

# DOPING

---



**ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΠΑΤΡΩΝ**

# **Αθλητισμός αναγκαιότητα στη σύγχρονη εποχή**

**ΥΠΟΕΡΩΤΗΜΑ: «doping»**

**Υπεύθυνος καθηγητής: Ιωάννης Παυλάκης**

**Ομάδα: Τσαπικούνης Γεώργιος  
Φραντζής Νικόλαος  
Μπακογιάννης Δημοσθένης  
Σκούτα Ελένη  
Παππουτσή Δήμητρα**

**Σχολικό Έτος: 2016-2017**

## Ορισμός

Ντόπινγκ στον αθλητισμό ορίζεται ως η χορήγηση ή η χρήση από ένα άτομο οποιουδήποτε παράγοντα ή ουσίας που φυσιολογικά δεν εντοπίζεται στο σώμα και/ή όταν χορηγείται σε αντικανονικές επιπρόσθετες ποσότητες ή μέσω αντικανονικής οδού και/ή με αντικανονικό τρόπο, με σκοπό και αποτέλεσμα τη τεχνητή αύξηση και με αθέμιτο τρόπο της απόδοσης του ατόμου κατά τη διάρκεια του αγώνα.

## Αιτίες Εξάπλωσης του doping

Ένα από τα κύρια αίτια της ανάπτυξης του ντόπινγκ είναι η **υπερβολική εμπορευματοποίηση** στο χώρο του αθλητισμού. Η πρόσφατη έκρηξη των τηλεοπτικών δικαιωμάτων σε συνδυασμό με τα μεγάλα συμβόλαια χορηγίας οδήγησε σε αύξηση των πιέσεων προς τους αθλητές και τον περίγυρό τους ωθώντας τους έτσι να καταφύγουν στη χρήση απαγορευμένων ουσιών. Η εμπορευματοποίηση αυτή οδήγησε σε πολλαπλασιασμό των αθλητικών διοργανώσεων και σε μείωση του χρόνου ανάπαυσης των αθλητών, γεγονός που προξενεί και μείωση της διάρκειας της αθλητικής καριέρας του επαγγελματία.

Είναι επίσης σκόπιμο να αναφέρουμε τις αρνητικές συνέπειες των συμβολαίων που υπογράφονται μεταξύ ορισμένων αθλητικών ομοσπονδιών και των χορηγών τους, τα οποία προβλέπουν αμοιβή ανάλογα με τα αποτελέσματα ή τα μετάλλια που θα κατακτήσουν οι αθλητές σε μεγάλες αθλητικές διοργανώσεις.

Ένα ουσιαστικό μέρος του προβληματισμού αυτού αφορά τους νεαρούς αθλητές. Η δυνατότητα να κερδίσουν γρήγορα σημαντικά ποσά, σε συνδυασμό με την ανάγκη των **οικονομικών παραγόντων** να "παράγουν" ακατάπαυστα αθλητές με μεγάλη προβολή από τα μέσα ενημέρωσης μπορεί να μεταφραστεί σε αύξηση του προσωρινού χαρακτήρα της καριέρας των αθλητών.

