che tali conseguenze si verifichino e ai fattori sociali/situazionali favorevoli o inibenti" (Johnson,

Un'ulteriore teoria che ci ha permesso di indagare in modo efficace il fenomeno del doping è la teoria della motivazione intrinseca ed estrinseca che genera al suo interno, rispettivamente, un clima orientato al compito ed un clima orientato all'io (Nicholls, 1984). Secondo tale teoria, la pratica motoria sportiva può rappresentare di per sé un piacere (motivazione intrinseca) e generare un orientamento al compito tale per cui lo sportivo si confronta nel tempo con le proprie prestazioni. Al contrario, lo sport può venire praticato non per ragioni personali, ma esterne (motivazione estrinseca). Questo porterà ad un orientamento all'io, ad un confronto costante con le prestazioni degli altri atleti.

#### **OBIETTIVI, STRATEGIE E AZIONI**

#### Objettive

Informare e formare giovani studenti e/o sportivi sul tema del doping, con particolare attenzione ai fattori protettivi, in un'ottica di prevenzione del fonomeno.

- Sotto obiettivo 1: indagare il fenomeno del doping secondo la teoria dell'assunzione del rischio (Teoria Socio-Cognitiva di Bandura).
- Sotto obiettivo 2: indagare l'orientamento motivazione allo sport, secondo la Teoria della Motivazione Intrinseca ed Estrinseca.

#### • Strategie

La modalità di conduzione dell'intervento è stata interattiva ed orientata a generare una riflessione critica sul tema da parte del gruppo. Si è quindi deciso di lavorare attraverso l'utilizzo di alcuni items, che hanno favorito il confronto e la discussione, e di supporti video.

#### Azion

Si è cercato di costruire assieme al gruppo le diverse definizioni partendo dal punto di vista degli studenti, con il fine di stimolare il confronto e renderli attivi rispetto al tema proposto.

#### ΤΕΜΙ ΤΡΑΤΤΑΤ

Gli argomenti sviluppati sono stati:

#### • spo

- vittoria (possibilità/impossibilità a dare sempre il massimo, ponendo particolare attenzione alla teoria della motivazione al compito o alla performanco)
- testimonianze di sportivi: video di Carlo Petrini ed Eugenio Bani
- doning
- WAD
- sostanze e metodi dopanti
- Tribunale Nazionale Antidoping (squalifica sportiva) e Giustizia Penale, ovvero sanzione penale (L. 376/2000)
- steroidi anabolizzanti: effetti di potenziamento ed effetti collaterali
- ormoni pentidici (FPC)
- metodi dopanti (doping genetico ed emotrasfusione)
- integratori alimentari e relativo doping involontario
- testimonianze di Fabrizio Ravanelli e Zdenek Zeman relative al caso Juventus
- alternative al doping (allenamento costante, alimentazione equilibrata e psicologia dello sport)

### INTERVENTI SVILUPPATI NELLA REGIONE VENETO LORENZO BRETTI, MARTINA GARDELIN

L'attività di formazione relativa al presente progetto è stata svolta nelle giornate del 4, 5, 6 e 7 novembre 2013. Sono stati coinvolti tre istituti Medio-Superiori nella provincia di Venezia: I.T.I.S. A. Pacinotti, Mestre (VE); I.I.S. G. Bruno, Mestre (VE); I.T.T. E. Fermi, Venezia.

Per ogni istituto sono state coinvolte cinque classi ed ogni intervento aveva la durata di due ore. In totale, sono stati raggiunti direttamente dall'intervento circa trecento studenti.

Nelle classi interessate dal progetto, gli alunni hanno partecipato attivamente, intervenendo e riportando punti di vista personali, esplicitando senso critico e capacità riflessiva rispetto al tema proposto. Alcuni di loro hanno dimostrato delle buone conoscenze pregresse e hanno dimostrato di saper gestire i tempi e i modi per intervenire all'interno di un gruppo.

La modalità interattiva proposta è quindi risultata efficace per indagare su quanto fossero informati sul doping e in che modo percepissero il rischio rispetto all'assunzione di determinate sostanze e alle possibili conseguenze. È stato, inoltre, possibile fare emergere esperienze personali che hanno offerto l'opportunità di individuare le diverse motivazioni alla pratica sportiva. Tra le richieste esplicitate nel questionario di valutazione, alcuni studenti

### INTERVENTI SVILUPPATI NELLA REGIONE LAZIO ALBERTO MARIN

Gli interventi si sono svolti nel periodo compreso tra il 12/11/2013 ed il 16/11/2013 presso l'Istituto di Istruzione Superiore "Elena Principessa di Napoli" Istituto Magistrale Statale, Liceo Musicale -Liceo Linguistico – Liceo delle Scienze Umane – Liceo delle Scienze Umane Op.ne Economico Sociale di Rieti.

Presso l'Aula Magna dell'Istituto sono state coinvolte sedici classi, per un totale di diciotto ore. Gli interventi sono stati caratterizzati da un tempo di due ore ciascuno, con la presenze di una o due classi contemporaneamente, dalle I alle IV. Gli studenti intervenuti sono stati più di 400.

L'iniziativa ha avuto una rilevanza anche a livello mediatico con la realizzazione di un articolo sul giornale locale "La cronaca di Rieti" e con la realizzazione di un servizio giornalistico sul telegiornale locale.

In base ai presupposti teorici precedentemente esposti, si è voluto affrontare il progetto attraverso una modalità il più possibile interattiva, partendo dalle conoscenze degli studenti, in modo tale da sviluppare un pensiero critico e far sì che l'intervento risultasse il più utile possibile. Si è partiti dalla convinzione che un ragazzo, una volta ritornato a casa dopo la formazione, abbia lo "zaino" qualitativamente più pieno, se quello che ha ascoltato durante queste due ore è il risultato di esperienze e ragionamenti frutto del suo pensiero e di quello dei suoi compagni di classe, rispetto ad un ascolto passivo e distante dell'esperto di turno. La modalità di interazione è stata favorita da una disposizione a cerchio, attraverso la quale il formatore e tutti i ragazzi hanno avuto la possibilità di vedersi e confrontarsi. In fase di contatto con l'Istituto è stato individuato un professore referente per il progetto, nel caso specifico il Coordinatore del Dipartimento di Scienze motorie; questo allo scopo non solo di facilitare l'organizzazione, ma, soprattutto, per lasciare, una volta finiti gli interventi, un punto di continuità al quale i ragazzi potessero rivolgersi per approfondire le

I professori delle classi coinvolte nel progetto sono stati lasciati liberi di partecipare più o meno attivamente all'intervento. Alcuni hanno preso parte anch'essi al cerchio assieme ai loro allievi, altri hanno preferito restare all'interno dell'aula, ma in posizione esterna al cerchio. In altri casi, l'intervento si è svolto alla sola presenza degli studenti.

Nella maggioranza dei casi, prima dell'inizio del gruppo di lavoro, si è riusciti a confrontarsi con i professori rispetto ad eventuali tematiche salienti alle quali la specifica classe poteva essere sensibile e sulle quali ritenevano maggiormente utile soffermarsi

La maggior parte degli studenti ha partecipato attivamente alla formazione, dimostrando in diversi casi di essere a conoscenza del fenomeno, anche se, spesso, in maniera non molto chiara. In altri casi, il fenomeno appariva molto distante dalle loro esperienze. Si è cercato di incentrare l'attenzione più sulla costruzione condivisa dei fattori di rischio rispetto al fenomeno doping piuttosto che creare una campagna terroristica meno utile di fronte a queste tematiche e per la fascia d'età coinvolta; ciò allo scopo di far emergere un pensiero critico al quale, ci si auspica, i ragazzi possano far riferimento nell'eventualità di un incontro diretto con la problematica. Preme sottolineare che gli effetti collaterali devastanti dovuti all'assunzione di sostanze dopanti non sono stati tralasciati. Le difficoltà incontrate sono relative alla numerosità di diversi gruppi coinvolti

- a volte superiori a cinquanta unità e ciò ha reso non sempre semplice il mantenimento dell'attenzione - e alla durata non sempre precisa degli interventi, spesso iniziati in ritardo causa spostamenti per raggiungere l'Aula Magna da parte delle classi della succursale dell'Istituto.

Si riporta un sostanziale raggiungimento degli obiettivi proposti. In particolar modo, la partecipazione è stata costante e attivamente critica. Per questi motivi, gli interventi, pur mantenendo una scaletta prefissata, sono stati diversi per ogni classe, adattandosi alle riflessioni relative alle singole esperienze degli studenti.

Dai questionari post intervento compilati dai ragazzi emerge un concreto apprezzamento della modalità dell'intervento ed una comprensione degli argomenti trattati. Spicca, inoltre, un interesse nell'approfondimento su alcuni argomenti, come le alternative al doping e, in particolare, la psicologia dello sport.

#### RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Johnson, M. B. (2012). A systemic social-cognitive perspective on doping. Psychology of Sport and Exercise. 13, 317-323. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.12.007.
- Nicholls, J. G. (1984). Conceptions of ability and achievement motivation. In R. Ames
   & C. Ames (Eds.), Research on motivation in education (Vol. 1, pp. 39-73). San Diego,
   CA: Academic Press.
- Pagliaro G., Salvini A., (2007). Mente e Psicoterapia: modello interattivo cognitivo e modello olistico, UTET, Padova.
- Salvini A., Dondoni M., (2011). Psicologia Clinica dell'Interazione e Psicoterapia, Giunti.

