

ACCIONES PARA PREVENIR EL DOPAJE EN LOS ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE MATANZAS

MSc. Luis Raúl Ponte de los Reyes Gavilán¹, Dr. C. Dencil Escudero Sanz²

1 y 2. Universidad de Matanzas, Vía Blanca Km.3, Matanzas,
Cuba. luis.ponte@umcc.cu y dencil.ecudero@umcc.cu

RESUMEN

El dopaje es uno de los problemas más significativos en el deporte contemporáneo. Con el ansia de obtener grandes resultados algunos atletas usan sustancias prohibidas sin importar los daños que causan a su salud. Se aprecia en los estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas poco conocimiento de las sustancias perjudiciales para la salud que se emplean para de aumentar el rendimiento físico, por lo que los autores se trazaron como objetivo de la investigación la elaboración de un conjunto de acciones para prevenir el dopaje en dichos estudiantes, utilizando como métodos teóricos el inductivo-deductivo, analítico-sintético y el histórico-lógico, además los empíricos: Criterio de especialistas y la encuesta. Con la aplicación del conjunto de acciones se mejoró significativamente el nivel de conocimientos de los estudiantes acerca del tema dopaje, contribuyendo a una mejor percepción del riesgo para la salud que significa el consumo de sustancias dopantes.

Palabras claves: Doping; Dopaje; Prevención; Percepción de riesgo.

INTRODUCCIÓN

Desde hace algún tiempo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) viene llamando la atención acerca de la amenaza que constituye para la salud pública el avance de una tendencia emergente entre personas que confunden estar en buena forma física con lucir una musculación visible y rápida, por lo que no dudan en recurrir a consumos incontrolados de suplementos dietéticos y a las redes ilegales que lucran con el tráfico de sustancias prohibidas.

La utilización de sustancias o de otros medios para mejorar la marca es tan antigua como el deporte de competición. Por ejemplo, se sabe que los atletas que participaban entre los siglos IV a VIII a. C. en las Olimpiadas de la antigua Grecia utilizaban dietas especiales y pociones estimulantes para fortificarse. En 1928, la Federación Internacional de Atletismo fue el primer organismo que prohibió el uso de sustancias dopantes. La mayoría de las federaciones deportivas internacionales introdujeron los controles de dopaje en la década de 1970. Sin embargo, estos controles eran poco efectivos porque no detectaban la presencia

de esteroides anabolizantes que estaban siendo utilizados por bastantes atletas desde los años 60.

El doping es un problema, que ha traspasado las fronteras del ámbito estrictamente deportivo y ha llegado a otros núcleos sociales, al hombre de la calle. ¿Razones? Dos son las más convincentes. En primer lugar, el deporte va siendo una actividad más y más popular, tanto en el ámbito de participación como de seguimiento; es lógico que cualquier tema relacionado con él suscite interés y pase de inmediato a ser del dominio público. Y por otra parte, el problema del doping no es sino un reflejo de nuestra forma de vida, basada a diario en el medicamento que se utiliza para eliminar el dolor, para evitar la depresión, para aumentar la actividad; e incluso, con una aseveración más drástica, se puede considerar que el doping es un síntoma del actual problema de la droga en la sociedad.

Tratar de definir el doping es algo muy complejo. La primera definición con validez y efectividad durante casi veinte años es la aprobada en 1963 por el Comité de Educación Extraescolar del consejo de Europa: “El doping es la administración a una persona sana, o la utilización por ella misma, de sustancias extrañas al organismo o de sustancias fisiológicas, en cantidades o por vías anormales, con el único fin de conseguir un aumento artificial del rendimiento de esta persona al participar en una competición”.

