

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Θέματα Ηθικής στον Αθλητισμό

### Διάλεξη 4 Χρήση Αναβολικών στον Αθλητισμό



## Μαθησιακοί στόχοι

- Τι είναι το Ντόπινγκ
- Συνέπειες
- Γιατί οι αθλητές ντοπάρονται
- Παρεμβάσεις
- Ηθικά ζητήματα σχετικά με το ντόπινγκ



## Ηθικό δίλημμα

Είσαι αθλητής που διεκδικεί με πιθανότητες την πρόκριση στους επόμενους Ολυμπιακούς αγώνες. Ο προπονητής σου και ο γιατρός που σε παρακολουθεί σου προτείνουν να πάρεις μια απαγορευμένη ουσία με την χρήση της οποίας θα εξασφαλίσεις τη συμμετοχή σου στους Ολυμπιακούς αγώνες. Σου λένε ότι είναι σίγουροι ότι η ουσία δεν μπορεί να εντοπιστεί από τον έλεγχο αντι-ντόπινγκ και ότι δεν θα έχεις κάποιο πρόβλημα υγείας. Σε περίπτωση πρόκρισης ο χορηγός σου θα σε ανταμείψει με ένα μεγάλο χρηματικό ποσό.

**Τι απόφαση θα πάρεις και γιατί;**



## Θα έκανες χρήση ντόπινγκ;;;

### Έρευνα του 1995

**Το 98% των αθλητών ολυμπιακού επιπέδου** που ερωτήθηκαν (n=198) τι θα έκαναν, αν τους δινόταν η ευκαιρία να κάνουν χρήση απαγορευμένων ουσιών χωρίς να τους εντοπίσουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες και να κερδίσουν ολυμπιακό μετάλλιο, **απάντησε θετικά** είτε ότι θα χρησιμοποιούσε απαγορευμένες ουσίες

**Το 60%** είπε ότι θα χρησιμοποιούσε απαγορευμένες ουσίες ακόμα και στην περίπτωση που η χρήση αυτή των ουσιών τούς οδηγούσε σε **θάνατο** (αναφέρεται στο Weinberg & Gould, 1999).



## Θα έκανες χρήση ντόπινγκ;;;

### Έρευνα σε έλληνες αθλητές

61.5% αρνητικοί στη χρήση ντόπινγκ

5.6% αναποφάσιστοι

32.9% θετικοί στη χρήση ντόπινγκ.

Παρόμοια ποσοστά βρέθηκαν και στους προπονητές

(Psouni, Zourbanos, & Theodorakis, 2015)



## Τι είναι το Ντόπινγκ

- Ο όρος ντόπινγκ αναφέρεται στη χρήση ή χορήγηση απαγορευμένων φαρμακευτικών ουσιών και απαγορευμένων μεθόδων που απώτερο σκοπό έχουν την αύξηση της απόδοσης.



## Μέθοδοι Ντοπαρίσματος

Αυτομετάγγιση αίματος

Ουσίες ενίσχυσης της απόδοσης

Β αναστολείς

Αναβολικά στεροειδή

Ναρκωτικά αναλγητικά

Διουρητικά

Διεγερτικά

Ορμόνες (Ερυθροποιητίνη (EPO), Αναπτυξιακή ορμόνη



## Γιατί χρήση ντόπινγκ;

- Ενίσχυση απόδοσης
- Γρηγορότερη αποκατάσταση
- Αποκατάσταση από τραυματισμό
- Να αισθανθώ ανεβασμένος
- Να ελέγξω το άγχος και τη διέγερση
- Για να δημιουργήσω ένα ελκυστικό σώμα
- Να χάσω βάρος γρήγορα
- Να αισθανθώ αυτοπεποίθηση
- Για να πετύχω



## Αιτίες

- Η υπερβολική εμπορευματοποίηση στο χώρο του αθλητισμού.
- Η έκρηξη των τηλεοπτικών δικαιωμάτων σε συνδυασμό με τα μεγάλα συμβόλαια χορηγίας
- Οι πολλές αθλητικές διοργανώσεις
- Τα συμβόλαια των χορηγών που πριμοδοτούν ανάλογα με τα αποτελέσματα ή τα μετάλλια που θα κατακτήσουν οι αθλητές σε μεγάλες αθλητικές διοργανώσεις.





## Αιτίες

Η πίεση για επιτυχία που δέχονται οι αθλητές από τον περίγυρό τους (από τον προπονητή μέχρι το γιατρό, τον αρχηγό της ομάδας και τους συγγενείς),

Διάφοροι οικονομικοί παράγοντες που θέλουν να "παράγουν" ακατάπαυστα αθλητές με μεγάλη προβολή από τα μέσα ενημέρωσης οδηγεί σε αύξηση του προσωρινού χαρακτήρα της καριέρας νεαρών αθλητών.