Lorenzo Bretti, Martina Gardelin, Alberto Marin, Beatrice Severini Psicologi, collaboratori di Auxilia Onlus per il progetto

21

Tamara Sullig Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

### L'allenatore: educatore di motivazione

I ragazzi hanno ammesso che, se il proprio allenatore avesse offerto loro delle sostanze per aiutare la prestazione, non avrebbero domandato l'effettivo contenuto perché convinti di essersi affidati ad un esperto che rappresenta una figura adulta di riferimento





Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

#### INTRODUZIONE

Il progetto "Intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso di sostanze dopanti nei contesti giovanili" si pone come obiettivo generale quello di sensibilizzare i giovani sul tema doping. Le conoscenze dei ragazzi sull'argomento sono spesso confuse ed inquinate da un sistema sportivo che molte volte svalorizza il ruolo sociale ed etico dello sport, associandolo solamente alla "vittoria a tutti i costi". L'utilizzo del doping risale ad epoche molto antiche e nella storia dello sport ci sono state molte controversie a favore e contro, interrogandosi sugli effetti benefici e sulle conseguenze di tali pratiche.

Quando un individuo sceglie di doparsi non sempre è una scelta del tutto consapevole. A volte le circostanze e le motivazioni vertono attorno ad un sistema pensato appositamente per occultare le conoscenze sul fenomeno.

Proponendo il progetto in diverse scuole superiori e nelle associazioni sportive del territorio italiano si è inteso trasmettere agli adolescenti non soltanto le informazioni sul doping, ma anche coinvolgerli sulle pratiche sportive corrette e adeguate alla prevenzione, al fine di consentire loro di acquisire una propria coscienza del fenomeno.

#### IL RUOLO DELLO SPORT NELL'ADOLESCENZA

Adolescenza deriva dal latino adolescere, che significa crescere e rafforzarsi. Le modificazioni del comportamento sono dettate dal bisogno di sviluppare una propria identità nel mondo e a questo si accompagnano anche cambiamenti fisici, sia nelle ragazze, sia nei ragazzi.

Il corpo del bambino viene abbandonato per trovarsi quasi improvvisamente in un corpo da adulto senza avere avuto il tempo di adattarsi.

Le trasformazioni più evidenti riguardano l'altezza e il peso, in entrambi i sessi accompagnati dallo sviluppo sessuale. Non sempre un adolescente è capace di accettare la sua nuova immagine e si confronta con i propri coetanei e con gli adulti, considerati il riferimento estetico, sentendosi perennemente a disagio.

A questa età, il corpo è fuori controllo e i cambiamenti non corrispondono a ciò che vorrebbero essere.

In tutto questo, l'attività fisica sportiva può essere utilizzata dall'adolescente per favorire la formazione di una struttura corporea equilibrata e per migliorare le proprie capacità motorie. La possibilità di esprimere la propria prestanza fisica rappresenta un aiuto nella propria affermazione nel gruppo dei pari e trova delle rassicurazioni nel confronto con chi sta vivendo gli stessi disagi.

I ragazzi imparano a misurarsi con loro stessi e con le loro abilità e insieme al gruppo stimolano il senso di cooperazione e di solidarietà. Condividere lo stesso obiettivo ed essere capaci di rispettare le regole relative al gioco ed al rispetto tra persone costituiscono per l'adolescente la crescita del senso critico e uno sviluppo cognitivo adequato.

#### LE EMOZIONI NEL CONTESTO SPORTIVO

Per un adolescente, praticare un'attività sportiva costituisce un importante occasione di crescita individuale, sociale, cognitiva ed anche emotiva.

Questa età è caratterizzata da incoerenza ed incapacità di accettare i propri limiti, soprattutto in relazione alla costruzione della propria immagine che rappresenta una fonte di sofferenza e forti contraddizioni.

Il contesto sportivo genera esperienze emozionali. Esistono diverse motivazioni per le quali un ragazzo si avvicina allo sport e in conseguenza a queste le attività possono trasmettere emozioni positive o negative.

Ogni individuo porta nella disciplina alcuni aspetti caratterizzanti la propria persona e in base ad essi sceglierà uno sport che più si adatti alle aspettative e che possa procurargli piacere e rispondere alla ricerca

di eccitazione ed avventura tipica di un adolescente. In ambito sportivo vengono generalmente considerate soprattutto due emozioni fondamentali: l'ansia e l'aggressività.

La rabbia è l'emozione più difficile da controllare in questo processo di crescita poiché, alle volte, è immotivata e fisiologica. Per l'adolescente, ciò costituisce un'altra occasione per imparare a gestire l'ansia legata alla prestazione e all'incertezza.

L'ansia è intesa anche come timore di commettere errori e paura della situazione che si dovrà affrontare. Lo sport rappresenta una scuola in cui mettere in pratica esperienze di vita quotidiana.

Compito primario, secondo Erikson (1959), è la formazione dell'identità, integrando in un'identità più completa tutte le varie identificazioni provenienti dall'infanzia.

L'identità da formare passa anche attraverso la mentalizzazione di un corpo cambiato e l'acquisizione dei propri ruoli sociali. Questo avviene attraverso l'importante aiuto del gruppo dei pari o di una squadra che svolge diverse funzioni di gestione delle emozioni: è un allenamento emotivo.

L'identità personale e ciò che si pensa di sé sono in forte contrasto con ciò che si vorrebbe essere; inizia un processo che vede in conflitto interno "Identità vissuta", "Identità cercata" ed "Identità riflessa".

L'adolescente sperimenta le proprie emozioni praticando sport e confrontando la propria immagine di giovane che cresce ed atleta che impara.

#### LE FIGURE IMPORTANTI: L'ALLENATORE

Sul piano socio-affettivo e relazionale, l'attività sportiva fornisce un campo di prova esperienziale. Questo è un periodo di profondi cambiamenti fisici ed emotivi. Molte volte si manifestano con la ricerca disperata di nuove esperienze, non sempre positive.

In questo processo collaborano tutte le figure importanti che vertono attorno al ragazzo: genitori, professori, allenatori, zii...

L'allenatore di un adolescente non assume, quindi, solo il compito di insegnare una pratica sportiva, ma matura anche un ruolo educativo.

L'abilità dell'allenatore deve essere quella di associare allo sport emozioni positive estranee ad ansie e paure ed in grado di mantenere l'aspetto ludico senza attribuire troppa importanza alla vittoria, valorizzando il successo sportivo con le dovute proporzioni.

Durante la formazione nelle scuole è emerso molte volte come l'allenatore rappresenti una figura affettiva in cui i ragazzi ripongono grande fiducia e sicurezza.

Sono evidenti le difficoltà che un allenatore si trova ad affrontare avendo a che fare con ragazzi in crescita. Per questo il suo intervento deve essere efficace su diversi aspetti. L'allenatore può promuovere conoscenze e valori attraverso il rapporto affettivo e suscitare ed alimentare nuovi interessi.

Così come può rappresentare un buon modello di identificazione, può, al contrario, diventare una figura in cui si ripone una fiducia sbagliata. Questo è il caso in cui l'allenatore diventa un fattore di rischio per il consumo di sostanze dopanti.

Molto spesso, il doping viene sottovalutato e non se ne conoscono bene gli effetti negativi a breve e lungo termine. Nel mondo dello sport, il concetto di cultura sportiva è inquinato da un'immagine dell'atleta dotato di super capacità psico-fisiche che non corrispondono esattamente alla realtà. La frustrazione che nasce perseguendo delle prestazioni impossibili appare amplificata nel corso dell'adolescenza e agisce sull'esasperazione, finendo poi per rompere il fragile equilibrio di autorealizzazione e autostima. Vincere a tutti i costi non rappresenta un valore. Purtroppo, però, capita che gli allenatori coinvolti nella vita sportiva dei ragazzi sottovalutino la gravità di ricorrere a pratiche sportive illecite.

Si è riscontrata una notevole difficoltà nella spiegazione delle differenze tra integratori alimentari e doping.

I primi studi condotti da Gill, Gross e Huddleston (1983) sulla motivazione allo sport avevano evidenziato le ragioni di miglioramento della forma fisica e della competenza sportiva. Per quanto riguarda l'adolescenza, migliorare il proprio aspetto fisico può diventare fonte di ansia.

La relazione tra immagine corporea ed attività sportiva sembra esprimere, nell'epoca contemporanea, un binomio indissolubile e la necessità di avvicinarsi ad uno sport diventa indispensabile per rispondere ai canoni estetici richiesti.

In questo senso, chi pratica uno sport generalmente lo fa per confermare sé stesso, migliorare il proprio corpo ed ottenere benefici di soddisfazione con il minor sforzo possibile.

Ecco che l'utilizzo di integratori o sostanze dopanti assume lo stesso significato, se legato alla valorizzazione della prestazione.

Gli stessi ragazzi hanno ammesso che, se il proprio allenatore avesse offerto loro delle sostanze per aiutare la prestazione, non avrebbero domandato l'effettivo contenuto, in ciò affidandosi ad un esperto che rappresenta per loro una figura adulta di riferimento.

#### CONCLUSIONI

La decisione razionale posta alla base delle motivazioni che spingono i ragazzi a praticare uno sport rappresenta il principio sul quale costruire la prevenzione, proponendo delle alternative più coerenti alla realtà che circonda l'immagine sportiva.

Per questo è fondamentale che i ragazzi conoscano i processi logici che compongono lo sviluppo decisionale e dispongano di strumenti idonei ad analizzare le scelte legate a conseguenze inevitabili, spesso ignorate o minimizzate. In questo senso, la psicologia dello sport lavora per promuovere l'equilibrio fisico e mentale attraverso un atteggiamento che vede rivalutate le abilità e le competenze degli atleti. Nello specifico, la prevenzione deve riguardare i giovani adolescenti che necessitano di un supporto e di una guida alla consapevolezza del proprio funzionamento motivazionale senza sopravvalutare le proprie capacità di rendimento ed accettando i primi limiti in ogni momento della propria attività sportiva.

