

Una riflessione a partire dal convegno

# Etica

**P**rendiamo spunto dal convegno svolto lo scorso 4 giugno presso l'Università della Svizzera italiana dal tema "Etica e sport" e indetto dal Rotary Club di Lugano per offrire alcuni approfondimenti. Sul tema, in effetti, si fa un gran parlare soprattutto per le note vicende legate al doping nel mondo professionistico, in particolare nell'atletica, nel ciclismo e nello sci di fondo (per citare alcuni sport maggiormente nell'occhio del ciclone). Ma il rapporto tra l'etica e lo sport si riduce all'élite agonistica e alla sola questione del doping?

## Fare sport per sport

In verità c'è tutto un mondo che pratica lo sport per divertimento, per piacere, per fitness, per amore



della sana competizione, per ricerca della misura di sé stessi, per contemplare la natura, per educare spirito e corpo a vivere in sintonia. Questo mondo non ha niente a che vedere con le situazioni limite del doping ed in esso lo sport è visto come un mezzo educativo valido per la formazione di personalità umane mature e complete. Lo sport infatti, varrebbe la pena ricordarlo, come ha brillantemente trattato al convegno di Lugano, Candido Cannavò, direttore della Gazzetta dello Sport per oltre 20 anni, deve essere

considerato non un optional scolastico, spesso concepito come una "sofferenza" a cui sottoporsi, ma quale vera e propria materia educativa e palestra di vita. Interessante allora invitare tutti a scoprirlo, seguendo magari il simpatico slogan proposto dal dicastero Sport e Cultura della Città di Lugano, quel "Fare sport per sport" che equivale ad un invito al movimento per il proprio benessere psico-fisico, magari approfittando delle numerose strutture messe a disposizione dalla città.

## Il doping come fenomeno "dilettantistico-amatoriale"

Il convegno si è addentrato ad esaminare un altro aspetto della di-



del 4 giugno svoltosi all'USI di Lugano



di Cristina Vonzun

# esport

## da che parte cominciare ?

mensione sport che sta diventando comune: la pratica dopante, non tanto nel mondo professionistico, ma a livello di sportivi amatoriali, frequentatori di palestre, centri di fitness, ciclisti magari iscritti alle classiche "gran fondo" (come è avvenuto lo scorso anno alla, tra l'altro bellissima, Maratona delle dolomiti, dove il pool Antidroga ha rinvenuto nelle auto di vari cicloturisti prodotti dopanti, per altro inutili ai fini di una classifica agonistica, visto i soggetti in questione). Al convegno di Lugano, il dottor Fulvio Marzatico, professore di Farmacologia presso l'Università di Pavia e da anni ricercatore nel campo, ha messo il dito sulla piaga, trattando proprio questo tipo di casistica. Un esempio portato, simile a quello dei ciclisti alla granfondo della Val Badia, viene dai praticanti di palestre, che soprattutto a livello di ceti medio alti, per finalità di carattere estetico – edonista, secondo quanto riportato dal professore, ricorrono con costanza all'uso di steroidi anabolizzanti spesso somministrati senza alcuna strategia

farmacologica (come invece avviene nel mondo professionistico). Cosa spinge, si è chiesto il prof. Marzatico, citando esempi della vicina penisola italiana, giovani di 20, 25 anni benestanti ad ingerire questi prodotti dagli effetti a lungo andare dannosi e dalla provata assuefazione? La risposta risiede nello stesso "senso dell'esistenza" che li accompagna, quasi come stile soggiacente al gruppo che frequentano e definito come "il bisogno di vivere nel modo più

esaltante possibile", certi comunque di avere in mano ancora i freni della propria esistenza e di potersi fermare quando vogliono. I modelli culturali, secondo Marzatico, vengono direttamente dagli Stati Uniti, dove lo stesso sport professionistico non ha un antidoping scientifico. I "super fisici" "super plasmati" made in Usa, attirano dunque i giovani, che rapidamente, saltando e andando oltre le tappe di un normale allenamento (da qui l'ingerimento degli steroidi anabo-