## Συνέπειες

- Η χρήση ορισμένων ουσιών και μεθόδων έχουν αποδειχθεί ως βλαβερές για την υγεία. Μπορεί να οδηγήσουν ακόμη και στο θάνατο.





## Συνέπειες στο σώμα

### Στους άνδρες

- Συρρίκνωση και σκλήρυνση των όρχεων
- Μείωση του αριθμού των σπερματοζωαρίων
- Σεξουαλική ανικανότητα και στειρότητα
- Πρόωρη φαλάκρα
- Μεγέθυνση του προστάτη
- Γυναικομαστία
- Δυσκολίες ή πόνοι κατά την ούρηση
- Νεφρική βλάβη
- Αλωπεκία

### Στις γυναίκες

- Ανάπτυξη ανδρικών χαρακτηριστικών
- Τριχοφυΐα στο πρόσωπο και το σώμα
- Αλλαγές ή διακοπή των κύκλων της εμμηνου ρύσης
- Η φωνή γίνεται πιο βαθιά, όπως στους άνδρες
- Μεγέθυνση της κλειτορίδας
- Μείωση των μαστών
- Αλωπεκία ανδρικού τύπου
- Πολύ αυξημένα επίπεδα τεστοστερόνης
- Μειωμένα επίπεδα ωοθυλακιοτρόπου ορμόνης



## Συνέπειες

### στον ψυχολογικό και ψυχικό τομέα

- Ευερεθιστικότητα
- Ανεξέλεγκτα ξεσπάσματα οργής και επιθετικότητας
- Αλλαγές στη διάθεση, κατάθλιψη με τη διακοπή τους
- Ψευδαισθήσεις
- Αδυναμία συγκέντρωσης
- Εξασθένιση ικανότητας κρίσης (υπερβολική αυτοπεποίθηση)
- Αυξημένη σεξουαλική διάθεση
- Υπερδιέγερση
- Παρανοϊκή ζήλια
- Παράνοια



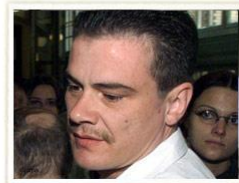
## ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

- Δυσφήμιση
- Απώλεια χορηγών



## ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

**Η περίπτωση της Χάιντι Κρίγκερ που έγινε ...  
Αντρέας Κρίγκερ**







## Νόμιμα συμπληρώματα

Πλεονεκτήματα	Μειονεκτήματα
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μπορεί να ενισχύσουν την υγεία.</li> <li>• Βοηθούν στην αποκατάσταση</li> <li>• Είναι διαθέσιμα σε διάφορες μορφές.</li> <li>• Αυξάνουν τις πιθανότητες επιτυχίας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μπορεί να περιέχουν απαγορευμένες ουσίες</li> <li>• Δεν υπάρχουν ερευνητικά δεδομένα για τις επιδράσεις της μακροχρόνιας χρήσης τους</li> <li>• Πολλά ενεργειακά ποτά περιέχουν υψηλά επίπεδα ζάχαρης</li> <li>• Δεν συμβαδίζουν με το πνεύμα του ευ αγωνίζεσθαι στον αθλητισμό</li> </ul>



## Ντοπάρισμα για την εικόνα σώματος;;;





## Ντοπάρισμα για την εικόνα σώματος;;;



## Τι μέτρα μπορούμε να λάβουμε;

- Εκπαίδευση των προπονητών για το πώς θα αναπτύξουν ικανότητες πρόληψης.
- Εκπαίδευση των επαγγελματιών στον τομέα της υγείας
- Προγράμματα πρόληψης σε αθλητικούς συλλόγους, σχολεία και πανεπιστήμια, τοπικές κοινότητες και κέντρα υγείας
- Η ενημέρωση των γονέων για τους κινδύνους του ντόπινγκ και να τους ενθαρρύνουν να διδάξουν στα παιδιά τους τις βασικές αρχές της καλής υγείας, του τίμιου παιχνιδιού και του ομαδικού πνεύματος (σχολές γονέων)



## Τι μέτρα μπορούμε να λάβουμε;

- Να συμπεριληφθεί η πρόληψη του ντόπινγκ, στα προγράμματα της υγειονομικής εκπαίδευσης
- Να εκπαιδευθούν οι αθλητές από την αρχή της ενασχόλησής τους, σε νεαρή ηλικία, γύρω από το ντόπινγκ και την κατάλληλη πρόληψη
- Να ενισχυθεί η έρευνα γύρω από θέματα αντι – ντόπινγκ