#### BIBLIOGRAFIA

Vailati P., 2004, Il valore educativo dello sport, Montedit, Melegnano. Erikson E.H., 1959, Identity and the life cycle, in Psychological Issues, Monograph, 1.

Charmet P., 2000, I nuovi adolescenti, Milano, Raffaello Cortina editore. Collins M.E. (1991), Body figure perceptions and preferences among preadolescents children, International Journal of Eating Disorders, 6:485-494.

Murrey E.J. (1978) Emozione e motivazione: le basi biologiche del comportamento, Mondadori. Milano.

Rheinberg F. (2002). Psicologia della motivazione. Il Mulino, Bologna. Gill D.L., Gross J.B., Huddleston S. (1983) Partecipation Motivation in Youth Sports, in International Journal of Sport Psychology, 14, pp. 1-14.

"La preparazione mentale nello sport", tratto in data 21-07-2010 da http://www.opsonline.it/index.php?m=show&id=23293

Elena Collini

Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

### Vincere sempre, anche a costo della vita

Il fenomeno del doping rischia di diventare una strategia da applicare anche in ambiti non sportivi, nei quali si privilegia la vittoria facile e senza fatica. Una prospettiva che rischia di segnare il futuro delle nuove generazioni

Il progetto finanziato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri intitolato "Un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili" nasce con il duplice intento di informare i giovani sulle tematiche connesse al doping e di incentivare un approccio sano, leale e positivo al mondo dello Sport, ma non solo. Il mio intervento, che mi ha portato ad incontrare i ragazzi delle scuole e di alcune società sportive del Veneto, mi ha permesso di cogliere innanzitutto le premesse dei giovani relativamente a questo mondo, quello del doping, così apparentemente lontano ed estremo, ma così sostanzialmente vicino e diffuso, non soltanto nel mondo dello Sport. Se nell'immaginario collettivo giovanile, infatti, il fenomeno doping appare relegato all'ambito sportivo di alto o altissimo livello, nel corso degli incontri ho cercato di stimolare un pensiero critico su quanto la scelta, da parte di alcuni, di ricorrere a metodi illegali e, allo stesso tempo, nocivi per la salute, al fine di aggiudicarsi una vittoria, possa essere attuale e riscontrabile anche in altri contesti, come, ad esempio, quello del lavoro. Senza voler assolutamente banalizzare il fenomeno, ho cercato di far riflettere i ragazzi su come il doping, lungi dall'essere solo uno scoop di copertina, rischi di diventare l'esito di uno stile di vita e di problem-solving, con cui ci si approccia alle sfide del quotidiano, nonché la conseguenza della gerarchia di priorità che il singolo si pone e, talvolta, la società incentiva. Se il riuscire vincitori ad ogni costo, in modo semplice e senza sforzo, sembra diventato un obiettivo o uno standard della vita moderna, ci si deve interrogare su cosa s'intenda realmente per vittoria, quali vantaggi possano derivare paradossalmente dalle sconfitte e come queste possano essere affrontate. Ecco che, allora, entrano in gioco le premesse dei ragazzi su questi temi, le loro emozioni legate al confronto con i pari, l'importanza che genitori e adulti di riferimento, come insegnanti o allenatori, danno all'esito di verifiche e partite, piuttosto che considerare l'impegno profuso o i miglioramenti individuali riscontrabili nonostante un eventuale risultato finale scarso. Partendo dalle conoscenze e dalle esperienze personali dei ragazzi, ho cercato di fornire delle informazioni sul fenomeno doping, esplorandone, allo stesso tempo, i pro e i contro. Lungi dall'adottare un stile giudicante o proibizionista, sono convinta che i giovani abbiano bisogno di ricevere quanti più dati possibili riguardo ad una tematica, così da poter farsene un'idea propria. Non è dicendo "Non si deve fare così!" che si previene l'innescarsi di un comportamento problematico, quanto, piuttosto, mettendone in luce i risvolti positivi ed attraenti, così come le conseguenze negative e, spesso, sconosciute, il bagliore che acceca ed esalta dell'oro ed il

rovescio della medaglia, ed alla fine stimolare ciascuno a chiedersi se ne valga davvero la pena. Nello specifico, parlando di doping, è stato utile sollecitare anche i ragazzi a chiedersi le motivazioni che portano i singoli ad adottare questi comportamenti e, senza voler giustificare il fenomeno, chiedersi, al contempo, se sia sempre così facile uscire da circoli viziosi ormai innescati e collaudati o da situazioni in cui la denuncia del sistema comporta il mettere in crisi la premessa di fiducia su cui si basa (o si dovrebbe basare) una squadra o una società sportiva. A fianco delle spiegazioni e delle informazioni offerte sull'argomento, fondamentale è stato porre in risalto l'importanza e la bellezza dei risultati ottenuti in modo sano e pulito, frutto di un allenamento costante, di un'alimentazione equilibrata e dell'apprendimento di tecniche psicologiche atte a migliorare nel tempo le prestazioni; il tutto nel rispetto delle capacità e dei limiti di ciascuno e dei tempi necessari per raggiungere i risultati desiderati.

Ammetto di essere rimasta molto sorpresa e favorevolmente colpita dall'interesse dimostrato dai ragazzi incontrati, tanto nelle scuole, quanto nelle società sportive. L'attenzione per i temi trattati ed il desiderio di condividere le proprie esperienze e mettersi in gioco e in discussione sono stati uno dei feedback più postivi ricevuti durante gli interventi. Al tempo stesso, va rilevato che, se la maggior parte dei giovani è attratta da un approccio pulito al mondo dello sport, e alle sfide in generale, considerando prioritario, in tale ottica, il divertimento nelle attività svolte, una piccola parte purtroppo manifesta già un atteggiamento disilluso e sfiduciato riguardo allo Sport in particolare ed alla Società in generale. Sono queste criticità, a mio avviso, i target della sfida più grande che chiama in causa gli educatori in ogni contesto, intendendo con questo termine i genitori, gli insegnanti e gli allenatori. La sfida, infatti, è quella di donare nuovamente e far rinascere, a partire da un esempio sincero e concreto, la voglia di fare, non per primeggiare ad ogni costo, ma per divertirsi, imparare e migliorare nel tempo.

Credo che questa esperienza sia stata molto stimolante per i ragazzi coinvolti, ma anche per me, dal momento che mi ha permesso di approfondire una realtà che prima conoscevo solo a malapena e che mi ha davvero entusiasmato. Allo stesso tempo, mi ha consentito di incontrare un team di validi esperti che hanno fatto dello studio e della lotta al doping il loro mestiere e di collaborare fattivamente e proficuamente con un gruppo di psicologi giovani e motivati a dare il proprio apporto e a fare, nel loro piccolo, la differenza. A loro e a quanti hanno dedicato tempo, impegno e disponibilità per la realizzazione di questo progetto va il mio grazie più sincero.

ESPERIENZE DI DISSEMINAZIONE DEL PROGETTO: GLI INTERVENTI IN TOSCANA

### L'IMPORTANZA DELLA FORMAZIONE CONTINUA

Gli studenti coinvolti hanno dimostrato interesse per la parte informativa e per quella motivazionale all'origine dell'uso e abuso di sostanze dopanti. È necessario intervenire in maniera sistematica al fine di sviluppare un percorso continuo capace di rispondere a tutte le domande e di adattarsi ai diversi momenti della formazione individuale

La realizzazione del progetto di prevenzione "Un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili" mi ha portata in due istituti superiori della regione Toscana, in particolare nella città di Prato.

L'argomento doping ha riscontrato notevole interesse da parte sia dei referenti individuati dagli istituti, sia degli altri docenti, alcuni dei quali

hanno espresso il desiderio di assistere alle plenarie realizzate con i ragazzi.

La differenza sostanziale che ho potuto riscontrare tra i due istituti è stata la scelta del target a cui indirizzare l'intervento di prevenzione: mentre una scuola ha coinvolto le classi prime, l'altra ha preferito riservare l'intervento alle classi terze, quarte e quinte. Oltre agli aspetti di seguito Marcelo Azeredo Leone Lino Rodrigo Psicologo, collaboratore di Auxilia Onlus per il progetto

### Alla ricerca di punti di riferimento

I ragazzi si muovono su un doppio binario segnato da una parte dalla svalutazione del problema e dall'altra dalla tipica curiosità giovanile. Tutti hanno però in comune la ricerca di modelli. Per affrontare la discussione è utile porsi in maniera non punitiva e pronta all'ascolto

Nelle attività di disseminazione previste dal progetto, ho avuto la possibilità di portare a termine i miei interventi in due ambienti distinti dell'area romana, uno scolastico (Liceo Pacinotti-Archimede) ed uno dilettantistico-sportivo (Palestra Olympia).

Di regola, ho lavorato con gruppi di 20/25 persone con interventi della durata media di due ore.

Posso affermare che partecipare al progetto è stata un'esperienza per me molto gratificante.

Innanzitutto, ho lavorato con gruppi, situazione che trovo molto stimolante. Mi riferisco all'importanza di cogliere il clima e le dinamiche esistenti in un gruppo e di modulare i propri interventi (tono di voce, modalità e tempi di esposizione) di conseguenza, allo scopo di comunicare e formare con efficacia.