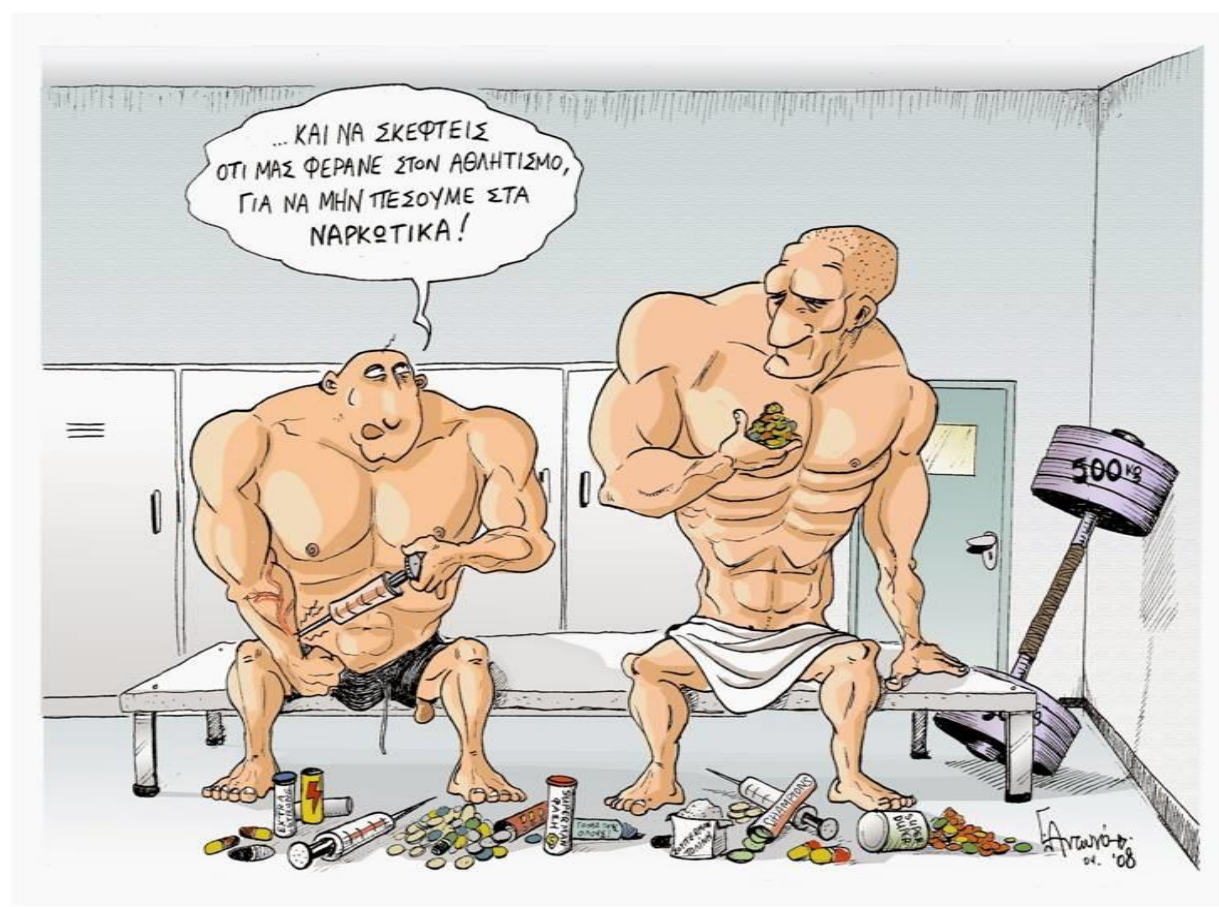
### **Άλλες αιτίες είναι:**

- Η κακή παρεχόμενη παιδεία
- Η αδυναμία μόρφωσης ήθους, χαρακτήρα
- Η εισχώρηση της πολιτικής στον αθλητισμό
- Η υπερβολική εμπορευματοποίηση στο χώρο του αθλητισμού
- Η πίεση που δέχονται οι αθλητές από τον περίγυρό τους
- Η προβολή ψευδο-ιδανικών: χρήμα, δύναμη
- Η προβολή κενών ειδώλων
- Οι διάφοροι οικονομικοί παράγοντες ("παραγωγή" δημοφιλών αθλητών από τα ΜΜΕ)