La Agencia Mundial Antidopaje (AMA) define el dopaje o doping como la ocurrencia de cualquiera de las siguientes violaciones de las reglas antidopaje:

- 1- La presencia de una sustancia prohibida, sus metabolitos o marcadores en el cuerpo de un atleta.
- 2- El uso o intento de uso de una sustancia o métodos prohibidos.
- 3- Rehusarse a suministrar una muestra, no hacerlo sin causa justificada o evadir de cualquier modo la recolección de muestras.
- 4- No estar disponible para las pruebas fuera de competición, no presentar los papeles debidos o no indicar donde se encuentra en todo momento (en tres ocasiones a lo largo de 18 meses).
- 5- Hacer trampa o intentar hacer trampa de cualquier forma durante los controles.
- 6- La posesión de sustancias prohibidas o de métodos prohibidos.
- 7- La compraventa o intento de compraventa de sustancias prohibidas o de métodos prohibidos.
- 8- Administrar o intentar administrar sustancias o métodos prohibidos a un atleta.o ayudar, alentar, asistir, encubrir o entrar en cualquier tipo de complicidad que involucre una violación o intento de violación de una regla antidopaje.

Según el Comité Olímpico Internacional el Doping es: “ La administración o el uso de cualquier sustancia ajena o cualquier sustancia fisiológica utilizada en cantidades anormales, o con métodos o vías anormales por personas sanas con el propósito de obtener un incremento artificial y fraudulento de su capacidad de ejecución en una competencia”,

mientras que la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) define el dopaje o doping como la ocurrencia de cualquiera de las siguientes violaciones de las reglas antidopaje:

El dopaje no es solo un engaño a los demás, es un autoengaño y un grave problema ético, es literalmente una autoagresión severa que a corto o largo plazo emerge como factor desencadenante de graves padecimientos.

El fenómeno social de la Cultura Física deberá jugar un papel decisivo en la búsqueda de solución a esta problemática en los países donde los gobiernos, instituciones de la sociedad civil y los diferentes actores restantes de la sociedad deben activarse de forma integrada e integral y Cuba está inmersa en esta problemática.

Desde el inicio del nuevo siglo en distintas publicaciones oficiales de Cuba se han dado a conocer en estudios, entrevistas y otros documentos que demuestran que jóvenes practicantes del fisiculturismo en gimnasios de distintas provincias consumen sustancias dopantes en porcentajes significativos, estando entre los más recurrentes los esteroides anabólicos, testosterona, metanlienona, nerobol, etc., así como los suplementos vitamínicos creatina y espirulina.

En la provincia de Matanzas se han realizado investigaciones que abordan un tema muy recurrente en estos tiempos en la juventud, vale mencionar la realizada por el MSc. Ramón Medina en la que propone un sistema de acciones pedagógicas, médicas y organizativas para que se apliquen en el nivel preuniversitario. El autor de la presente investigación concede gran importancia a los conocimientos y concientización que deben adquirir los egresados de la carrera Licenciatura en Cultura Física en cuanto al dopaje en la actividad física ya que como profesionales de ésta esfera deben contribuir a combatir este mal que afecta al movimiento deportivo y a la sociedad.

Situación Problemática:

Se aprecia en los estudiantes del curso diurno de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas un incremento en cuanto a la realización de ejercicios desarrolladores de la masa muscular para mejorar la apariencia física y sin tener un adecuado conocimiento de las sustancias perjudiciales para la salud que se emplean para aumentar el rendimiento físico.

Problema de investigación:

¿Cómo perfeccionar la prevención y educación ante el posible dopaje en estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas?

Objetivo General:

Elaborar un conjunto de acciones para prevenir el dopaje en estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas

Objetivos específicos:

1. Determinar la cantidad de estudiantes que practican sistemáticamente ejercicios para el desarrollo de su masa muscular.
2. Mejorar el nivel de conocimientos que tienen los estudiantes acerca del dopaje.
3. Determinar la pertinencia del conjunto de acciones para prevenir el dopaje en los estudiantes.

Muestra de Investigación

Para la presente investigación se seleccionó una muestra de 126 estudiantes (55 %) del Curso Diurno de la Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas de un total de matrícula de 229(Población), de la muestra seleccionada 45 (36 %) son hembras y 81 (64 %) son varones. Participan también en la investigación un grupo de especialistas los cuales ofrecieron su criterio acerca del conjunto de acciones propuesto.