È stato anche interessante affrontare il tema del doping, da puro appassionato di sport (oltre che da professionista). La mia percezione è che il tema, com'è anche logico che sia, suscitasse reazioni molto ambigue tra i ragazzi in età adolescenziale: da un lato, il rifiuto, la svalutazione del problema, dall'altro la curiosità di capirne di più. Durante alcuni incontri, è emersa con chiarezza questa diversità di posizioni. Il mio compito è stato quello di far dialogare gli intervenienti e facilitare la sintesi. Per un adolescente, a maggior ragione, questa modalità dialogante è profondamente diversa dall'imporre una linea di pensiero senza argomentarla: in quanto psicoterapeuta e analista transazionale, un punto di attenzione è stato quello di non entrare in un ruolo genitoriale punitivo.

stato quello di non entrare in un ruolo genitoriale punitivo. Durante gli incontri ho potuto constatare come sia forte nei ragazzi la ricerca di miti e modelli, anche tra gli sportivi. Idealizzando queste persone ed imitandole traggono un senso di forza e autostima. Per questo motivo è importante che i modelli siano positivi e corretti: il vero atleta non sceglie "scorciatoie" e vive lo sport con rispetto per sé e per l'altro. Da Portoghese, non posso non pensare ad Eusebio da Silva Ferreira, vecchia gloria del Benfica e del Portogallo, definito "Pantera Nera" e spentosi poco tempo fa. Persone del suo calibro, a livello umano e sportivo, rappresentano modelli dotati di forza attrattiva per la loro grandezza, visibile non solo nelle vittorie, ma anche nelle sconfitte (famose le sue lacrime dopo la sconfitta nella semifinale di Coppa del Mondo contro l'Inghilterra del 1966). Un atleta che si dopa, invece, ha l'illusione



di poter vincere sempre e in modo facile. Un inganno che si paga a caro prezzo.

Spero, nelle poche ore in cui ci siamo incontrati, di aver trasmesso ai giovani l'importanza dell'etica nello sport per una vita più salutare e completa.

elencati, la differenza si è sentita soprattutto in relazione ai feedback ricevuti, mentre una valutazione sommaria dei test "pre" e "post" compilati dai ragazzi non lascia intravedere marcate discrepanze in relazione all'efficacia dell'intervento.

Il materiale presentato ai ragazzi prevedeva una prima parte più informativa riguardante la natura e gli effetti delle sostanze dopanti ed una seconda volta a stimolare la riflessione critica sulle cause e le motivazioni legate all'utilizzo dei prodotti illeciti.

Gli studenti più giovani si sono mostrati maggiormente coinvolti ed interessati alla parte informativa, intervenendo con domande e richieste di chiarimenti volti a cercare di comprendere gli effetti nocivi delle sostanze e cosa possa essere considerato doping.

Gli studenti degli ultimi anni, invece, possedendo già alcune informazioni sulle sostanze dopanti acquisite attraverso i programmi scolastici e per curiosità personale, si sono dimostrati più coinvolti nella parte dell'intervento dedicata alle possibili motivazioni sottostanti all'uso del doping. In entrambi i casi ritengo che gli studenti siano stati arricchiti dall'inter-

vento proposto, anche se è lecito ipotizzare che l'efficacia preventiva maggiore riguardi prevalentemente gli studenti più giovani. Questi, infatti, proprio a causa della minore età e della minore capacità di riflessione critica, e di una più limitata esperienza di vita, possono trovarsi maggiormente esposti al rischio doping.

Una riflessione generale sul fenomeno deve comunque porre in evidenza l'opportunità educativa e formativa di procedere in maniera sistematica e progressiva alla realizzazione di attività progettuali che riprendano i temi di quella vissuta nel contesto del percorso segnato da Auxilia Onlus. Il materiale didattico sviluppato nella nostra formazione di giovani psicologi penso possa rappresentare un'ottima base di partenza per un continuo aggiornamento della didattica su questi temi. In quest'ottica, un ulteriore coinvolgimento di noi collaboratori può essere stimolante e foriero di una crescita qualitativa dell'intero approccio psicologico al tema del doping, del suo contrasto e della sua prevenzione.

Anna Pacco Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

Marco Pangos Psicologo e collaboratore di Auxilia Onlus per il progetto

### Sport e salute, responsabilità e scelta

È compito degli adulti non abusare della fiducia dei ragazzi che devono sempre chiedersi se chi propone delle scorciatoie lo fa realmente per il loro bene o per quello delle proprie tasche

Per una persona, come me, da sempre abituata a frequentare stadi, palazzetti, manifestazioni sportive e che, dalla tenerissima età di cinque anni ha iniziato a frequentare le palestre di minibasket, pallavolo, pallamano, calcio per poi approdare agli sport da combattimento, la parola "sportività" ha sempre avuto un peso specifico molto importante.

Ricordo ancora il motto del mio maestro Franco, il quale, citando Pierre De Coubertin, ci insegnava che: "l'importante non è vincere ma partecipare", anche se poi a lui vincere piaceva, eccome se gli piaceva. Infatti, vincevamo perché eravamo i più forti, i più allenati, i più motivati a farlo: eravamo competitivi fin da bimbi.

Ricordo anche le sconfitte, brucianti, sofferte, e i momenti successivi nei quali il nostro maestro ci dimostrava tutto il suo calore umano e ci insegnava a rispettare l'avversario, l'arbitro e ad onorare sempre il risultato, qualunque esso fosse.

Andando avanti con gli anni, con l'arrivo dell'adolescenza, molti di noi hanno abbandonato la strada dello sport. Altri, come me, hanno continuato. Qualcuno è riuscito a diventare professioni-

sta, fino a vestire la maglia azzurra. Le sostanze dopanti non sono mai entrate nel nostro mondo di ragazzi di provincia degli anni '80 e '90. Semmai, dalle nostre parti sono arrivate

Frequentando ora delle palestre grandi come supermercati, ci si accorge quanto il fenomeno del doping sia pericolosamente attuale: uomini e donne che s'improvvisano farmacisti e medici, personal trainer o psicologi che dagli armadietti, come il mago estrae il coniglio bianco dal cilindro, traggono boccettine e beveroni miracolosi e consigli che "nessuno ti darà, perché... perché ancora non sanno, fidati!".

Ecco, proprio sul concetto della fiducia parte il mio viaggio all'interno dei licei della città di Firenze aderenti al progetto. Provocatoriamente, chiedevo agli studenti: "Ma chi vi propone il doping, lo fa per il vostro bene?".

I moltissimi ragazzi con cui mi sono interfacciato si sono dimostrati molto attenti a tutti gli aspetti proposti, in special modo su quelli legati alle conseguenze sanitarie che il doping e i metodi dopanti comportano. Su questo argomento, i ragazzi hanno

mostrato tutta la loro vivacità e tutta la loro curiosità Moltissimi desideravano approfondire le conseguenze e le complicazioni riguardanti le diverse patologie e, in accordo con i docenti, so per certo che il progetto ha avuto un seguito anche durante le ore curricolari.

Molti erano gli sportivi, all'incirca la metà degli studenti, e nessuno conosceva questo fenomeno così vicino alle loro vite. E molti sono stati anche i feedback ricevuti dai ragazzi che mi hanno lasciato comunque un buon sapore: diversamente da tutte le critiche che il mondo giovanile è costretto a subire, mi sono imbattuto in diverse centinaia di ragazzi ricchi di criterio, vivaci e curiosi, scrupolosi e ben consci della responsabilità delle loro scelte. Una generazione di studenti che si chiede i "perché" delle cose, come funziona il mondo, come funzionano loro... È compito del mondo adulto aiutarli a togliere questi punti interrogativi e accompagnarli verso l'età adulta nel modo più salutare e consapevole possibile.

I ragazzi si fidano degli adulti, ma hanno dei modelli che spesso, però, deludono: deludono i campioni dello sport che imbrogliano, deludono gli allenatori che invogliano ad imbrogliare, deludono gli insegnanti che non ascoltano e i genitori che non ci

I ragazzi si fidano e talvolta sbagliano a farlo facendosi molto male.

Spetta a noi adulti assumerci l'onere e l'onore di essere dei buoni modelli, nella speranza di riuscire a far passare un buon messaggio. In tale prospettiva, il ruolo dello psicologo è gravato di ancor maggiori responsabilità perché rappresenta un target sociale per il quale le attese sono molto elevate in termini di qualità del modello comportamentale. Ciò da parte sia dei più giovani, sia degli adulti stessi.

L'esperienza di formazione personale vissuta nelle attività di progetto ed il ruolo attivo assunto in ambito sportivo scolastico durante le attività di disseminazione sono state di grande stimolo per una riflessione profonda sul ruolo quotidiano che noi psicologi rivestiamo nelle relazioni che siamo chiamati a sviluppare negli ambiti professionali di intervento.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

Massimiliano Banda Psicologo, collaboratore di Auxilia Onlus per il progetto

# Gli studenti protagonisti

Esprimersi fuori dalle categorie del giusto o sbagliato partecipando attivamente e riflettendo insieme anche sull'ansia da prestazione che accomuna la scuola al campo di gara

Le attività relative al progetto "Un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili" si sono svolte da metà novembre a metà dicembre presso due scuole superiori di Udine, l'Educandato Statale Collegio Uccellis ed il Liceo Scientifico Statale Nicolò Copernico.

I due concetti chiave dell'attività sono stati la trasmissione di conoscenze e la partecipazione attiva degli studenti.

Sappiamo che il modo più efficace per imparare ed acquisire conoscenze è proprio quello di partecipare attivamente. Esprimere quello che si pensa e confrontarlo con le opinioni degli altri favorisce da una parte l'incremento delle proprie abilità di ascolto e riflessione, dall'altra l'essere e il sentirsi maggiormente "dentro" e "protagonisti" della questione, caratteristiche fondamentali, inoltre, per evitare noia e disattenzione.

