

El dopaje

Dr. Enrique Cantón Chirivella

Director del Máster de la Actividad Física y el Deporte y responsable Ps. Deporte Consejo General COPs

Joaquín Lago Mediodía

Psicólogo del Deporte. PSICOCALP

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Especialista Medicina del Deporte. Jefe del Servicios de Urgencias del Hospital Perpetuo Socorro (Alicante)

Esta sección plantea a diversos especialistas preguntas acerca de temas actuales que están siendo objeto de discusión en nuestra sociedad. Las intervenciones de nuestros invitados aparecen por orden alfabético.

En este número de la Revista hemos escogido un tema, el dopaje, que es sin duda, una cuestión social candente y de actualidad.

Las noticias relacionadas con esta problemática en el ámbito del deporte se amontonan en los medios de comunicación, no sólo en su repercusión estrictamente deportiva sino también en sus facetas judiciales, políticas y humanas.

El abordaje de esta problemática se ha venido realizando desde una perspectiva biomédica, priorizando estrategias de elaboración de listados de sustancias, procedimientos dopantes y sistemas para su detección en laboratorios. A ellas cabe sumar las iniciativas de carácter legal y normativo para la aplicación de sanciones administrativas y legales, desde las que tienen repercusión exclusivamente en la competición deportiva, como el provocar la pérdida de un éxito deportivo, hasta las más duras y generales que contemplan incluso penas de prisión, como las que se recogen en la reciente Ley Orgánica 7/2006, de 21 de noviembre de Protección de la Salud y Lucha Contra el Dopaje en el Deporte (BOE 22-11-2006)

Sin embargo, quisiéramos hacer notar que, como ocurre con otras conductas de riesgo para la salud, el dopaje se sustenta precisamente en eso, en comportamientos, actitudes, motivos, decisiones, es decir, en lo estrictamente psicológico y, sin embargo, parece que no se han abierto las vías de intervención necesarias para la participación de nuestra disciplina.

Por otra parte y como ocurre en todo colectivo profesional, no importa sólo la demanda y el hecho de potenciarla, sino también tener la oferta preparada para responder adecuadamente. Así, nos planteamos si realmente los profesionales de la Psicología estamos preparados para entrar en este terreno o, de forma más optimista, qué se necesita hacer y saber para estarlo. En este sentido, el COP no sólo se preocupa de conocerlo sino que dedica esfuerzos importantes a promover formación para su desarrollo, como el Máster de Psicología del Deporte.

1.

¿Qué entiende usted por Dopaje y, en su opinión, cuáles son las razones que explican este fenómeno humano y social?

Dr. Enrique Cantón Chirivella

La definición es la ya conocida de “Detección en el cuerpo del deportista de un método o sustancia prohibida, o metabolito o marcador” (a veces a partir de una cantidad) También se incluye en el concepto general cosas como: el negarse a pasar un control de dopaje, el manipular una muestra de orina o de sangre, no informar sobre donde se encuentra, traficar o encontrarse en posesión (incluso con posibilidad de prisión –Ley Española del Deporte, art. 361 bis-), y el ayudar, encubrir o incitar al dopaje (entrenadores, médicos, federativos, etc.) Como curiosidad, se puede mencionar que en algún momento el código de dopaje incluía como práctica prohibida la hipnosis, afortunadamente ya retirada.

En cuanto a las razones del fenómeno, sin duda una explicación adecuada trascendería lo psicológico para llevarnos a lo social y político, al valor que se le otorga a la búsqueda del máximo rendimiento o a la mercantilización extrema de las actividades humanas. Sin embargo, en un plano de análisis humano podemos referirnos a las causas o razones básicas que lo explican, que se concentran en dos: lograr mejoras rápidas del rendimiento y mantener controlados los estados emocionales indeseados (ansiedad, miedo, desánimo, etc.) De forma más pormenorizada, diversos estudios mencionan motivos como la imitación, el afrontamiento del estrés o el cansancio, mejorar la falta de confianza, superar las dificultades de concentración, lograr el control rápido del peso, aumentar los efectos físicos del entrenamiento, aumentar la masa proteica, o reducir las sensaciones molestas y dolorosas.

