

## **Anabolizzanti: perché rischiare ?**

*articolo divulgativo pubblicato sul numero di dicembre 2003 della rivista delle farmacie SPAZIO SALUTE - per gentile concessione dell'editore*

*"Il campione di urina di Ben Johnson (Canada, atletica, 100 metri) prelevato sabato 24 settembre 1988 ha rivelato la presenza di metaboliti di una sostanza proibita: lo stanozololo (sterioide anabolizzante). La commissione medica del CIO (...) raccomanda la squalifica di questo concorrente dai XXIV giochi olimpici di Seul".* Era il 27 settembre 1988 quando il Comitato Olimpico Internazionale diffuse questo comunicato sul caso che resta, nella storia, l'episodio di doping con anabolizzanti più noto e clamoroso. Prima di lui molti altri sportivi di punta l'avevano fatta franca. Ma la situazione non è certo cambiata neanche dopo, nonostante le dichiarazioni scandalizzate e solenni di tanti addetti ai lavori e responsabili nelle istituzioni sportive che non mancano occasione per dirsi "sorpresi e indignati" ogni qual volta qualcuno viene beccato in flagrante. Da sempre l'uomo ha cercato di migliorare le sue prestazioni sportive con qualsiasi mezzo, dalle pillole alla mollica di pane usate dal ciclista Philippe Thys, vincitore di tre Tours de France fra il 1913 e il 1920, alle supposte al gruyère (sì, proprio il formaggio!) che nel 1950 "parteciparono" al giorno di gloria di uno sportivo amatoriale, fino agli strumenti più raffinati (e stavolta realmente efficaci) della moderna farmacologia, come l'epo di Pantani e via dicendo. Probabilmente però la volontà di contrastare questi comportamenti sleali non c'è mai davvero stata. E forse non c'è neanche oggi, pur se in tempi recenti la lotta al doping è diventata un obiettivo dichiarato di molti governi. In Svizzera il 1. gennaio 2002 è entrata in vigore una disposizione di legge che punisce con una multa fino a centomila franchi o con la detenzione chi fabbrica, importa, vende o prescrive prodotti a scopo di doping. Il consumo - cioè l'impiego su di se di sostanze o metodi dopanti - non è invece punito penalmente (eventuali sanzioni nei confronti dello sportivo competono alla "giustizia sportiva").

Gli sportivi d'élite non sono i soli ad utilizzare prodotti dopanti. Anche i dilettanti ne fanno uso, eccome! Gli anabolizzanti non fanno eccezione: sono usati a tutti i livelli e in tutti i tipi di sport, in particolare però nelle attività dove la forza e i muscoli costituiscono un vantaggio. Inoltre sono molto usati dai culturisti che hanno come obiettivo il raggiungimento di un particolare aspetto fisico. Gli ultimi dati relativi alla Svizzera in mio possesso sono quelli di due indagini eseguite nel 1995 su complessivamente più di ventimila giovani fra i 12 e i 19 anni. Ne risulta che circa il 2% dei maschi e lo 0.5% delle femmine fa uso di anabolizzanti. La letteratura internazionale ci dice che negli ultimi anni il numero di giovani consumatori è aumentato, che l'aumento è stato particolarmente forte presso le ragazze e che invece la percezione dei rischi connessi al consumo di queste sostanze è diminuita. Non so se questa tendenza sia valida anche per il nostro Paese; certamente non è inutile ripetere che si tratta di un comportamento pericoloso.

Gli anabolizzanti (detti anche "steroidi" oppure "androgeni" o a volte anche semplicemente "ormoni") fanno parte di un gruppo di sostanze che si trovano nel corpo umano e controllano la crescita e il funzionamento degli organi genitali maschili. Il loro "rappresentante naturale" è il famoso testosterone, cioè l'ormone sessuale maschile da cui dipende la trasformazione di ogni ragazzo in uomo (evidentemente solo sul piano fisico....). Per esempio, il testosterone determina il cambiamento del registro della voce

oppure l'apparizione della barba e dei peli sul corpo. Gli anabolizzanti influenzano anche la maturazione delle ossa, la crescita in altezza, la muscolatura, la pelle e il metabolismo. Favoriscono poi l'assimilazione delle proteine nell'organismo determinando un aumento della massa muscolare e del volume dei singoli muscoli. Proprio questo effetto è alla base del loro impiego in terapia: vengono somministrati (su prescrizione medica) a malati di tumore e altre affezioni molto debilitanti, dopo interventi chirurgici o terapie con raggi oppure più semplicemente nella vecchiaia, quando con le sole misure dietetiche non si riesce più a contrastare la perdita di peso. Questo stesso tipo di effetto viene ricercato anche da chi intende migliorare le sue prestazioni sportive. Con però una differenza molto importante: le dosi utilizzate da chi si dopa sono 10-50 volte superiori a quelle usate in medicina! Quindi nonostante l'elenco degli effetti secondari dei medicinali anabolizzanti non sia particolarmente lungo né preoccupante, chi ne abusa perché pratica il doping deve mettere in preventivo la possibilità di subire alcuni danni gravi e talvolta definitivi. L'elenco è crudo e impietoso:

- nell'uomo: riduzione della produzione di sperma, atrofia dei testicoli, impotenza, difficoltà o dolore ad urinare, sviluppo irreversibile delle ghiandole mammarie (comparsa del seno), calvizie, aumento del rischio di cancro alla prostata.

- nelle donne: irregolarità o assenza delle mestruazioni nonché comparsa di caratteri fisici tipici del maschio, come abbassamento del tono della voce, crescita di barba e di peli sul corpo, perdita dei capelli, riduzione del seno.

- negli adolescenti: accelerazione della pubertà e arresto della crescita (le ossa maturano prematuramente e lo sviluppo in altezza si blocca).

- in tutti: itterizia, cancro al fegato e formazione di cisti epatiche potenzialmente letali; tumori renali; trombosi, ipertensione, riduzione del colesterolo buono e aumento di quello cattivo con conseguente maggiore predisposizione a infarto e ictus; acne severa; tremore; sviluppo di comportamento violento e aggressivo. Negli ultimi anni si va profilando con sempre maggiore chiarezza lo sviluppo di una vera e propria dipendenza con crisi d'astinenza, il cui sintomo più importante sembra essere la depressione. E' inoltre dimostrato che chi abusa di anabolizzanti ha una maggiore tendenza all'abuso di altre sostanze, come tabacco, alcol e droghe illegali.

Rischi supplementari derivano dalla qualità dei prodotti. Gli anabolizzanti usati per il doping provengono solo in minima parte dal mercato farmaceutico ufficiale. Soprattutto gli sportivi dilettanti sono costretti ad approvvigionarsi sul mercato nero, che si basa anche su fabbriche clandestine, oppure tramite canali di distribuzione che sfuggono a qualsiasi possibilità di controllo, come ad esempio internet. In questi casi è semplicemente impossibile sapere cosa contengano le pastiglie o le fiale e come siano state prodotte.

E adesso potete anche rispondere alla domanda posta nel titolo. Praticiamo lo sport, ma in modo sano e con fair play!