Durante la fase di programmazione dell'attività da svolgere nelle scuole, abbiamo quindi ritenuto utile creare una lavoro che non fornisse solo conoscenze ed informazioni agli studenti, ma che fosse anche un'attività quanto più interattiva e partecipativa possibile. A questo proposito abbiamo pensato all'utilizzo di materiale multimediale per rendere più interessanti le attività e per mettere in risalto dei concetti chiave e facilitare di volta in volta un dibattito che facesse emergere le opinioni dei singoli partecipanti.

Le tematiche trattate inerenti alla prevenzione sono state un approfondimento su cosa sia il doping, quali siano le sostanze dopanti, le conseguenze delle stesse per la salute e rispetto agli aspetti sportivi e penali. Abbiamo voluto attribuire grande importanza anche all'aspetto psicologico, ad esempio cosa sia la vittoria e cosa significhi vincere, la motivazione intrinseca ed estrinseca, il conformismo, la pressione sociale, l'autorità, la psicologia dello sport in particolare riguardo alla gestione dell'ansia da prestazione ed al mental training come aiuto per incrementare le proprie prestazioni.

Entrando in modo più dettagliato nel merito dell'attività vera e propria presso l'Educandato Statale Collegio Uccellis, ho svolto l'attività in 7 classi prime, delle quali quattro fanno parte del Liceo Classico Europeo, una del Liceo Coreutico ed una del Liceo Pedagogico Sociale.

Presso il Liceo Scientifico Statale Nicolò Copernico ho svolto l'attività in cinque classi, delle quali una prima e quattro seconde. Tra queste cinque classi, due sezioni seguono un indirizzo sportivo. In ambedue le scuole, per ogni classe gli incontri sono stati di due ore consecutive.

La maggioranza degli studenti che ha partecipato al progetto pratica sport e ciò ha reso più facile e interessante il dibattito sugli argomenti trattati, in quanto ognuno portava la propria esperienza come esempio.

Dai feedback degli interventi, gli studenti hanno apprezzato in particolar modo la modalità interattiva del progetto, che si differenzia di molto dalla classica lezione frontale, sottolineando ed elogiando la possibilità di esprimere le proprie opinioni senza essere giudicati da una voto o da un bollino di "giusto o sbagliato".

La partecipazione è stata quindi molto buona, tanto che in diverse occasioni le due ore consecutive si sono rilevate insufficienti: argomenti come quelli inerenti agli integratori alimentari (molto utilizzati, direi quasi abusati da molti studenti) o quelli collegati alla psicologia dello sport hanno riscosso molto interesse e curiosità che avrebbero richiesto una maggiore possibilità di espressione e discussione.

Rispetto alla gestione dello stress in situazioni competitive, è stato interessante rilevare come molti studenti vivano le stesse problematiche di ansia e paura di sbagliare che si incontrano prima di una gara anche prima di un compito o di un'interrogazione, inficiandone, a volte, il risultato.

Concludendo, posso affermare che l'attività si è rivelata molto partecipata e stimolante, tanto da creare spesso, di classe in classe, cambiando i protagonisti, differenti riflessioni e nuove prospettive rispetto agli argomenti trattati.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

Serena Siega

Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

# L'esperienza degli psicologi del progetto: una rete per impedire la caduta

La sfida rappresentata dalla costruzione di un piano di conoscenza e azione capace di appassionare giovani e adulti di riferimento



L'esperienza come psicologa all'interno del progetto sulle tematiche del doping è stata per me davvero arricchente, dal punto di vista sia professionale, sia personale.

Il progetto, articolato in due fasi (una iniziale di formazione intensiva ed una finale di lavoro diretto con i giovani) è stato organizzato, a mia veduta, in maniera più che funzionale al suo obiettivo finale.

La formazione intensiva è stata il momento più proficuo e quello che mi ha permesso, con la sua strutturazione multidisciplinare, di appassionarmi ed approfondire il tema della prevenzione al doping in tutte le sue sfaccettature.

Molto ricche, eterogenee e complete le lezioni di formazione seguite a marzo. I docenti hanno saputo coinvolgerci come persone e come professionisti lavorando esattamente su quelli che potevano essere i punti da toccare e rielaborare poi direttamente con i ragazzi nelle classi e nelle diverse società sportive. Particolarmente interessanti per me, come psicologa clinica in età evolutiva, sono state le lezioni della professoressa Vitali, la quale, oltre a fornirci contenuti riguardanti la progettualità in oggetto, ci ha suggerito molti spunti di applicazioni cliniche/ terapeutiche dello sport per bambini e adolescenti, con disabilità o meno.

L'attività finale di "project work" è stata, invece, fondamentale sia per conoscerci meglio tra noi giovani professionisti, sia per formarci riguardo le attività stesse da presentare alle scuole/società sportive. Grazie alla nostra eterogenea esperienza e provenienza formativa, siamo riusciti a costruire un intervento che non solo ha saputo coinvolgere attivamente i ragazzi nelle scuole, ma che è riuscito ad appassionare anche gli adulti di riferimento per i giovani stessi (insegnanti e allenatori).

Personalmente, sono molto contenta di come sia andato il lavoro diretto con le classi e con le società sportive. Ho lavorato nella regione Veneto con un liceo e due associazioni sportive amatoriali (discipline coinvolte: ciclismo, kick-boxing, ginnastica artistica).

Ho eseguito l'attività di formazione nel liceo con classi prime, seconde e con una quinta. La mia impressione, rispetto anche al nostro obiettivo iniziale (come l'ha definito la professoressa Vitali "far emergere nei giovani una piccola goccia di giudizio critico in un mare di poca conoscenza del fenomeno stesso"),

è che il lavoro con la classe quinta è stato molto più proficuo. I ragazzi si sono messi in gioco, avanzando domande sul doping, critiche, riflessioni... È emerso anche un dibattito/confronto sulla morale del fenomeno. Nelle classi prime e seconde, invece, l'atteggiamento riguardo l'intervento è stato più concreto e maggiormente ancorato all'uso delle sostanze dopanti in sé. I ragazzi più giovani hanno dimostrato maggiore curiosità e interesse per le diverse tipologie di sostanze dopanti e le relative conseguenze piuttosto che per l'ambito motivazionale e/o critico (lealtà nelle competizioni, conformismo, pressione sociale, ecc.).

Posso affermare che la struttura dell'intervento ha saputo coinvolgere efficacemente e trasversalmente tutti i giovani che, nei questionari di gradimento, hanno apprezzato e posto l'accento sulla diversificazione delle attività (spiegazioni, slides, video, testimonianze sportivi, raccolta impressioni personali) e sulla rilevanza del fenomeno ancora per molti poco conosciuto o non conosciuto affatto.

Gli insegnanti hanno espresso il proprio interesse per l'iniziativa e la buona qualità del lavoro sottolineando l'importanza di effettuare tali interventi per cicli almeno triennali nelle diverse realtà scolastiche al fine di rendere il lavoro parte integrante della loro progettualità educativa.

Anche il lavoro con le associazioni sportive è stato accolto favorevolmente dai diversi giovani, dai dirigenti e dagli allenatori. Gli interventi sono stati proposti come facoltativi e non come sostituzione di allenamenti e hanno raccolto numerosi consensi e partecipazioni. I feedback provenienti da parte dei giovani sportivi sono stati globalmente positivi e ricchi di interesse.

Quello che "mi porto a casa" da quest'esperienza è un fardello ricco di nuove conoscenze, sia professionali (legate alla mia immagine di "psicologa formatrice" e alle diverse tecniche di gestione e coinvolgimento delle classi nei contesti scolastici e giovanili, al fenomeno del doping e della psicologia dello sport, ecc.) sia personali (ho costruito e "fatto rete" con tanti giovani colleghi con esperienze e formazione diverse dalla mia, mi sono messa in gioco in qualcosa non ancora sperimentato e ho imparato un sacco di cose nuove!).

Ingrid Bersenda Psicologa, collaboratrice di Auxilia Onlus per il progetto

# La società dell'apparire e le insicurezze dell'individuo in formazione

In un mondo dove tutto è in vendita e spesso filtrato da uno schermo, è utile riportare l'attenzione sugli effetti che certe sostanze provocano sull'organismo

Anche se solamente da alcuni anni, sentiamo parlare in maniera esponenziale del fenomeno doping. Il vocabolo e il suo utilizzo hanno origini antiche. Il nome deriva dal termine sudafricano che indicava una bevanda usata come stimolante nelle danze legate a specifiche cerimonie rituali. Unicamente oggi, grazie alla risonanza del fenomeno sui media, alle nuove leggi che regolamentano il sistema delle sanzioni ed ai sempre più temuti controlli antidoping, se ne parla ad ampio raggio.

Se, inizialmente, le sostanze dopanti venivano utilizzate sui cavalli per migliorarne le prestazioni nelle gare, attualmente il doping è molto diffuso ed è presente in molti sport nei quali i protagonisti delle vittorie e delle sconfitte non sono animali, ma esseri umani. Come tutti sappiamo, infatti, il doping ha lo scopo di migliorare in maniera illegale le prestazioni sportive attraverso quelle che secondo la WADA (Agenzia mondiale antidoping) vengono considerate sostanze o tecniche dopanti (naturali e non naturali). Negli ultimi decenni sono diventati famosi i casi di campioni risultati positivi alle sostanze dopanti (Ben Johnson, Alex Schwazer, Diego Maradona) o di campioni deceduti in conseguenza dell'utilizzo di metodi dopanti (Tommy Simpson al Tour de France). Minore risalto, invece, sembrano avere le evoluzioni esistenziali post-doping degli atleti squalificati. Al di là del noto epilogo tragico della carriera e della vita di Marco Pantani, infatti, vi sono parecchi campioni i quali, dopo essere stati spinti ai massimi livelli prestazionali ed aver affrontato picchi di stress psicofisico molto prolungati, vengono abbandonati, spesso in tutti i sensi, da un meccanismo dello "star system" che ha un radicamento sempre più consolidato nella nostra società.