## Τι μέτρα μπορούμε να λάβουμε;

- Συστηματικοί αλλά και τυχαίοι έλεγχοι
- Βιολογικό διαβατήριο αθλητή
- Athlete Whereabouts
- Ενίσχυση της έρευνας ανίχνευσης ουσιών
- Αυστηρότερες ποινές (από το 2015 η WADA αύξησε την ποινή αποκλεισμού σε 4 χρόνια για την πρώτη φορά και δια βίου για την δεύτερη φορά)





## Ηθικά Ζητήματα

Δεν γνώριζα ότι πήρα μια παράνομη ουσία.

?

Ο ρόλος του προπονητή

?



## Ηθικά Ζητήματα

Είναι δικαίωμα του κάθε ενήλικα επαγγελματία αθλητή να αποφασίσει το κόστος της νίκης του

?



## Ηθικά Ζητήματα

Το ντόπινγκ είναι κοινωνικό φαινόμενο και όταν κυρίαρχο μοντέλο είναι η επιτυχία πάση θυσία, τότε η θυσία μπορεί να αφορά τον ίδιο τον αθλητή, την υγεία του και τη ζωή του

?



## Ηθικά Ζητήματα

Γονιδιακό Ντόπινγκ;



Ποια είναι τα όρια μεταξύ της θεραπείας και της ενίσχυσης ενός οργανισμού;



## Ηθικά Ζητήματα

Μπορεί να υπάρξει επαγγελματικός αθλητισμός χωρίς Ντόπινγκ;

Μήπως το Ντόπινγκ πρέπει να γίνει νόμιμο;



## Ντόπινγκ, ηθική και σπορ

- Καταστρέφει τη σωματική και ψυχική υγεία των αθλητών
- Καταργεί το βιολογικό σκοπό του αθλητισμού (προώθηση της υγείας)
- Νοθεύει την ευγενή άμιλλα και το ευ αγωνίζεσθαι
- Νοθεύει την ηθική του αθλητή ωθώντας τον σε μη νόμιμες πρακτικές
- Ενισχύει την έννοια του αθλητισμού ως ανταγωνισμός για τη διάκριση (χρήματα, δόξα, εξουσία) και όχι για την απόλαυση
- Καταστρατηγεί τον αγώνα «επί ίσοις όροις»



## Βιβλιογραφία:

- Elbe, A. M., & Brand, R. (2016). The effect of an ethical decision-making training on young athletes' attitudes toward doping. *Ethics & Behavior*, *26*(1), 32-44. DOI:10.1080/10508422.2014.976864
- Barkoukis, V., Lazuras, L., Tzorbatzoudis, H., & Rodafinos, A. (2013). Motivational and social cognitive predictors of doping intentions in elite sports: An integrated approach. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *23*(5), 330-340. <https://doi.org/10.1111/sms.12068>
- Barkoukis, V., Lazuras, L., & Harris, P. R. (2015). The effects of self-affirmation manipulation on decision making about doping use in elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, *16*, 175-181.
- Laure, P., & Binsinger, C. (2007). Doping Prevalence among Preadolescent Athletes: A 4-Year Follow-Up. *British Journal of Sports Medicine*, *41*, 660-663. <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.2007.035733>
- Lazuras, L., Barkoukis, V., Rodafinos, A., & Tzorbatzoudis, H. (2010). Predictors of doping intentions in elite-level athletes: a social cognition approach. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *32*(5), 694-710.
- Lazuras, L., Barkoukis, V., & Tzorbatzoudis, H. (2015). Toward an integrative model of doping use: an empirical study with adolescent athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *37*(1), 37-50.
- Morente-Sánchez, J., and Zabala, M. (2013) Doping in Sport: A Review of Elite Athletes' Attitudes, Beliefs, and Knowledge. *Sports Medicine*, *43*, 395-411. <http://dx.doi.org/10.1007/s40279-013-0037-x>
- Ntoumanis, N., Ng, J. Y., Barkoukis, V., & Backhouse, S. (2014). Personal and psychosocial predictors of doping use in physical activity settings: a meta-analysis. *Sports Medicine*, *44*(11), 1603-1624.
- Psouni, S., Zourbanos, N., & Theodorakis, Y. (2015). Attitudes and intentions of Greek athletes and coaches regarding doping. *Health*, *7*(09), 1224-1233. <http://dx.doi.org/10.4236/health.2015.79137>