Métodos de científicos de investigación:

Teóricos:

Analítico – Sintético: utilizado en el estudio de las temáticas abordadas en el marco teórico, para determinar sus particularidades y descubrir sus relaciones y características generales, así como en el análisis de los resultados obtenidos en el proceso de investigación y la elaboración de las conclusiones.

Inductivo – deductivo: necesario para el estudio de los elementos relacionados a la temática abordada en la investigación, permitiendo combinar el movimiento de lo particular a lo general y de lo general a lo particular, así como en la redacción del contenido del sistema concebido y las recomendaciones.

Histórico – lógico: útil para llevar a cabo el estudio del tratamiento dado en la bibliografía, a través de los años, así como sus antecedentes investigativos

Empíricos: La encuesta:

Objetivo: Conocer el nivel de información y la percepción del riesgo que tienen los estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas acerca del fenómeno del doping. El cuestionario utilizado es una adaptación del utilizado por el profesor Ramón Medina en su Tesis de Maestría en Ciencias de la Educación Física, Deporte y Recreación en 2017.

Se realizó una primera encuesta antes de la aplicación del Conjunto de acciones para prevenir el dopaje en los estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas y una segunda encuesta después de aplicado dicho Conjunto de acciones.

Criterio de Especialistas:

Objetivo: Valorar la factibilidad, aplicabilidad y viabilidad del conjunto de acciones propuestos a su implementación para prevenir el dopaje en estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas.

Para la selección de los Especialistas se tomaron en cuenta los siguientes parámetros:

- Ser graduado en el área de la Cultura Física o las Ciencias Biológicas
- Haber desarrollado el tema del dopaje en la actividad docente o investigativa
- Ser Master o Doctor
- Tener un mínimo de 10 años de experiencia

Se seleccionaron como especialistas a 10 profesores de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Matanzas de los cuales cinco son Doctores y cinco son Masters y que cumplen con todos los requisitos de selección para expresar su criterio en esta investigación.

Procesamiento matemático y estadístico

Los datos obtenidos a través de la encuestas fueron analizados, a partir del cálculo de la sumatoria y los valores porcentuales, utilizándose para la determinación de la significación estadística la Hoja de Excel para el cálculo de los puntos críticos de la distribución binomial, elaborada por el MS. c. Ramón Folgueira (2003), basada en el algoritmo de Busačk

DESARROLLO

Conjunto de acciones para prevenir el dopaje en los estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas

Acciones	Cantidades	Observaciones
Impartir a los estudiantes conferencias sobre el tema del dopaje	4	- Impartición de una conferencia por el DrC. Abel Gallardo: "Nutrición deportiva y efectos del doping"

		<ul style="list-style-type: none"> - Impartición de una conferencia por el MSc. Ramón Medina: "Experiencias de programas educacionales en la lucha contra el dopaje en Cuba" - Impartición de una conferencia por los Doctores Lázaro del Pino Annia Rodríguez: "Consideraciones éticas y legales del uso del dopaje. Proceso de toma de muestras" - Impartición de una conferencia por el DrC. Dencil Escudero : "Una mirada al doping desde la psicología de la actividad física"
Intercambio de los estudiantes con atletas de altos rendimientos y abordar el tema del dopaje.	5	Realización de conversatorios con glorias del deporte cubano como Lisandra Guerra, Ariel Pestano, Mijaín López, Héctor Milián y Raúl Trujillo donde se le realizaron algunas preguntas dirigidas al uso del doping en el deporte.
Proyección de audiovisuales con temas acerca del dopaje	2	Proyección de dos audiovisuales : "Hombres que llevaron su cuerpo al extremo" y "Mujeres que llevaron su cuerpo al extremo"
Realizar con los estudiantes paneles de análisis con casos puntuales de atletas sancionados por el uso de sustancias prohibidas	2	Realización de dos paneles de análisis de los casos de los atletas Ben Jhonson y Lance Armstrong
Incorporar una asignatura optativa con contenidos relacionados con el dopaje en la actividad física	1	Impartición de la Asignatura Optativa: "Efectos del Doping en la cultura física y la sociedad"