Spesso, le persone vengono spinte dal sistema a doparsi. Alcuni esempi evidenziano l'origine del problema nei sistemi familiari in cui il valore dei soldi e dell'apparenza ha la meglio sul principio del benessere e della condivisione delle emozioni, dello stare insieme e dell'imparare allo scopo di apprendere nuove competenze dal punto di vista sociale.

În una prospettiva di analisi condivisa da numerosi autori, si sottolinea come il sistema

sociale porti oggi i giovani a maturare un'immagine distorta della realtà dove si è vincitori barando, giocando sporco e quadagnando così tanti soldi da permettersi una vita senza limiti. Ne sono triste esempio, a tale proposito, i protagonisti delle cronache dei mass media, esaltati davanti al grande pubblico anche da una classe di commentatori e giornalisti nonostante comportamenti poco edificanti. Il modello che traspare ai giovani è la disponibilità di una vita agiata, piena di privilegi e da godere senza difficoltà e senza limitazioni di sorta. Per i giovani d'oggi, pertanto, è veramente difficile non rimanere attratti dagli escamotage per vincere subito e ottenere fama e soldi. L'obiettivo principale della vita sembra essere il potersi permettere ciò che si vuole sostituendo alla ricerca della sostanza nelle relazioni sociali la forma, il migliore apparire al posto del ben-essere.

Il percorso di massimizzazione dei risultati posto alla base del doping trova un preciso fondamento nella degenerazione delle dinamiche sociali in cui, allo scopo di aumentare sistematicamente i profitti, il valore di ogni singolo essere umano è degradato a quello di semplice pedina da usare, e sacrificare, per raggiungere lo scopo. In tale gioco al massacro, i giocatori vengono istruiti a combattere senza esclusione di colpi per diventare i migliori e battere l'avversario a tutti i costi.

Dalla consapevolezza che il fenomeno del doping è troppo esteso ed economicamente troppo importante per venir bloccato in toto, è nato il progetto di prevenzione e contrasto. L'attività di informazione e disseminazione svolta da noi giovani psicologi era infatti finalizzata a sensibilizzare i ragazzi, chiamati ad essere il nostro futuro, sulla realtà in cui vivono e sulle conseguenze che l'uso del doping provoca non soltanto dal punto di vista fisico (con conseguenze irreversibili a livello bio-chimico), ma anche a livello psichico (con maggiore probabilità di sviluppo di disturbi mentali e altro). Il progetto è stato proposto ai ragazzi delle scuole secondarie di secondo grado di varie parti d'Italia. Personalmente, mi sono occupata della formazione presso il Liceo scientifico Oberdan di Trieste. I ragazzi sono stati coinvolti attraverso attività di gruppo con parti di attività formative frontali e parti esperienziali. Sono stati proposti dei video target di testimonianze di campioni dopati che ne hanno, più o meno consapevolmente, subito le con-

termine. Di particolare interesse sono state le informazioni veicolate sul tema delle possibili tecniche alternative al doping. Tra queste, lo ricordiamo, alcune di derivazione psicologica come il mental training o altre applicazioni utili per migliorare la propria autostima e il proprio benessere psico-fisico.
Lo sviluppo successivo a questo progetto dovrà essere sicuramente quello di coinvolgere sempre più famiglie di ragazzini fin dalla tenera età per renderli

seguenze a breve e lungo

coinvolgere sempre più famiglie di ragazzini fin dalla tenera età per renderli consapevoli della necessità di accrescere le proprie sicurezze psicologiche profonde e il valore della legalità e dell'onesta nella costruzione delle relazioni sociali. Il ruolo dei sistemi educativi sarà, pertanto, quello di stimolare lo sviluppo consapevole dei ragazzi e permettere loro, in tal modo, di poter dire no al doping in maniera decisa e determinata.

**Fabrizio Sors** 

Dottorando di ricerca in Neuroscienze e Scienze Cognitive, Università degli Studi di Trieste

# Il pericolo dell'uso improprio degli integratori

Il doping come fenomeno trasversale a tutte le età e ad ogni livello di sport, praticato solo per arrivare primi ad ogni costo, alla ricerca dell'ammirazione degli altri

La partecipazione al progetto sui temi del doping realizzato da Auxilia Onlus è stata per il sottoscritto un'occasione, la prima dopo la laurea, di confrontarmi con un incarico lavorativo che chiamasse in causa direttamente le competenze e le conoscenze del mio percorso di studi in ambito psicologico. Il tema del progetto, direttamente legato ad una declinazione disciplinare indiscutibilmente sportiva, ha stimolato subito il mio interesse e mi ha coinvolto in tutte le sue fasi, dalla formazione alla personalizzazione dei materiali didattici prima, all'organizzazione ed alla realizzazione delle attività di disseminazione in ambito sportivo e scolastico dopo. La partecipazione al progetto è stata, quindi, un'ottima occasione per confrontarmi con ambiti applicativi della psicologia e per allargare gli orizzonti della prospettiva di crescita culturale professionale che, mi auguro, riuscirà a caratterizzare i prossimi decenni della mia vita lavorativa e di studio. Conoscere, studiare, applicare, aggiornarsi, confrontarsi. Questi i passaggi che mi spingono a cercare la sostanza della psicologia dopo anni di studio teorico e di paradigmi sperimentali. In quest'ottica, il progetto sulla prevenzione e sul contrasto al fenomeno doping è stato un'apprezzata opportunità di mettersi in gioco, soprattutto in realtà distanti da Trieste, città nella quale vivo, ho finora studiato, e mi appresto ad iniziare un'avventura scientifica stimolante ed impegnativa come avverrà nel prossimo triennio, che mi vedrà impegnato nel Dottorato di ricerca in Neuroscienze e Scienze Cognitive presso il Dipartimento di Scienze della Vita dell'Università locale. Quando, al termine del corso di formazione relativo al progetto promosso e realizzato da Auxilia Onlus, ci è stato chiesto in quale Regione avremmo voluto effettuare i nostri interventi, non ho esitato un attimo a scegliere la Sardegna, confidando nel fatto che le difficoltà derivanti dall'organizzare a distanza gli interventi stessi sarebbero state ampiamente ripagate dalla possibilità di conoscere una realtà scolastica diversa da quella locale e dall'opportunità di scoprire una zona d'Italia che non avevo ancora visitato. In una valutazione sommaria ex post, posso affermare di essere rimasto assolutamente soddisfatto della scelta.

Ad arricchirla ulteriormente, dal punto di vista professionale, ha contribuito il fatto che si sia trattato di una "trasferta di squadra": assieme a me, infatti, c'erano

anche le colleghe Laura Redolfi, Alessandra Scarcia e Tamara Sullig, con le guali c'è stato un proficuo dialogo durante tutto il periodo di permanenza a Cagliari. Le scuole nelle quali sono intervenuto sono state il Liceo Scientifico "Leon Battista Alberti" e l'Istituto di Istruzione Superiore "Grazia Deledda". All'Alberti ho coadiuvato la dott.ssa Redolfi in alcuni dei suoi interventi nelle classi quinte. La maturità dei ragazzi ed il fatto che più di qualcuno di essi praticasse sport - un paio anche a livello piuttosto elevato - ha favorito un vivace scambio di opinioni. ulteriormente impreziosito dalle testimonianze del professor Sergio Melis, ex calciatore di serie D nonché ex preparatore atletico del Cagliari Calcio.

Al Deledda, invece, ho condotto tutti gli interventi da solo e principalmente in classi prime e seconde. Da quest'anno scolastico tale scuola è stata accorpata all'Istituto di Istruzione Superiore "Domenico Alberto Azuni", il che ha comportato che mi trovassi ad operare in un ambiente ancora in fase di assestamento, con alcune manifestazioni degli studenti nelle prime giornate di mia presenza. Nonostante le condizioni ambientali non fossero quelle ideali, le classi coinvolte hanno comunque partecipato con entusiasmo agli interventi, anche alla luce del fatto che diversi ragazzi, come all'Alberti,

praticassero sport. Essendo stato il Deledda l'istituto "di mia competenza", colgo l'occasione per ringraziare la professoressa Maria Antonietta Piras per il prezioso lavoro organizzativo svolto.

