

Doping: acciones psicológicas encaminadas a su prevención ***Doping: psychological actions aimed at its prevention***

Yanet Durand-Nistal¹, Aymara Falcón-López², Abel Baza-Farjat³

¹ ***Dr.CC. Profesora Titular. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

² ***Ms C. Profesora Auxiliar. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

³ ***Ms C. Profesor Auxiliar. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

Email:

yanetnd@cug.co.cu

aymaraf@cug.co.cu

abelbaza@cug.co.cu

Fecha de recepción: 15 de noviembre de 2023

Fecha de aceptación: 14 de diciembre de 2023

RESUMEN

En la investigación se diseñó un conjunto de acciones psicológicas que permitieron elevar el conocimiento relacionado con el control y educación antidoping en los atletas del equipo de ciclismo de ruta 1ra categoría de Guantánamo. Estas acciones están estructuradas por un objetivo general. Para ello se empleó el método cualitativo de investigación acción participativa y técnicas como la entrevista, encuesta y observación. Entre los logros obtenidos tenemos el incremento en los atletas de los niveles de responsabilidad sobre lo que llevan a su cuerpo, la conciencia del peligro, adecuada autovaloración de sus posibilidades reales, el interés por el tema, así como un conocimiento más generalizado de las sustancias y métodos clasificados como doping.

Palabras clave

Doping; Sistema de acciones; Ciclismo de ruta; Atletas.

ABSTRACT

In the research we took on the task of designing a set of psychological actions that allowed us to increase the knowledge related to anti-doping control and education in in the athletes of the Guantánamo 1st category road cycling team. This set of actions is structured by a general objective. For this, the qualitative method of participatory action research and techniques such as interviews, surveys and observations were used. Among the achievements obtained we have the increase in athletes' levels of responsibility for what they put into their bodies, awareness of the danger, adequate self-assessment of their real possibilities, interest in the subject, as well as a more generalized knowledge of substances. and methods classified as doping.

Keywords

Doping; System of actions; Road cycling; Athletes.

INTRODUCCIÓN

Nuestros atletas suelen ser para la sociedad modelos de estilo de vida saludables y con frecuencia son seleccionados para promover salud en la sociedad, sin embargo, algo daña ese ideal un mal que crece en el mundo entero nos referimos al dopaje: definido **como el uso deliberado o involuntario por parte de un atleta de sustancias y métodos prohibidos por el Comité Olímpico Internacional (COI).**

El uso de sustancias prohibidas alcanza en la actualidad mayores proporciones principalmente en el ciclismo sus grandes exigencias, la marcada tendencia internacional al empleo de sustancias prohibidas, el deseo de ganar bajo cualquier precio, la necesidad de hacer una nueva marca, el ser reconocido, hace de los practicantes de este deporte vulnerables al empleo de sustancias prohibidas.

El punto más importante es que la práctica del doping daña la esencia de la espiritualidad del ser humano y del deporte en sí. Va en contra del espíritu y erosiona la confianza del público, anula el principio de igualdad y pone en peligro la salud y el bienestar de quien lo practica.

El deporte es una actividad rica en situaciones de reto, sobrecarga física y elevado compromiso que desarrolla en los atletas variadas cualidades psicológicas que hacen de ellos mejores personas. El concepto educativo del deporte debe combatir cualquier exceso que en su orden fisiológico, psíquico y social atente contra la personalidad y el equilibrio indispensable del ser social.

Es por ello que la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) tiene como misión: Fomentar, coordinar y hacer el seguimiento, a escala internacional, de la lucha contra el dopaje en el deporte en todas sus formas y promover el juego limpio como única vía de preservar el principio de la competencia.

El Programa Nacional antidoping llevado a cabo por el Órgano Nacional Antidopaje de Cuba se encarga de cumplimentar esta resolución y para ello ha extendido su labor a lo largo y ancho del país llegando a todas las provincias. En Guantánamo se lleva a cabo acciones para contrarrestar este fenómeno por medio de la educación y la divulgación.