Visita de los estudiantes al Laboratorio Antidoping de La Habana	1	Recorrido por las instalaciones del Laboratorio Antidoping de La Habana y explicación del funcionamiento e historia del mismo
Realizar una Jornada Científica Estudiantil sobre el Doping	1	Realización de la Jornada Científica estudiantil : "Universidad vs dopaje: Jugar limpio por la vida" con la presentación de seis ponencias

Análisis de los resultados de las encuestas para conocer el nivel de información y la percepción del riesgo que tienen los estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas acerca del fenómeno del doping después de implementadas el conjunto de acciones:

Pregunta 1. Tengo como un objetivo fundamental en esta etapa de mi vida lograr una gran fortaleza física y desarrollo muscular bien definido.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	53%	47%	73 %	27 %	66 %	34 %
Segunda	60%	40%	70 %	30 %	67 %	33 %

En los resultados de esta pregunta podemos apreciar en los dos momentos de aplicada las encuestas que la mayoría de los estudiantes dan prioridad en su vida a lograr una gran fortaleza física y desarrollo muscular bien definido.

Pregunta 2. Para lograr un desarrollo físico y muscular elevado considero que es necesario consumir sustancias estimulantes, hormonas y otros métodos.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	40 %	60 %	47 %	53 %	44 %	56 %
Segunda	0	100 %	10 %	90 %	6 %	94 %

Después de implementado el conjunto de acciones se aprecia una disminución considerable en la opinión de los estudiantes en cuanto a la necesidad de consumir sustancias estimulantes, hormonas y otros métodos para aumentar el desarrollo físico y muscular. Este resultado es debido a los conocimientos que han adquirido sobre el daño que causa el dopaje aunque no es totalmente satisfactorio ya que existe un número de estudiantes que todavía creen en el uso del dopaje para lograr mayor desarrollo físico y muscular.

Pregunta 3. Además de los ejercicios físicos que realizo dentro de las clases prácticas de la carrera yo hago en mis tiempos libres actividades físicas para aumentar mi desarrollo muscular.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	58 %	42 %	77 %	23 %	70 %	30 %
Segunda	51 %	49 %	81 %	19 %	71 %	29 %

Como podemos observar el mayor por ciento de los estudiantes, además de los ejercicios que realizan en las clases prácticas de las diferentes asignaturas que cursan en la Carrera, hacen en sus tiempos libres actividades físicas para aumentar su masa muscular.

Pregunta 4. Los profesores en la Facultad me han enseñado en clases que no es necesario consumir sustancias estimulantes u otros métodos para alcanzar un elevado desarrollo físico y muscular.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	56 %	44%	53 %	47%	54 %	46 %
Segunda	82%	18%	90 %	10%	87 %	13 %

Se aprecia un incremento considerable del tratamiento en clases del tema del dopaje por parte de los profesores de la carrera, expresado en la opinión de los estudiantes en el momento de la segunda encuesta aplicada, esto se debe a la participación también de profesores en algunas de las acciones planificadas.

Pregunta 5. Para alcanzar un mayor desarrollo físico y muscular asisto a un gimnasio particular enclavado en mi localidad.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	33 %	67 %	51 %	49 %	44 %	56 %
Segunda	31 %	69 %	56%	44 %	47 %	53 %

Como se puede ver en los resultados de esta pregunta el por ciento de estudiantes que asiste a gimnasios particulares de su localidad para lograr un mayor desarrollo físico y muscular se acerca al 50%, una cantidad apreciable que debe tomarse en cuenta ya que es en estos gimnasios donde mayormente se socializa el consumo de las sustancias y métodos que se consideran doping.

