

## **Introducción**

Este trabajo va a tratar sobre las adicciones en cualquier deporte. Vamos a ver cuáles son las causas que llevan a las personas, más específicamente a los adolescentes, a depender de estas drogas, como por ejemplo el doping, entre otros. También veremos qué efectos generan en el organismo de la persona, cómo tratarse luego de haber caído en las adicciones y cómo prevenir este problema.

## **Adicciones**

### **Concepto (general) de adicción**

La búsqueda y el consumo compulsivo de sustancias psicoactivas (sustancias que generan excitación emocional), aunque, de manera más genérica, se aplica también a diversos hábitos que son nocivos, pero que resultan gratificantes para quien las consume. La OMS (Organización Mundial de la Salud), por ejemplo, ha utilizado los términos "habitación", "farmacodependencia", "uso perjudicial" y otros para referirse al uso de sustancias, lo que refleja la discusión en el interior de los diversos comités que se han formado para discutir el tema.

En la actualidad existe un cierto consenso, no completamente aceptado, que distingue al menos dos fenómenos relacionados con el uso de sustancias psicoactivas: adicción y dependencia. Estos dos fenómenos son completamente diferenciables tanto en la clínica como en la neurobiología, conducta y tratamiento.

### **Concepto de adicto**

Un adicto es simplemente una persona cuya vida está controlada por las drogas.

### **Tipos de drogas (usadas en el deporte)**

Debemos saber y difundir qué drogas son consideradas prohibidas por el Comité Olímpico Internacional (COI):

**Estimulantes** (sustancias que estimulan el Sistema Nervioso Central o inhiben algunas de sus funciones como el apetito. Se usan comúnmente para mantener la estabilidad emocional del individuo y controlar su peso)

**Narcóticos** (sustancia que hace que el organismo no responda a la excitación de estímulos externos porque se halla sin sensibilidad, anestesiado)

**Beta bloqueantes** (son fármacos que bloquean un tipo de receptores que tienen las células de nuestro organismo para la adrenalina y la noradrenalina)

**Diuréticos** (son un grupo de fármacos de muy variado origen y mecanismos, que producen un aumento de la producción de orina, que a dosis elevadas, provocan importantes pérdidas de peso)

**Hormonas peptídicas y sus derivados** (Sustancias indicadas en los casos en que existe deficiencia hormonal)

Además están prohibidos los siguientes métodos de doping:

**Dóping de sangre** (administración de sangre, glóbulos rojos y productos relacionados.)

**Manipulación farmacológica, física y química de la orina** (sustancias y métodos que alteran, tratan de alterar o que se espera razonablemente alteren la integridad y validez de las muestras de orina usadas en los controles antidopaje.)

Y las siguientes sustancias están sujetas a ciertas restricciones:

Alcohol

Marihuana  
Anestésicos locales  
Coricoesteroides

Ahora, vamos a pasar a explicar las más comunes en el ámbito deportivo:

**ANABÓLICOS:** Son estimulantes utilizados para apresurar el desarrollo y el rendimiento de alguna parte especial de la masa muscular. Generalmente se usan para lograr mayor rendimiento y resistencia en el deporte, pero luego, además de aparecer las actitudes de agresividad, también se genera la dependencia psicológica y física.

Al suspenderlos después de un uso prolongado se sufre el fenómeno de rebote, con flaccidez muscular, alteración de los órganos reproductores, reflejos amortiguados, incoordinación motriz y lagunas en la memoria.

Al ser compuestos sintéticos similares a la hormona masculina testosterona, provocan:

- Retención de sodio y agua, que deriva en hipertensión arterial.
- Aumento del colesterol (favorece la arteriosclerosis, enfermedades vasculares cerebrales y coronarias)
- Lesiones hepáticas (colestiasis, hígado graso, cirrosis)
- En el hombre: aumento de las mamas, atrofia testicular, impotencia sexual, esterilidad, enfermedad prostática.

**DÓPING:** Es la utilización en el entrenamiento, antes, durante o después de una competencia deportiva de sustancias y/o medios prohibidos por el Comité Olímpico Internacional con el fin de incrementar en forma artificial su rendimiento deportivo.