Joaquín Lago Mediodía

El dopaje es la utilización de sustancias prohibidas destinadas a aumentar de manera artificial el rendimiento físico deportivo. La fama y el dinero, que se puede conseguir a través de los resultados deportivos, pueden ser factores que expliquen y aumenten la práctica del dopaje.

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Es el uso de sustancias o métodos no fisiológicos, para mejor “artificialmente” las condiciones físicas de los atletas, tanto en su rendimiento en competición como durante la práctica y preparación de la competencia.

Las razones, ilógicas, tanto humanas como sociales son:

-el “deber o tener” que vencer = ganar, a cualquier precio (incluso la propia salud física y mental)

2.

¿Qué relación guarda el Dopaje con la cultura de la imagen, de la perfectibilidad del cuerpo, y por tanto con fenómenos como la cirugía plástica, la ingesta innecesaria de medicamentos, la musculación obsesiva en gimnasios o patologías como la anorexia?

Dr. Enrique Cantón Chirivella

La relación es evidente. El recurso al dopaje es en muchas ocasiones la manera de obtener con la mayor rapidez posible y el menor esfuerzo y constancia, lo que se establece externamente como un modelo ideal a seguir, sea de belleza, de fuerza o de aspecto físico. Muchas veces pensamos que los que se dopan lo hacen porque no hay otra

manera de conseguir determinado nivel de rendimiento y aunque esto es parcialmente cierto, hay también una parte importante que podría conseguirse por otros medios, incluyendo estrategias de preparación psicológica, pero que suelen implicar mayor demora, constancia y responsabilidad personal. También hay relación en cuanto al perfil psicológico que genéricamente podemos encontrar en personas afectadas por estos fenómenos diversos: baja autoestima, insatisfacción con la imagen corporal, elevada dependencia social, etc.

Joaquín Lago Mediodía

Hay personas que mal asesoradas o por posibles problemas psicológicos utilizan el dopaje (u otro tipo de tratamientos o sustancias nocivas) para determinados objetivos que les serían imposibles de conseguir sin estas sustancias o actuaciones (masa muscular exagerada o mantenerse en línea) El dopaje se relaciona por supuesto con diferentes patologías psicológicas actuales referentes a la imagen corporal.

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Existe un grupo de “atletas enfermos” con la cultura de la imagen. La obsesión de la perfección en la estética, del grupo muscular, definición, forma, volumen, tamaño, sin medir consecuencias. Comienzan a administrarse diferentes medicamentos en busca de esa “imperfecta figura” (enfermiza) que quieren ver en su espejo. El fenómeno quirúrgico llega a extremos de colocar prótesis en partes anatómicas que no se logran esculpir a “gusto i piacere”, como si existiese un modelo humano perfecto.

Aunque el desarrollo de la “Anorexia” requeriría un capítulo aparte, muchas veces observamos como esta distorsión de la imagen personal, que comienza por una cultura del gimnasio, termina en una patología extrema, grave, a veces; mortal.

3.

¿De qué modo se puede relacionar el uso de fármacos y otras sustancias en el dopaje, con el fenómeno, más amplio, de la drogadicción?

Dr. Enrique Cantón Chirivella

En mi opinión hay una relación directa tanto en los motivos básicos de su uso (rendimiento, recreación, control emocional) como en los comportamientos y efectos que produce (ocultamiento, dependencia, ...) Obviamente también hay diferencias: en el dopaje se incluyen manipulaciones biofísicas, como por ejemplo, realizar injertos de tejidos plásticos en las articulaciones para aumentar su resistencia de tracción. Sin embargo comparten más similitudes de las que pudiera parecer, como por ejemplo, que en ocasiones las sustancias prohibidas lo son sólo en la medida en que no se entiende médicamente justificada su administración (momento y cantidad) pero que forman parte de los recursos farmacéuticos (barbitúricos, calmantes, ...) o de consumo (alcohol, café, té, ...) legales. Por último, cabe señalar que disponemos actualmente de información que nos indica cómo el recurso al dopaje de los deportivos se puede continuar con otras conductas adictivas sin relación ya alguna con el deporte.

Joaquín Lago Mediodía

El doping y la drogadicción normalmente se presentan en contextos completamente diferentes, y se utilizan generalmente buscando objetivos también diferentes. De todos modos pueden darse solapamientos o coincidencias de ambos problemas.