Per quanto concerne la società sportiva, infine, quella in cui sono intervenuto è stata l'ASD Sporting Sardegna, affiliata al Comitato Territoriale di Cagliari dell'Unione Italiana Sport Per tutti (UISP). Come si evince dal nome, l'obiettivo di questa associazione è quello di garantire potenzialmente a tutti la possibilità di praticare sport, prestando particolare attenzione alle componenti sociale e salutistica senza, ovviamente, trascurare quella competitiva, la quale, però, non viene esaltata come invece succede troppo spesso anche a livello giovanile. Ciononostante, durante l'incontro alcuni dei presenti hanno riferito che anche in un simile contesto c'è qualcuno che, se non altro, fa un uso improprio degli integratori alimentari, i quali in sé non sono considerati doping, ma possono rappresentare un primo passo in tale direzione. Queste testimonianze confermano come il fenomeno possa veramente riquardare qualsiasi livello ed età, dimostrando l'importanza di effettuare interventi di prevenzione come quello promosso da @uxilia anche in ambiti che, per i valori professati, potrebbero sembrarne esenti.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso

Antonio Irlando Dirigente Medico Ass. 4 Medio Friuli

# Gli effetti sull'organismo

Eccitanti, narcotici, ormoni, Epo: tutti i modi per cambiare la chimica del corpo e raggiungere prestazioni strabilianti. Il compromesso per chi utilizza queste sostanze è tutto a perdere: pochi minuti di successo a fronte di gravi scompensi a lungo termine

Si continua a parlare di doping nel mondo dello sport, si continua ad elencare, anno dopo anno, i nomi degli atleti che hanno fatto uso di sostanze dopanti per migliorare le proprie prestazioni agonistiche. E questo, nonostante tutto quello che i medici diffondono sui terribili effetti secondari e sulle gravi consequenze cliniche di queste sostanze. Stime recenti parlano di circa 254.000 sportivi assuntori di prodotti vietati (di cui 69.000 praticanti il body building), con un giro di affari di circa 425 milioni di euro all'anno. Ma ciò che più spaventa è l'accertata diffusione del fenomeno anche nello sport dilettantistico, in cui le tensioni agonistiche dovrebbero essere senz'altro minori. Ormai sappiamo che ogni farmaco ed ogni pratica utilizzata a scopo dopante comportano sempre effetti collaterali deleteri. I maggiori rischi clinici sono indubbiamente a carico del sistema cardiovascolare. Le "storiche" anfetamine possono essere responsabili di crisi anginose e danni ischemici cardiaci, ipertensione arteriosa, tachicardia, disturbi psichici. L'utilizzo delle "eritropoietine", che aumentano il numero dei globuli rossi e la densità del sangue, favorisce il rischio di formazione di coaguli ematici e quindi di trombosi in vari distretti vascolari: coronarico, arterioso periferico degli arti, delle arterie viscerali e cerebrali. È inoltre frequente l'ipertensione arteriosa e non vanno sottaciuti i rischi di leucemie e patologie oncologiche in generale. Le sostanze anabolizzanti (vedi nandrolone e testosterone) possono indurre danni vascolari e cardiopatie, ma anche conseguenze endocrine a carico di testicoli, ovaie, ghiandole surrenali. I farmaci che agiscono sull'apparato respiratorio, come il salbutamolo, inducono, a certi dosaggi, la comparsa di aritmie cardiache. L'elenco delle possibili problematiche cardiovascolari si allunga quando si passano in rassegna gli effetti collaterali legati all'uso dell'ormone della crescita, molecola ideale per aumentare la massa muscolare e le performances fisiche tramite gli effetti sulla sintesi proteica cellulare e sull'azione lipolitica, la quale riduce il tessuto adiposo liberando calorie ad azione energizzante. Ma tutto questo a fronte di eventi avversi vari e gravi, quali la ritenzione idrica, l'ipertensione arteriosa, la tendenza al diabete mellito, le alterazioni ossee ed articolari, le cardiopatie, la predisposizione a patologie oncologiche. La lista dei rischi accertati per la salute si amplia inevitabilmente anche con l'uso dell'insulina, sostanza ad azione anabolizzante, ma con effetti collaterali legati alla possibile ipoglicemia ed alle sue consequenze cardiache e neurologico-cerebrali, fino al coma. Ancora, le sostanze ad azione antiestrogenica provocano evidenti segni di virilizzazione nelle donne; l'ormone adrenocorticotropo (ACTH) provoca aumento degli ormoni glucocorticoidi endogeni con tutte le consequenze sulla tolleranza agli zuccheri, la comparsa di ritenzione idrica ed ipertensione arteriosa, alterazioni osteoporotiche, danni epatici, sintomi di mascolinizzazione nelle donne. Tra le pratiche dopanti più diffuse è doveroso un cenno all'autoemotrasfusione, consistente nel prelievo preliminare di una quota di sangue dell'atleta e successiva reinfusione allo stesso in prossimità di una gara. Ciò induce brusco innalzamento dei valori di emoglobina ematica e quindi della capacità di ossigenazione dei tessuti, ma anche del rischio di fenomeni embolici, infarti o ictus, e dei danni cronici legati al prolungato aumento dei valori ematici del ferro che si accumula in fegato, milza, pancreas, reni. Un cenno andrebbe fatto anche al cosiddetto "doping genetico", le tecniche di manipolazione del DNA che permettono di modulare l'espressione dei geni con lo scopo di migliorare le performances atletiche e di modificare il destino sportivo di un atleta. Anche queste metodiche espongono a fondati rischi di insorgenza di immunodeficienze, disfunzioni d'organo, neoplasie. Per questo ci piace ricordare la recente pubblicazione "Lo sport del doping", scritto dal prof. Sandro Donati, già valido mezzofondista e poi allenatore della nazionale di atletica, che traccia un resoconto di tutto quello che di brutto è stato fatto attraverso il doping in ambito sportivo nell'ultimo trentennio in Italia. Don Ciotti e l'associazione Libera hanno dato man forte a questo libro ed alla sua diffusione. L'intento è quello di far capire ai ragazzi che intraprendono l'attività sportiva le reali conseguenze sulla salute di scelte discutibili, spesso prese in nome del raggiungimento dei migliori risultati proprio da coloro i quali dovrebbero sorvegliare sull'integrità biologica ed intellettuale dei più giovani.



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

31

# Le sostanze dopanti più "trendy"



Doping significa violare l'etica dello sport, cercare di essere i più forti andando oltre i propri limiti, ingannando se stessi, il proprio corpo e gli altri.

NON MI SERVE

Soprattutto, doping significa muovere contro gli stessi principi di base dello sport, di onesta competitività, salubrità, correttezza, ricerca del benessere e della forma fisica, stile di vita sano e rispetto dell'avversario. In Italia, il doping è severamente disciplinato dalla legge 14 dicembre 2000, n. 376, denominata "Disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping". Nonostante le misure introdotte da tale legge al fine di contrastare il fenomeno, quest'ultimo sembra, invece, dilagare.

La legge sostiene che "costituiscono doping 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". Oltre alle problematiche etiche e legali, vanno considerati gli effetti legati all'uso di sostanze dopanti: costringere il proprio corpo a non sentire la fatica, ad andare oltre i limiti del proprio cuore, del proprio respiro, a non percepire l'affanno, l'esaurimento dell'energia muscolare, significa non soltanto ingannare se stessi, ma anche la natura, incorrendo in gravi conseguenze per la salute. Sottoporre un fisico sano a cure farmacologiche per ottenere prestazioni massime in tempi ridotti porta inevitabilmente a gravi scompensi nel lungo periodo. Le sostanze assunte nel mondo dello sport come doping sono moltissime. Per rendere l'idea di quali siano tali sostanze e i loro effetti negativi sul corpo umano se ne riporta un breve elenco per tipologia.

#### SOSTANZE STIMOLANTI

Le sostanze stimolanti trovano largo impiego presso gli atleti, in particolare nell'ambito del ciclismo e della corsa, in quanto agiscono a livello neurologico in due direzioni: annullano la sensazione di affaticamento e provocano eccitazione, slancio, forza muscolare. Gli effetti negativi riguardano un aumento della frequenza cardiaca e della pressione arteriosa, che nel lungo termine possono sfociare in vere e proprie patologie ai danni del cuore, con rischio di infarto. Essendo degli eccitanti hanno effetti secondari come difficoltà ad addormentarsi, mal di testa e, nei casi più gravi, possono condurre a depressione, allucinazioni, schizofrenia. L'atleta si sente forte e sicuro di sé, soddisfatto di riuscire ad esprimere il massimo. Ma ciò avviene non solo grazie esclusivamente alla propria preparazione fisica.

#### **NARCOTICI**

L'uso di narcotici nell'ambito sportivo è diffuso nelle discipline che prevedono contatto fisico, quindi dolore, come il pugilato. Queste sostanze vengono impiegate per il trattamento di traumi e crampi e per alleviare il dolore. Illegalmente sono usate dagli sportivi perché permettono di non sentire il dolore causato dai traumi, al punto da non riuscire a percepire danni fisici e situazioni di rischio per l'organismo protraendo, così, la competizione oltre i limiti permessi dal proprio corpo. Tra i narcotici più utilizzati vi sono la morfina, l'eroina, il metadone. Sono tutti ugualmente pericolosi e recano effetti collaterali come dipendenza e crisi di astinenza, complicanze cardiovascolari come ipotensione e tachicardia, collassi respiratori, giungendo, nei casi estremi, alla morte.

#### STEROIDI ANDROGENI-ANABOLIZZANTI

In questo caso si tratta di ormoni. Un esempio è il testosterone, efficace per indurre la crescita della muscolatura negli sport come il culturismo. Può causare gravi forme di cancro, rottura dei tessuti muscolari, infarti, emorragie, ictus, problemi al fegato. La natura ormonale può determinare anche impotenza ed aggressività negli uomini e sterilità ed irsutismo nelle donne.

#### ERITROPOIETINA (EPO): EFFETTI E RISCHI

L'eritropoietina, anch'essa un ormone, è prodotta dai reni con la funzione di stimolare il midollo osseo alla produzione di globuli rossi. Viene sintetizzata in ambito farmaceutico per curare anemie ed emorragie. Illegalmente è utilizzata dagli atleti per produrre un maggior numero di globuli rossi, in modo tale da ossigenare maggiormente il sangue ed aumentare la resistenza fisica e la potenza muscolare. Questa sostanza rende, però, il sangue più denso e viscoso, causando infarti, emorragie, ictus, complicazioni a carico del fegato e dei muscoli.

#### BETA-2 AGONISTI

Sono sostanze usate per la cura dell'asma o altri problemi respiratori. Nel mondo dello sport agonistico vengono sfruttate per la loro capacità di dilatare i bronchi ed ampliare, così, la capacità respiratoria migliorando la resa fisica nella competizione. I beta-2 agonisti provocano disfunzioni nel battito del cuore e della pressione sanguigna, insonnia, senso di nausea, tremori muscolari, irritabilità.