Quedan incursos en dicha norma, quienes faciliten, suministren y/o inciten la práctica del doping y/u obstaculizaren su control

**ESTEROIDES ANABÓLICOS:** Todas las hormonas esteroides están constituidas sobre la misma estructura primaria, denominada núcleo esteroide (progesterona, hidrocortisona, aldosterona, etc.)

Los anabólicos potencian el incremento de la masa muscular, procurando el rendimiento deportivo. Se los conoce como anabólicos, esteroides, esteroides andrógenos, o esteroides anabólicos.

Entre sus peligros y efectos, se citan: acné; piel grasosa; calvicie progresiva; atrofia testicular; crecimiento del clítoris; crecimiento de las tetillas en los varones; incremento del colesterol; aumento del riesgo de infarto; ictericia (piel y ojos amarillentos); urticaria; tumores en el hígado; inflamación prostática; daños en el feto y esterilidad (mujeres); problemas sexuales por reducción de la libido (ambos sexos); comportamiento agresivo; dolores abdominales y óseos; cálculos vesiculares, todo sin olvidar la dependencia.

**ANFETAMINAS:** Son estimulantes del sistema nervioso. Reproducen la acción de las catecolaminas endógenas: la adrenalina, la noradrenalina y la dopamina. Mantienen al individuo despierto, activa su energía, mejora su ánimo y disminuye su apetito. Se conocen como píldoras de adelgazamiento porque inhiben la sensación de hambre. Los efectos buscados de esta droga por los deportistas son:

- Excitación del sistema nervioso central.
- Disminución de la sensación de fatiga y de la necesidad de dormir tras ejercicios físicos intensos.
- Mejora de la confianza en sí mismo con un cierto grado de euforia.
- Estimulación del despertar.
- Disminución del apetito.

### **Principales causas por las que los jóvenes inducen a estos tipos de drogas**

Para estimularse o sedarse, aumentar su fuerza y masa muscular, su capacidad cardíaca, concentración, calmar la fatiga, incluso la provocada por su entrenamiento. En definitiva usa el doping para obtener el triunfo o para

conseguirlo con menor esfuerzo.

La principal causa por la que los deportistas acuden a estas drogas son la búsqueda de logros, el fracaso en alguna disciplina, o también el querer experimentar personalmente los efectos de alguna sustancia, entre otras.

### **Principales consecuencias por las que los jóvenes inducen a estos tipos de drogas**

**Estimulantes:** Hipertensión, pérdida de peso, psicosis, agitación, ansiedad, euforia, taquicardia, insomnio, depresión, cefalea, vomito, diarrea, impotencia, cambios en el deseo sexual, crecimiento de las glándulas mamarias, trastornos menstruales, pérdida de cabello, dolor al orinar, aumento en la frecuencia de micciones.

**Narcóticos:** Nauseas, vomito, cefalea, erupciones cutáneas, convulsiones, depresión respiratoria, somnolencia, resequedad de boca, sensación de desmayos, contracción de las pupilas y excitabilidad.

**Esteroides anabólicos:** Dolor durante las relaciones sexuales y otros signos de estimulación sexual excesiva, cáncer de próstata e hígado y caída de cabello. En niños antes de la pubertad, desarrollo sexual precoz, frecuencia aumentada de erecciones, engrosamiento fállico y cierre epifisiario prematuro (ocasionando estatura baja). Disminución del volumen de la eyaculación, retención de líquidos y sales. Virilización que se manifiesta en las mujeres en forma de ronquera, acné, presencia de bello en la cara y aumento del deseo sexual. En niñas aumento del bello púbico e hipertrofia del clítoris y amenorrea.

**Beta bloqueadores:** Hipotensión arterial, frialdad de las extremidades, fatiga muscular, disminución de la frecuencia cardiaca, alteraciones del sueño, erupciones cutáneas y resequedad de ojos.

**Diuréticos:** Deshidratación, desequilibrio electrolito hormigueo en las extremidades, disfunción de la audición, pérdida del apetito, náuseas, vomito, diarrea, poliuria (aumento en la frecuencia de micciones), sensación de sed, rubor, desvanecimientos, fatiga, irritabilidad, somnolencia, confusión, fotosensibilidad, miopía transitoria, fiebre, formación de cálculos renales, hematuria, glucosuria (presencia de azúcar en la orina), insuficiencia hepática, convulsiones, fatiga muscular y disminución de la frecuencia cardiaca.