Pregunta 6. El uso y consumo de sustancias estimulantes, medicamentos y otros métodos para alcanzar un elevado desarrollo físico y muscular es denominado dopaje.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	76 %	24 %	80 %	20 %	79 %	21 %
Segunda	100 %	0 %	100 %	0 %	100 %	0 %

Gracias a la implementación del conjunto de acciones se ha podido constatar en la segunda encuesta aplicada que ya el 100% de los estudiantes que componen la muestra de la investigación logran identificar a qué se le denomina Dopaje y varias sustancias y métodos del mismo.

Pregunta 7. Conozco que han existido casos de muerte o lesiones graves por consumir sustancias estimulantes o medicamentos para lograr mayor volumen muscular.

Encuestas aplicadas	Hembras		Varones		Total	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Primera	13 %	87 %	37 %	63 %	29 %	71 %
Segunda	100 %	0 %	100 %	0 %	100%	0 %

Como se puede apreciar en los resultados de la tabla, después de aplicado el Conjunto de acciones el 100% de los estudiantes conocen casos puntuales de muerte o lesiones graves por consumir sustancias estimulantes o medicamentos para lograr mayor volumen muscular, esto los ayuda a tener mayor percepción del riesgo del dopaje en la actividad física.

Pregunta 8. ¿Has recibido orientaciones o indicaciones por mi familia con relación a esta problemática?

Hembras	Varones	Total

Sí	No	Sí	No	Sí	No
9 %	91%	17%	83%	14 %	86 %

Como se aprecia la familia no ofrece una orientación adecuada a los estudiantes, por lo que en este aspecto de la prevención del uso de estas sustancias debe existir una mayor preparación de los familiares en este tema para que ayuden a los estudiantes a no incidir en estas conductas inadecuadas. Producto a esto sugerimos que en las acciones planificadas se inviten a familiares de los estudiantes.

CONCLUSIONES

Con el diagnóstico realizado se pudo constatar la preferencia que tienen los estudiantes por los ejercicios para el desarrollo muscular con fines estéticos, mostrando un porcentaje significativo de asistencia a gimnasios de cultura física y la implementación del conjunto de acciones mejoró significativamente el nivel de conocimientos de los estudiantes acerca del tema dopaje, contribuyendo a una mejor percepción del riesgo para la salud y la propia vida por el uso de sustancias nocivas que se utilizan en estos tiempos para lograr un gran aumento de la masa muscular. También aumentó el apoyo de los profesores de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física para lograr una prevención efectiva en cuanto al uso de sustancias prohibidas por parte de los estudiantes a partir de la implementación del Conjunto de acciones y se pudo determinar la pertinencia del conjunto de acciones ya que con la implementación del mismo se contribuye notablemente a la prevención y educación ante está una posible utilización del uso del dopaje en estudiantes de Licenciatura en Cultura Física de la Universidad de Matanzas

BIBLIOGRAFÍA

BUNGE, M. La Ciencia es éticamente neutral. Ética, ciencia y tecnología. Costa Rica.1983.

DE LA CRUZ, N. ¿Músculos o Vida? Periódico Trabajadores 4 de octubre. 2010.

D'ANGELO, C. y COL. Percepción social sobre el doping y los sistemas de prevención en una población de estudiantes de educación física. EFDeportes. com, Revista Digital. Buenos Aires. 2015. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 23 de Marzo de 2017.

ESTEVEZ, RIVERO, Y. y COL. Doping, su impacto en la salud y la ética social.2013.EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 23 de Marzo de 2017.

LÓPEZ, J. y FERNÁNDEZ.A. Fisiología del Ejercicio. Segunda Edición. Editorial Medico Panamericana. 1998.

RODHAL, A. P. Fisiología del trabajo físico. Editorial Panamericana. Buenos Aires. 1992.



CD Monografías 2018
(c) 2018, Universidad de Matanzas
ISBN: 978-959-16-4235-6