#### BETA-BLOCCANTI

Usati in medicina come sostegno della funzione cardiaca in condizione di sofferenza cardiovascolare, vengono utilizzati nello sport per le loro proprietà calmanti: riducendo il nervosismo e l'ansia, migliora la resa sportiva. Causano gravi effetti collaterali, come depressione, allucinazioni, crisi cardiache, fino alla morte.

#### **DIURETICI ED AGENTI MASCHERANTI**

Sono farmaci che hanno la funzione di trattare malattie renali o insufficienze cardiache. Nel mondo dello sport, le proprietà diuretiche vengono sfruttate per perdere peso o urinare copiosamente al fine di smaltire rapidamente sostanze dopanti e non risultare, così, positivi ai test antidoping. Per questo motivo sono definiti anche agenti mascheranti. La perdita di potassio dal sangue che questi farmaci causano come effetto collaterale, la perdita di acqua e sali minerali possono portare a crampi muscolari, abbassamento di pressione e, in casi gravi, morte.

#### **NSULINA**

L'insulina è un ormone naturalmente prodotto dal pancreas e usato in medicina per la cura del diabete. In ambito sportivo agonistico viene, invece, usata la sua funzione coadiuvante nell'assorbimento del glucosio per favorire depositi di zuccheri che fungano da riserve energetiche per le prestazioni dell'atleta e per migliorare la resistenza dello stesso nella competizione. Usata come agente dopante, può portare a stati di ipoglicemia con tutti i sintomi conseguenti (tremore, sudorazione, astenia, ansia, convulsione, letargia e, nei casi gravi, coma e morte).

Queste sono solo alcune delle sostanze usate come doping. L'elenco è ancora molto lungo, con tutti gli effetti negativi associati. La lista è destinata a crescere grazie a studi ed esperimenti di una medicina sportiva non proprio ortodossa.

Preoccupante anche quanto il fenomeno doping stia dilagando nello sport amatoriale, ove i controlli sono rari, e anche fra i giovanissimi. Da parte dei mezzi di comunicazione, è importante infondere una maggiore consapevolezza dei rischi ad ogni livello, dal dilettante al professionista. Tuttavia, il giro di interessi celato dietro lo sport agonistico sembra muoversi nella stessa direzione: milioni di appassionati e tifosi, con una mole ingente di denaro, costituiscono un'enorme risorsa. L'attesa degli spettatori per imprese spettacolari e record superati brillantemente di volta in volta dagli atleti è stata sempre soddisfatta. Tale considerazione basterebbe a far riflettere: se per essere un vero atleta è necessario che ogni record vada battuto, così come da sempre accade nella storia dello sport, nei prossimi vent'anni e con i progressi della medicina sportiva (anche di quella illegale) quali saranno le prestazioni degli atleti? Basta un rapido confronto fra i record storici e quelli attuali in una qualsiasi disciplina sportiva agonistica. Intervengono certamente i progressi nella tecnica sportiva, l'evoluzione della specie, i miglioramenti nell'alimentazione e quelli nella tecnica dei materiali (completini all'avanguardia per aerodinamicità o scarpe altamente performanti). Ciò è sufficiente per porsi una domanda: se il doping va di pari passo con lo sport, dove arriveranno gli atleti per soddisfare le attese del loro pubblico e di tutti gli interessi che ruotano attorno al mondo sportivo? Provando a rispondere, pare difficile pensare ad un passo indietro, ad uno sport senza doping che renda tutti i record più alla portata dell'essere umano con i propri limiti e le proprie imperfezioni. Se ricordiamo cosa significa etica nello sport, possiamo affermare che riprendere coscienza del proprio corpo e della propria natura rispettando, al contempo, le regole e gli avversari ci rende "recordmen" meno perfetti, ma, senza dubbio, veri sportivi.

Claudia Fallica collaboratrice Socialnews

# AGOPUNTURA, UN'ALTERNATIVA PER PRESTAZIONI MIGLIORI

L'agopuntura aiuta a raggiungere naturalmente il massimo rendimento senza danneggiare la salute e garantendo il benessere psicofisico. È indicata anche nel trattamento dello stress

Con riferimento alla pratica dell'agopuntura, risultano estremamente interessanti i trattamenti a cui vengono sottoposti gli sportivi, sia terapeutici, per la cura, ad esempio, di lombalgie, molto frequenti, strappi, stiramenti, distorsioni ed epicondiliti, sia per riequilibrare l'organismo, ponendolo in condizione di aumentare le performances e di abbreviare i tempi di recupero.

Un'ulteriore applicazione si ha nella preparazione ad una gara, per arrivarvi rilassati e decontratti, oltre che per smaltire le tensioni successive alla prestazione agonistica e favorire il sonno ristoratore.

Alle Olimpiadi coreane, un numero elevato di partecipanti è stato trattato con la Medicina Cinese.

Si ottengono spesso risultati sorprendenti nelle patologie acute, insorte recentemente, stimolando le capacità reattive dell'organismo, in genere elevate negli sportivi. Ad esempio, la pratica risulta molto efficace nel ridurre i tempi di recupero in caso di distorsioni ed ematomi.

In genere, le patologie cronicizzate e sottoposte a molteplici trattamenti richiedono tempi più lunghi, ma anche in questi casi, quelli più frequentemente trattati con agopuntura, è notevole la percentuale di successo.

L'agopuntura è particolarmente attuale in un periodo come questo, in cui emerge sempre più l'uso di sostanze dopanti. Queste danneggiano la salute degli sportivi e mettono in pericolo l'incolumità fisica di molti giovani che si avvicinano allo sport.

L'agopuntura aiuta a raggiungere naturalmente il massimo rendimento senza danneggiare la salute e garantendo il benessere psicofisico. Ad esempio, è possibile evitare l'insorgenza di crampi tramite trattamenti simili a quelli effettuati sui coolies che trasportano i risciò. Esistono, inoltre, applicazioni che migliorano la visione

L'agopuntura è indicata anche nel trattamento dello stress degli sportivi. Questi, specialmente se praticano gli sport più popolari, sono sottoposti a notevoli pressioni.

Risulta, infine, utilissima anche nella fase di recupero dopo un infortunio, sia per la sua elevata efficacia specifica, sia per la componente psichica. I professionisti, infatti, abituati ad un'intensa attività, che permette loro di scaricare nell'agonismo le tensioni, in caso di stop forzosi subiscono un significativo risentimento psico-fisico.

Claudio Corbellini Medico e professore di agopuntura presso l'Università di Pavia



Con questa edizione si conclude un percorso che ha visto Auxilia impegnata per un biennio nella realizzazione delle attività previste dal già più volte citato progetto nazionale sulla prevenzione ed il contrasto del fenomeno del doping.

Nelle pagine di questa edizione riportiamo le relazioni prodotte dai giovani laureati in psicologia che hanno animato i percorsi di formazione e di disseminazione sulle tematiche del doping inseriti nel progetto. Alcune testimonianze sono di particolare interesse per il tipo di approfondimento tematico che suggeriscono e per le peculiarità dell'approccio utilizzato, di cui vengono delineate le caratteristiche salienti.

L'impegno in termini organizzativi che ha coinvolto Auxilia in questi anni di attività progettuali è stato notevole, anche sotto il profilo finanziario. Per crescere, lo sappiamo, bisogna affrontare sfide sempre più grandi ed assumersi responsabilità via via più corpose. Un'organizzazione no-profit, a tale proposito, è chiamata a sviluppare con sempre maggiore incisività il tema della progettualità e del fund-raising, diventando un soggetto capace di portare avanti la propria mission con serietà e in autonomia sul piano economico. Il progetto nazionale sui temi del doping avviato a conclusione è stato sicuramente un'ottima scuola per Auxilia e, mi auguro, una grande opportunità per tutti i collaboratori che hanno affrontato con noi quest'avventura. In queste ultime settimane, alcuni di loro sono chiamati ad uno sforzo suppletivo per concludere tutti gli aspetti burocratici della rendicontazione. A tutti va il ringraziamento mio personale e di tutto il nostro direttivo.

I numeri del progetto di cui, in questa edizione, riportiamo le testimonianze dei protagonisti diretti di alcune fasi di attività sono notevoli: decine di realtà scolastiche e sportive contattate, migliaia di giovani informati direttamente e stimolati a consolidare una coscienza critica sui temi del doping, una ventina di giovani professionisti formati e coinvolti in attività di disseminazione sul territorio, più di 30 collaboratori con competenze e curriculum di rilievo che hanno costruito l'ossatura organizzativa e tematica del complesso di attività proposte, decine di ore di contenuti formativi in modalità e-learning sui temi della prevenzione, del contrasto e delle alternative scientifiche al doping a disposizione di tutti gli interessati grazie al sito web di Auxilia.

Tocca ora a noi tutti fare tesoro di questa esperienza e valorizzare al massimo il percorso fin qui realizzato. Mi auguro che ai giovani che si avvicinano ad Auxilia per curiosità o per uno specifico interesse per le attività proposte sia possibile sviluppare un senso di affiliazione attorno ad un modus operandi che, proprio grazie alle esperienze progettuali realizzate, non può più prescindere dalla ricerca della professionalità e della massima affidabilità dell'organizzazione nel perseguimento dei propri obiettivi istituzionali e delle sfide tematiche che l'associazione sarà chiamata ad affrontare.

Massimiliano Fanni Canelles



Attività di @uxilia per il progetto "un intervento psicosociale sui fattori di rischio per l'abuso delle sostanze dopanti nei contesti giovanili".

