



Doping e sport

Luca Modolo, Paolo Dosualdo

Da molti anni, purtroppo, la parola doping è diventata una consuetudine nell'ambiente sportivo: ultimamente lo si sente nel calcio, con il caso Kallon, o nel ciclismo, con le vicende legate a Pantani.

Nell'affrontare questo argomento, è importante iniziare parlando di "integrità fisica e psicologica" dell'atleta, poiché è necessario considerare l'atleta in tutti i suoi ambiti, nel suo essere uomo e nel suo essere una persona che fa agonismo. La psicologia dello sport si sta occupando del problema del Doping perché queste sostanze possono procurare all'atleta notevoli ripercussioni a livello psicologico, comportamentale, relazionale e motivazionale non solo quando è in un periodo di piena attività ma anche dopo il momento agonistico, vale a dire a carriera ultimata.

Tra le motivazioni che spingono un atleta a fare uso di doping se ne possono indicare diverse, quali le cause psicofisiologiche (ad esempio, la riduzione del dolore, la riabilitazione dopo un infortunio, il controllo del peso), le cause psicologiche ed emotive (ad esempio, la paura di fallire, la ricerca della perfezione psicofisica, il raggiungimento del successo ad ogni costo), le cause sociali (ad esempio, l'imitazione di atleti di alto livello, la pressione dei compagni o di altre persone dell'ambiente sportivo).

E' inoltre provato da molti studi che le sostanze dopanti alterano la personalità di un atleta, ed a seconda del tipo di sostanza avremo degli effetti particolari e caratteristici. L'uso degli steroidi ad esempio può far aumentare la fiducia in sé, le motivazioni di gara, o il miglioramento della memoria e della concentrazione, ma soprattutto incrementa l'aggressività e l'irritabilità, crea sbalzi di umore, insonnia, attacchi di panico, scatti d'ira incontrollata, depressione, pensieri paranoici, comportamenti psicotici e vari disturbi della personalità. L'uso di anfetamine e cocaina esaltano lo stato di vigilanza, accrescono l'attenzione e riducono il bisogno di sonno; ben presto però aumentano l'aggressività e la competitività che possono sfociare in stati di agitazione psicomotoria e irritabilità. Queste sostanze, inoltre, sopprimono momentaneamente la sensazione di stanchezza portando spesso l'atleta ad uno stato di esaurimento, modificandone la capacità di giudizio critico con la possibilità di provocare incidenti nella pratica di alcuni sport (ad esempio sport motoristici).

Nel caso di utilizzazione di dosi elevate di stimolanti, soprattutto di amfetamine, si possono presentare psicosi, allucinazioni e notevoli effetti di dipendenza psicologica. Molti atleti ricorrono nell'errore di pensare che il loro miglioramento e le loro prestazioni siano incrementate dall'utilizzo di queste sostanze, al punto che si crea una dipendenza psicologica tale da indurli a non poterne più fare a meno, creando perciò dipendenza. Queste persone perdono di vista l'importanza fondamentale dell'allenamento, ed il loro vero scopo diventa quello di battere l'avversario ad ogni costo e con ogni mezzo.

Alla luce di queste considerazioni è evidente come sia necessario

lottare contro il fenomeno del doping sia attuando una repressione attraverso controlli e sanzioni, sia prevenendo l'uso di queste sostanze attraverso un'educazione medico-psicologica massiccia, costante e capillare, mirante a rendere noti a tutti i vantaggi e gli svantaggi dell'assunzione di sostanze dopanti.