Como primera labor se realizó un diagnóstico en los atletas y entrenadores del ciclismo de ruta sobre sus conocimientos con relación al doping. Los resultados preliminares demostraron la necesidad de diseñar e implementar un conjunto de acciones psicológicas que permitan elevar el conocimiento relacionado con el control y educación antidoping minimizando así su uso.

Objetivo:

Diseñar un conjunto de acciones psicológicas que permitan elevar el conocimiento relacionado con el control y educación antidoping en atletas de Ciclismo de ruta del Centro Técnico Guantánamo.

MÉTODOS

Material y método.

Método: Cualitativo

Investigación acción-participativa: dirigida a movilizar el potencial de intervención del equipo de salud mental con relación a la búsqueda de alternativas de prevención, tratamiento e intervención ante la presencia del doping.

Métodos de nivel teórico:

1. **Análisis y síntesis:** Se utilizó durante el proceso de investigación para construir la fundamentación teórica, caracterizar la actividad deportiva y su relación con el empleo del doping, mediante la revisión de bibliografías y la consulta en sitios Web.
2. **Histórico-lógico:** Se utilizó para explorar el comportamiento y las principales tendencias de los deportistas hacia el empleo del doping en los diferentes contextos histórico-sociales por los que ha transitado el deporte.
3. **Inductivo-deductivo:** Permitió establecer las relaciones que existen entre las diferentes categorías de la investigación.
4. **Modelación:** Permitió desde bases teóricas referenciales diseñar un conjunto de acciones psicológicas que permitan incrementar el conocimiento de los atletas de la base sobre el doping.

Métodos de nivel empírico:

1. Entrevistas
2. Encuestas
3. Observación participativa.

Métodos de nivel matemático-estadístico:

1. Método de análisis porcentual: Permitió la recopilación y tratamiento de los datos relacionados en por ciento.

Muestra: 6 atletas del deporte de ciclismo de ruta.

Principales resultados del diagnóstico inicial.

Las técnicas aplicadas arrojaron como resultado significativo los indicadores siguientes:

1. Poca información acerca del dopaje y sus consecuencias negativas para el atleta.
2. Falta de conocimiento acerca de las sustancias y métodos aprobados por el COI que clasifican como doping.
3. Existencia de expectativas superficiales acerca del empleo de estas sustancias y sus resultados.

4. Poca conciencia del peligro del doping y la necesidad de consultar con su equipo médico el empleo de cualquier sustancia medicinal.
5. Insuficiente responsabilidad por saber qué sustancia entra a su cuerpo y para qué.

Conjunto de Acciones Psicológicas.

Objetivo.

- Diseñar e implementar acciones que permitan la prevención del uso del doping en los atletas y personal que conforma la red de apoyo social.

Objetivos específicos.

- Incrementar la divulgación y educación por parte del equipo médico para apoyar al deporte limpio.
- Promover en los atletas y entrenadores una conducta sana que no requieran de sustancia estimulante para lograr nuevas marcas.

Metodología

Característica del grupo: 6 Atletas del deporte de ciclismo de ruta, 3 entrenadores.

Sexo: masculino.

Duración: 9 meses.

Recursos Humanos:

- 1 médico.
- 2 psicólogos.
- 1 fisioterapeuta.

Evaluación y monitoreo durante su aplicación:

- Aplicaciones de encuestas trimestralmente a los atletas.
- Entrevista al personal médico y entrenadores sobre el conocimiento actualizado del doping.
- Control y supervisión de las acciones programadas mensualmente.
- Reunión mensual del equipo para discutir los resultados de las evaluaciones y las acciones que se podrían tomar en caso de necesitarlo.