## Ερασιτεχνικό doping

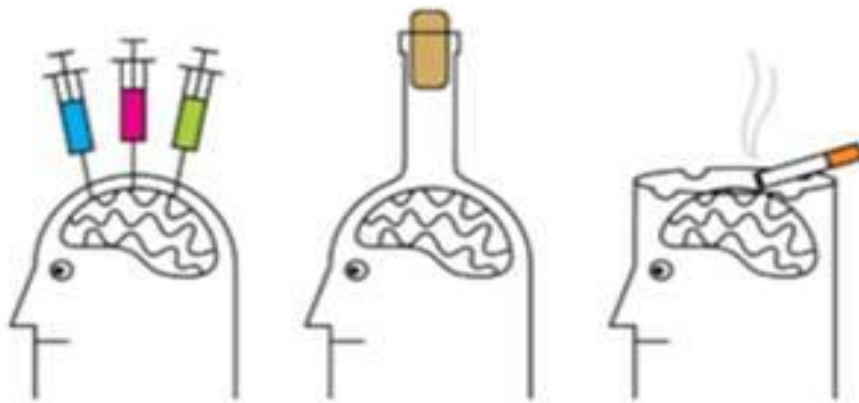
Το «ερασιτεχνικό ντόπινγκ» πρόκειται για μία παράνομη και επικίνδυνη διαδικασία, που διενεργείται από αδαείς. Συχνά αυτοί δεν γνωρίζουν πώς ακριβώς λειτουργούν οι ουσίες τις οποίες προτείνουν, διακινούν και προωθούν. Όσον αφορά τις βασικές ουσίες που διακινούνται πρόκειται για σκευάσματα, την πλειοψηφία των οποίων χρησιμοποιούν και επαγγελματίες αθλητές και πρωταθλητές.

Αξιοσημείωτο είναι επίσης το γεγονός ότι κατά καιρούς ωστόσο έχει ακουστεί ότι αθλητές ντοπάρονται με ουσίες που προορίζονται για ζώα, απλώς και μόνο επειδή κάποιος ανεύθυνος τους πείθει ότι θα τους βοηθήσουν.



## Οι απαγορευμένες ουσίες

- Διεγερτικά (αμφεταμίνες, καφεΐνη, εφεδρίνες, κοκαΐνη κ.ά.)
- Αναβολικές (ηρωΐνη, μεθαδόνη, μορφίνη, κωδεΐνη, πεθαδόνη κ.ά.)
- Διουρητικές
- Ναρκωτικές



### **Διεγερτικές Ουσίες**

Ουσίες όπως οι αμφεταμίνες και η εφεδρίνη έχουν στο σώμα μια δράση παρόμοια με αυτή της αδρεναλίνης, την οποία παράγει το ίδιο το σώμα μας. Δρουν δηλαδή στο κεντρικό νευρικό σύστημα και "ενεργοποιούν" το σώμα σε μεγάλο βαθμό. Σε μεγάλες ποσότητες όμως, τέτοιες ουσίες απενεργοποιούν τα συστήματα του σώματος μας που μας προειδοποιούν όταν είμαστε για παράδειγμα πολύ κουρασμένοι και πρέπει να σταματήσουμε να τρέχουμε. Ένας αθλητής ο οποίος παίρνει μεγάλες ποσότητες τέτοιων ουσιών δεν καταλαβαίνει πλέον πότε φτάνει στα όρια του, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε υπερκόπωση, λιποθυμία ή ακόμη και τον θάνατο.