L'idea di **bellezza dello sport** è legata all'idea di bellezza e **armonia del soggetto personale**, che cercando anche un sano risultato, provando a spingersi alla soglia del proprio limite, non perde tuttavia un **rapporto equilibrato con sé stesso** e con gli altri, ma semmai, attraverso lo sport scopre la sua natura umana più vera che è **sia fisica che spirituale**



lizzanti) vogliono arrivare a livelli di apparente forma fisica ottimale. Questa dimensione di dipendenza contraddistingue anche i ragazzi che a livello di "juniori" entrano nel mondo dello sport competitivo, assumono un doping più sofisticato e poi hanno vere e proprie crisi anche di carattere psicologico, come ha ricordato lo stesso Cannavò, citando casi di giovani ciclisti della vicina penisola. In questo senso sono soprattutto le anfetamine, che di per sé, non migliorano le prestazioni sportive ma generano solo un aumento di aggressività, a lasciare, in seguito, un vuoto tale da aver causato in alcuni soggetti, una sorta di esaurimento psico-fisico (vedi il caso Jan Ulrich dello scorso anno). Che fare allora? Informare può es-

è bassa rispetto alle necessità. È stato infatti ricordato al convegno, come in tutto il mondo siano presenti 22 laboratori antidoping che effettuano dalle 50 alle 100 analisi sofisticate alla settimana, compiendo una valida azione deterrente per le grandi manifestazioni ma non riuscendo a rispondere al numero infinito di piccoli e medi avvenimenti sportivi professionistici. Il mondo del doping dello sport di competizione ad alto livello è diventato sempre più sofisticato, sviluppando una ricerca di vertice con vere e proprie équipes che seguono l'atleta (raramente non informato di quanto gli viene somministrato). Un esempio molto interessante sullo sviluppo del doping viene dalla tabella statistica dei record sui 10'000

sere una delle opzioni possibili, iniziando già dalla scuola media, senza dimenticare che l'esempio viene dall'alto, dallo sport professionistico.

### Records e strategie dopanti

Al momento attuale infatti, la percentuale di azione antidoping è bassa rispetto alle necessità. È stato infatti ricordato al convegno, come in tutto il mondo siano presenti 22 laboratori antidoping che effettuano dalle 50 alle 100 analisi sofisticate alla settimana, compiendo una valida azione deterrente per le grandi manifestazioni ma non riuscendo a rispondere al numero infinito di piccoli e medi avvenimenti sportivi professionistici. Il mondo del doping dello sport di competizione ad alto livello è diventato sempre più sofisticato, sviluppando una ricerca di vertice con vere e proprie équipes che seguono l'atleta (raramente non informato di quanto gli viene somministrato). Un esempio molto interessante sullo sviluppo del doping viene dalla tabella statistica dei record sui 10'000

Per analizzare il fenomeno doping in rapporto alla competizione, occorre anzitutto premettere una distinzione tra esso e la "preparazione biologica", quella prodotta con allenamenti programmati, diete particolari, integrazioni di vitamine, aminoacidi e altre sostanze naturali. Di doping si comincia a parlare quando, mediante l'uso di sostanze o procedimenti, si aumenta artificialmente il rendimento, in vista di una gara o si interviene con steroidi anabolizzanti durante un periodo detto di "ricupero" da infortunio, al fine di non perdere la massa muscolare. Le classi di farmaci più utilizzati a fini dopanti sono gli steroidi anabolizzanti e le sostanze eccitanti.

Gli steroidi anabolizzanti, quelli descritti dal professor Marzatico come assunti nelle palestre tra i giovani italiani benestanti, sono sostanze derivate dagli ormoni sessuali maschili che favoriscono la sintesi proteica e quindi la costruzione di tessuti nell'organismo. Chi ne fa uso a questi livelli assume spesso grandi quantità fino a 10 volte superiori ai dosaggi normali. All'aumento della massa muscolare e della forza che deriverebbe dall'assunzione di queste sostanze, fa riscontro una lista lunga di effetti collaterali, diversi a partire dal sesso e dall'età del consumatore. Negli adolescenti, dove questi prodotti sono più efficaci in ordine all'aumento della massa muscolare, vi è l'effetto di una riduzione dell'altezza definitiva; negli uomini adulti, invece si hanno problemi di fertilità, di calvizie, renali; nelle donne si assiste alla trasformazione dei caratteri femminili in maschili. Per tutti c'è un'elevata incidenza di tumori, aumento delle cardiopatie, nonché alterazioni della personalità (aggressività).

Le sostanze eccitanti hanno per fine quello di stimolare il sistema nervoso, incrementando la competitività (anfetamine, amine simpatomimetiche). Il miglioramento

Le sostanze dopanti hanno una lunga lista di **effetti collaterali**: problemi di fertilità, renali, elevata incidenza di tumori, aumento delle cardiopatie, nonché alterazioni della personalità (aggressività), non per ultimo creano assuefazione e dipendenza psicologica

metri e del record dell'ora (ciclismo), che rappresentano due casi per capire l'evoluzione del fenomeno. Fino agli anni '80 ad un record che alzava il livello, faceva seguito un periodo lungo di assestamento, della durata di 5 anni. Dagli anni '80 (soprattutto con l'avvento della eritropoietina) il fenomeno di crescita è costante e senza pause: i record si abbattano senza tregua.