No	Acciones	Objetivos	Duración	Participan	Formas de aplicación
1	Desarrollar talleres de capacitación al personal técnico	Actualizar al colectivo técnico de entrenadores que trabajan directo con los atletas sobre el dopaje y sus desventajas.	1 encuentro trimestral por periodo de 9 meses en 2hr cada encuentro.	Médicos, psicólogos entrenadores	Conferencias, seminarios debates
2	Actividades educativas de prevención con los atletas.	Lograr un conocimiento más actualizado del doping en los atletas y entrenadores.	1 encuentro Quincenal por periodo de 9 meses 2hr	Equipo deportivo equipo médico atletas	Charlas Cine debate Conversatorio.
3	Reproducción y distribución de materiales educativos.	Divulgar lo concerniente al doping y el trabajo que realiza el CEPROMEDE para prevenir el empleo del doping.	Trimestral	Psicólogos y médicos	Confección de plegables.
5	Escuela de padres	Orientar a la familia en el conocimiento del doping y sus efectos negativos.	1 encuentro trimestral 1hr	Padres de los atletas	Seminario y debates con especialistas.
6	Implementación de la intervención médica mínima	Incrementar la labor de promoción desde las consultas.	T/ curso (5min)	Médicos, psicólogos, fisioterapeuta,	En consulta por medio de charla cara a cara.
7	Encuentro con fisicoculturistas que han experimentado los efectos negativos del doping	Lograr una conciencia de los efectos negativos a través de vivencias personales	1 encuentro trimestral 1hr	Equipo técnico. Equipo médico. Atletas	Conversatorio

Evaluación del 1er trimestre

Resultados de la encuesta: atletas:

- El 95% incrementó el conocimiento del término dopaje y sus consecuencias negativas.
- El 90% adquirió una mayor información sobre las sustancias y métodos aprobados por el COI que clasifican como doping.

Resultados de la encuesta: entrenadores:

- El 100% incrementó sus conocimientos sobre el dopaje
- El 100% considera importante los talleres que se imparten
- El 80% ha incrementado el dominio sobre las sustancias clasificadas como doping.

Control del cumplimiento de las acciones en el 1er trimestre:

Se cumplieron a un 87% debido a la poca motivación sobre el tema por lo que se implementaron nuevas acciones para acrecentar el interés.

Evaluación del 2do trimestre

Resultados de la encuesta: atletas

- El 90% concientizó la necesidad de conocer las sustancias que entran a su cuerpo y para qué.
- El 95 % incrementó el interés por el juego limpio.
- El 95% dominan los efectos negativos del dopaje.

Resultados de la encuesta: entrenadores:

- El 100% valoró la importancia del conocimiento de los efectos negativos de uso del doping para los atletas y la importancia que tiene para ellos la confianza en sí mismos y en sus potencialidades.

Control del cumplimiento de las acciones en el 2do trimestre:

Se cumplieron a un 100% las acciones planificadas y con buena aceptación por parte de los usuarios.

Resultado final

Se obtuvieron los resultados esperados, el objetivo se cumplió y el criterio de experto validó que estas acciones beneficiaron el trabajo preventivo del uso del doping.

CONCLUSIONES

- A través del presente trabajo se logró diseñar un conjunto de acciones psicológicas que permitieron minimizar el uso del dopaje en los atletas de ciclismo de ruta.
- Las acciones elaboradas responden al sistema propuesto.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

González, R. (2005). Usted puede... prevenir, detectar y vencer las adicciones. La Habana: Editorial Científico –Técnica.

Gibert, W. (2006). Aprender a enseñar y vivir es la clave. La Habana: Editorial Científico –Técnica.

Gonzalez, A. (2006) *Nutrición en el deporte. Ayudas ergogénicas y dopaje*. Madrid: Díaz de Santos.

Bosch, E. & Franquet, M. (2007). *Dopaje, fraude y abuso en el deporte*. Barcelona: Bosch.

Capdevilla, E. & Franquet, M. (2007). *Dopaje, fraude y abuso en el deporte*. Barcelona: Bosch.

Cañizares, M. (2008). *La Psicología en la Actividad Física*. La Habana: Editorial Deportes.

Gorostiaga, E. & Ibañez, J. (2009). *Guía del Deportista*. Navarra: Fundación Miguel Indurain.