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Mi criterio es que, el uso indebido de sustancias, (ej.: doping deportivo) es una forma de drogadicción como cualquier otra, con distintos objetivos, pero buscando una irrealidad, una imagen distorsionada de uno mismo y del entorno.

4.

El dopaje, en su sentido de búsqueda inagotable y siempre insatisfactoria por conseguir de cualquier forma un rendimiento cada vez más alto, ¿en qué medida, cree usted, que puede considerarse como una forma más de alienación, es decir, de no entender ni querer saber nada realmente sobre qué ni por qué de esta búsqueda?

Dr. Enrique Cantón Chirivella

Un componente claro del dopaje es el desconocimiento que suele tener su usuario de los verdades motivos y necesidades que llevan a utilizarlo. Es decir, saben que quieren por ejemplo aumentar muy rápidamente su masa muscular, pero no saben porqué eso es importante, necesario o siquiera deseable, más allá de lo que su entorno social y mediático dice que puede y debe ser. En ese sentido, la alienación mercantilista en la que se mueve esta sociedad de consumo

ha generado, seguramente, otro producto pernicioso más: los adictos al ejercicio y a sus fármacos dopantes.

Joaquín Lago Mediodía

El dopaje es el camino equivocado en la búsqueda de objetivos deportivos. Convierte a los deportistas en tramposos y a los médicos que lo apoyan o consienten en verdaderos delincuentes. Por supuesto que es una forma de alienación, pues la realidad del deporte propiamente dicho es completamente diferente.

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Considero que en una gran medida, una forma más de “alienación”, el sentirse extraño dentro de sí mismo, frente a la sociedad o a su competencia deportiva.

5.

La Psicología del Deporte, ¿de qué modos y en qué sentido puede contribuir a evitar que se recurra al dopaje?

Dr. Enrique Cantón Chirivella

Creo que puede ser relevante para el colectivo de profesionales de la Psicología el que conozcan esta posible área de intervención. También en este ámbito social pueden beneficiarse de nuestra intervención profesional, claro está siempre y cuando estemos adecuadamente formados y especializados. En cuanto a nuestras posibles contribuciones, mencionaría en primer lugar que a nivel preventivo se pueden anticipar o detectar y corregir, los diversos factores de riesgo, para actuar sobre ellos mediante acciones dirigidas a educar, formar y asesorar, tanto a los

deportistas como a los demás colectivos participantes en las actividades deportivas (entrenadores, directivos, familiares,...) También podemos contribuir a que los deportistas logren tener una preparación psicológica adecuada que haga al menos parcialmente innecesario el recurrir a determinadas sustancias. Por ejemplo, un deportista que aprenda a controlar psicológicamente la ansiedad precompetitiva no necesitaría, lógicamente, recurrir a doparse con tranquilizantes. Otra vertiente de aplicación se produciría cuando el problema ya está en marcha. En estos casos, la labor se centra en apoyar un proceso de cambio, en la misma línea en que se tratan otras adicciones y de acuerdo con el grado de dependencia generado. Ofrecer alternativas, facilitar estrategias de control, ayudar a reducir temores y malestares del abandono del dopaje, o clarificar consecuencias y riesgos, son algunos de los aspectos tratados. Asimismo, es fundamental la labor de colaboración interdisciplinar con otros profesionales de las ciencias del deporte, como médicos, fisioterapeutas o educadores físicos, para aumentar la eficacia y eficiencia en el abordaje del problema.

Joaquín Lago Mediodía

Principalmente a través de la prevención, tanto en el deporte de iniciación como en deportistas de alto rendimiento. Hay que formar tanto a los deportistas como a los entrenadores, además de los diferentes profesionales que trabajan con ellos, para darles una visión del deporte más sana, donde sólo el esfuerzo personal y los buenos hábitos deportivos conformen el trabajo diario.

Dr. Miguel Ángel López Aranda

Con el devenir de los años, las instituciones deportivas, gimnasios, equipos de elite, van comprendiendo y sumando profesionales de la salud dedicados específicamente a la Psicología del Deporte que son quienes, pueden encauzar y encaminar una distorsión de la imagen personal del atleta, de verificar y ayudar en los entrenamientos, de colaborar en la alimentación y en todos los factores que harán a un “Deportista sano”, de elite o no, esto dependerá de otras circunstancias.