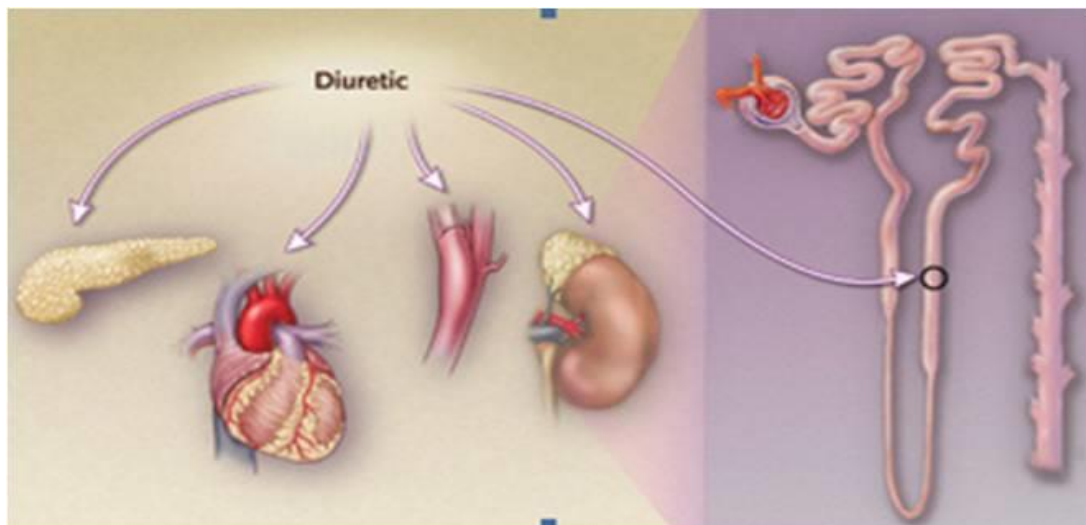
### **Αναβολικές ουσίες**

Οι αναβολικές ουσίες προέρχονται από την ανδρική σεξουαλική ορμόνη τεστοστερόνη και αυξάνουν την ποσότητα μυών στο σώμα ενώ παράλληλα μειώνουν την ποσότητα λίπους. Αυτό για τους αθλητές στίβου είναι προτέρημα, αφού χρειάζονται μεγάλη μυϊκή δύναμη.



### Διουρητικές Ουσίες

Οι διουρητικές ουσίες χρησιμοποιούνται κυρίως σε αθλήματα όπου πρέπει ο αθλητής να έχει ένα συγκεκριμένο βάρος. Τέτοιες ουσίες μπορούν σε διάστημα ωρών να επιφέρουν απώλεια μεγάλης ποσότητας νερού που σαν αποτέλεσμα έχει βέβαια και την απώλεια βάρους του σώματος. Τα διουρητικά είναι όμως πολύ επικίνδυνα. Από τη στιγμή που χάνεται τόσο γρήγορα τέτοια ποσότητα νερού από το σώμα, χάνονται παράλληλα πολλές θρεπτικές ουσίες τις οποίες χρειάζεται ο οργανισμός. Το σώμα αφυδατώνεται και είναι δυνατόν να πάθουν μεγάλη ζημιά οι νεφροί.



### Ναρκοτικές Ουσίες

Η μορφίνη, η ηρωίνη και η μεθαδόνη είναι οι πιο γνωστές ουσίες από την κατηγορία των ναρκωτικών. Έχουν δράση απαλυντική ενάντια στον πόνο, αλλά και ηρεμιστική στο σώμα. Σε μεγάλες δόσεις μπορούν να οδηγήσουν, όμως, ακόμη και στο θάνατο.



## Οι παρενέργειες των αναβολικών

### Στους άνδρες:

- Ακμή
- Αυξημένη επιθετικότητα και σεξουαλική διάθεση
- Στειρότητα και ανικανότητα
- Αναστολή της σπερματογένεσης
- Συρρίκνωση και σκλήρυνση των όρχεων
- Νεφρική βλάβη
- Γυναικομαστία
- Αλωπεκία
- Υπερτροφία προστάτη
- Μειωμένη παραγωγή ενδογενούς τεστοστερόνης



### Στις γυναίκες:

- Ακμή
- Ανάπτυξη ανδρικών χαρακτηριστικών, όπως τριχοφυΐα στο πρόσωπο και στο σώμα



- Βάθυνση του τόνου της φωνής
- Διαταραχές εμμήνου ρύσεως
- Αυξημένη επιθετικότητα και σεξουαλική διάθεση
- Υπερτροφία κλειτορίδας
- Συρρίκνωση του στήθους
- Αλωπεκία ανδρικού τύπου
- Πολύ αυξημένα επίπεδα τεστοστερόνης
- Μειωμένα επίπεδα ωοθυλακιοτρόπου ορμόνης



### Στους εφήβους:

- Σοβαρή ακμή στο πρόσωπο και στο σώμα
- Ανδρογενής σωματοκατασκευή στις κοπέλες
- Αναστολή της σωματικής ανάπτυξης εξαιτίας της πρόωμης σύγκλισης των επιφύσεων των οστών
- Πιθανώς μόνιμες αλλαγές

**Καρδιαγγειακές βλάβες:** Σχηματισμός θρόμβων, αυξημένη πίεση αίματος, υπέρταση, ταχυκαρδία, καρδιακή προσβολή, υπερινσουλιναμία.

**Ενδοκρινικές βιοχημικές διαταραχές:** Μειωμένη ανοχή στη γλυκόζη, αλλαγές στο λιποπρωτεϊνικό προφίλ, αυξημένα επίπεδα τριγλυκεριδίων.