**Hormonas:** Nauseas, vomito, erupciones cutáneas, choque anafiláctico (reacción generalizada que conduce a la muerte), aparición de pubertad precoz, cefalea, irritabilidad, depresión, dolor abdominal, fiebre, urticaria aumento del volumen de los ovarios, retención de sodio y agua.

### **Prevención a esta problemática**

La prevención comienza por la difusión de los aspectos recreativos y saludables del deporte y del grave daño que conlleva el uso de sustancias tóxicas. En este aspecto, la capacitación de los adultos que acompañan o supervisan a los menores que se inician en la práctica deportiva es de fundamental importancia. Los jóvenes no deben ser presionados y deben entender que en el ámbito deportivo existen triunfos y fracasos, también tienen que entender que las drogas solamente los llevan al fracaso más grande de sus vidas. Tendrían que dejar de prohibir las drogas, ya que de esta manera dejarían de resultar atractivas, aunque también así trae aparejado muchas contras.

### **Tratamiento a esta problemática**

#### **¿Qué hacer si pienso que un atleta esta tomando drogas?**

Si Ud. es un coach, padre o alguna autoridad, recuerde que uno de los hechos más frecuentes, es que niegan el problema. La confrontación puede ser problemática. Si sus fundamentos son fuertes, quizás pueda convencer al atleta de que necesita ayuda. Pida ayuda a un profesional.

Si Ud. es un atleta y sospecha que un compañero u otro atleta consume drogas, tiene como primera opción

hablar con el entrenador. Alertarlo sobre un posible problema no es violar una amistad.

Si no se siente confiado en el entrenador. Puede hablarlo con el médico del equipo, quien puede evaluar mejor el problema en forma confidencial. Para protección de todos, recuerde que cuanto menos gente se entere mejor.

### ¿Qué ocurre en la estación de control?

Bajo la constante observación del oficial, se le pedirá que seleccione una bolsa y dos frascos para contener e identificar las muestras de orina, dará información detallada de todos los medicamentos tomados en los últimos días. Dará una muestra de orina de 100 ml, colocará la orina en dos frascos que serán enviados al laboratorio. Firmará el procedimiento, y luego se podrá retirar.

Tendrá todo el tiempo que necesite para dar la muestra de orina. Si Ud. rehúsa ir a la estación de control, su test será considerado positivo. Los frascos con la muestra de orina (A y B) se envían al laboratorio oficial. Allí el frasco A se analiza y el B se congela.

Si la muestra "A" da positiva, se vuelve a analizar otra muestra del frasco A para reconfirmar el resultado. Si se confirma, el atleta será notificado por escrito a la brevedad. La notificación le informa fecha y hora de análisis de la muestra B que Ud. podrá presenciar.

Los hallazgos de la muestra "B" representan el resultado final del control antidoping.

La confidencialidad y/o publicación de los resultados es una facultad de las autoridades.

Si el atleta quiere apelar sobre los hallazgos del laboratorio, puede hacerlo por escrito, dentro de los 7 días calendarios posteriores a la notificación de la muestra B.

### **Conclusión**

A mí este trabajo me sirvió para darme cuenta y para ampliar el concepto que tenía acerca de este problema que son las adicciones en el deporte. Como deportista que soy, ignoraba muchas de las cosas que aprendí en este informe, como qué efectos producen drogas que tal vez las conocía de nombre, pero ignoraba por completo su función y efecto. Pienso que no hay que preocuparse mucho por cómo quedar en el ranking de una competencia, ni por cómo lucir físicamente para que eso ayude a la hora de competir.

### **Bibliografía**

- –Página de Internet, <http://www.google.com>
- –Libro *Drogas y Efectos* Ed. Policial; Raúl Tomás Escobar
- –Página de Internet, <http://www.monografias.com>
- –Página de Internet, <http://www.intramed.com>
- –Revista *Viva*

1

14/01/2008