Che fare allora? **Informare** può essere una delle opzioni possibili, iniziando già dalla **scuola media**, senza dimenticare che l'esempio viene dall'alto, dallo sport professionistico

reale è poco, ed è stato constatato in sport di lunga resistenza. Tuttavia, assumendo questi farmaci, gli atleti avvertono una sensazione di euforia e credono di effettuare una prestazione superiore, quando in realtà il risultato non lo dimostra. Dopo qualche ora piuttosto si verifica una fase di depressione reattiva. Questi stimolanti hanno dei dannosi effetti collaterali, oltre all'assuefazione e alla dipendenza psicologica: tremori, stato confusionale, aggressività, aumento della pressione arteriosa, aritmie cardiache. Negli anni '60 si ricorderà il caso del ciclista britannico Simpson morto al Tour de France proprio a seguito dell'uso di anfetamine. In questa categoria si fa rientrare anche la cocaina che ha effetti collaterali simili agli stimolanti con un rischio di assuefazione tuttavia superiore e una maggiore incidenza di problemi psicologici.

Abbiamo poi una terza categoria, quella dei betabloccanti, utilizzati per ridurre la paura e il tremore, magari davanti al pubblico e gli antidolorifici di tipo morfिनico che annullano la sensibilità a dolore e fatica.

Un altro doping celebre è quello dell'autotrasfusione che ha per effetti indesiderati trombosi, embolie, setticemie e emolisi.

Il caso recente più famoso è quello dell'eritropietina. Si tratta di un farmaco per curare patologie ai reni, in grado di modificare profondamente

i parametri ematologici la cui assunzione dopante può produrre gravi e irreversibili danni. Sappiamo che in generale causa un aumento dell'ematocrito. Un atleta che ne fa uso può ritrovarsi al termine di una gara, a causa della sudorazione, con un tasso di ematocrito fuori norma (addirittura oltre il 60%, quando il massimo è 49%), con rischio di trombosi. Sotto sforzo, con l'aumento della pressione arteriosa si entra oltretutto in rischio di ictus e di infarto. Anche se scompare presto dal circolo, i suoi effetti sono presenti per molto tempo oltre il trattamento, da qui la difficoltà nella scoperta degli atleti che ne fanno uso, che al momento della gara (e del controllo) potrebbero presentare valori anche normali.

### L'uomo al centro dello sport

Indipendentemente dal dilagare del fenomeno nel mondo professionistico quello che colpisce maggiormente è l'uso dilettantistico – amatoriale, addirittura per semplici motivi di fitness, di alcune tra queste sostanze, laddove non esistono pressioni di allenatori, sponsor, manager. In questo senso il mondo sportivo non è che un riflesso delle malattie della nostra società e di per sé quello che avviene ai giovani descritti in palestra è lo stesso fenomeno che tocca altri luoghi di divertimento. C'è sempre, insomma, un limite da non superare, un confine da non varcare, che solo una cultura che lavori sulla

riscoperta del valore del soggetto e del volto umano può evidenziare. L'idea di bellezza dello sport è legata all'idea di bellezza e armonia del soggetto personale, che cercando anche un sano risultato, provando a spingersi alla soglia del proprio limite, non perde tuttavia un rapporto equilibrato con sé stesso e con gli altri, ma semmai, attraverso lo sport scopre la sua natura umana più vera. Salire in bici il passo Pordoi, correre una maratona, scendere con gli sci da un pendio in neve fresca, scalare una montagna, immergersi nella profondità di un mare incontaminato, ma anche giocare un match di tennis, sono imprese non solo fisiche (chi lo pensa non lo ha mai fatto), ma molto di più, fisiche e spirituali insieme, così come una tabella di allenamento seguita scrupolosamente, in mezzo ad ogni condizione meteorologica, per mesi, in vista di una competizione, è un itinerario di scoperta di sé stessi secondo la propria natura fisica e insieme spirituale. L'affermazione di Socrate "conosci te stesso", è da assumere integralmente, lavorando con i giovani e gli adolescenti e con noi stessi per una scoperta integrativa degli aspetti spirituali e fisici della persona umana, di cui lo sport è veicolo e mezzo privilegiato. L'uomo, non è solo una mente e non è neppure un corpo abbandonato alle forze della natura o manipolato dalla "chimica". ■