**Ηπατικές βλάβες:** Ηπατίτιδα, καρκίνος, ίκτερος, ηπατοκυτταρικό αδένωμα.

**Άλλες βλάβες:** Νανισμός

**Ψυχολογικές παρενέργειες:** Κατάθλιψη, ερεθιστικότητα, αδυναμία συγκέντρωσης, επιθετικότητα, βιαιότητα, παράνοια, υπερδιέγερση.

### Το στερητικό σύνδρομο

Όταν διακοπεί η χρήση αναβολικών-στεροειδών, το άτομο αρχίζει να παρουσιάζει συμπτώματα κατάθλιψης, άμβλυση του συναισθηματικού του φάσματος μέχρι βαθμού απάθειας, μείωση της αυτοπεποίθησης και των σεξουαλικών του ορμών, μείωση της ψυχοδιανοητικής του εγρήγορσης, απέχθεια για συστηματικά προγράμματα εξάσκησης και προπόνησης και υποκειμενική διάχυτη “ταραχή”, που απολήγει όχι μόνο σε ευερεθιστικότητα αλλά και σε συμπεριφορά επιθετικότητας.



### **Διαδικασίες Ελέγχου Ντόπινγκ Αθλητών**

Οι διεθνείς και εθνικές αθλητικές αρχές και ομοσπονδίες ελέγχουν τους αθλητές τους που συμμετέχουν σε αθλητικές διοργανώσεις με ελέγχους εντός και εκτός αγώνων. Οι έλεγχοι αντι-ντόπινγκ διεξάγονται από εκπαιδευμένο προσωπικό και περιλαμβάνουν τρία βασικά στάδια:

- Επιλογή του αθλητή και συλλογή βιολογικού δείγματος (ούρα ή αίμα)
- Ανάλυση του δείγματος και αναφορά των αποτελεσμάτων ανάλυσης
- Χειρισμό των αποτελεσμάτων και επιβολή ποινών, όπου απαιτείται

Οι διαδικασίες ελέγχου αντι-ντόπινγκ σχεδιάζονται για να προστατεύουν την ακεραιότητα των ελέγχων αντι-ντόπινγκ και να διασφαλίζουν την εμπιστοσύνη των αθλητών στο σύστημα.



## **Οργανισμοί Κατά Του Ντόπινγκ**

- Η WADA (ο παγκόσμιος οργανισμός κατά του ντόπινγκ)
- Το Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Σ.ΚΑ.Ν.)
- «Ο UKAD (ο Οργανισμός κατά του Ντόπινγκ του Ηνωμένου Βασιλείου)
- Ο ρωσικός οργανισμός κατά του ντόπινγκ (RUSADA)
- Ο Εθνικός Οργανισμός Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Ο.ΚΑ.Ν.) με έδρα την Αθήνα
- International Olympic Committee (IOC)
- A.N.E.P στη Γαλλία (Association Nationale Education Physique)

## **ΠΗΓΕΣ**

- [http://www.delasalle.gr/gymnasio\\_lykeio/projects/doping.pdf](http://www.delasalle.gr/gymnasio_lykeio/projects/doping.pdf)
- [http://users.sch.gr/ragian/doping\\_mastiga.htm](http://users.sch.gr/ragian/doping_mastiga.htm)
- <http://avlonitou.gr/ντόπινγκ-και-συμπληρώματα-διατροφής-2/>
- [https://el.wikipedia.org/wiki/Κατηγορία:Ντόπινγκ\\_στον\\_αθλητισμό](https://el.wikipedia.org/wiki/Κατηγορία:Ντόπινγκ_στον_αθλητισμό)
- <https://www.slideshare.net/dembai/ss-12052178>

[http://www.nsph.gr/files/011\\_Ygeias\\_Paidiou/Koinonikh\\_Paidiatrikh\\_tei\\_mathimata/DOPIN G-MONOGRAFIA-PAL.KIMENO%20EPEXERGASIA.pdf](http://www.nsph.gr/files/011_Ygeias_Paidiou/Koinonikh_Paidiatrikh_tei_mathimata/DOPIN G-MONOGRAFIA-PAL.KIMENO%20EPEXERGASIA.pdf)