

## **Actividad física y utilización de sustancias dopantes: un binomio divergente.**

AUTOR: Iñaki Arratibel

### **RESUMEN**

El objetivo de la práctica de la actividad física en la población en general debe ser, y más desde el punto de vista médico, la promoción de la salud, tanto en sus aspectos de mejora de las cualidades fisiológicas, cardiovasculares, respiratorias, etc., como en la de promocionar estilos de vida en la sociedad que faciliten el logro de dichos objetivos. Sin embargo muchas de las actividades físicas y/o deportivas en las que participa la población la competitividad es un instrumento, y al mismo tiempo un objetivo en sí, que lleva a imitar actuaciones del deporte de competición, como es el de la utilización de medios para la mejora del rendimiento: entrenamientos específicos, medicación, etc..

Esta utilización, que en el caso del deporte de alta competición puede ser necesaria para mantener el mismo objetivo de la salud, puede llevar a una situación de “mal-uso” o “abuso”, que puede caer en el denominado dopaje. Ni el esfuerzo físico que se desarrolla en el deporte de competición es el mismo que el que se debería desarrollar en las actividades física de salud, ni por tanto las necesidades de complementación con sustancias son iguales.

Si el único objetivo que debiera primar en todas las actuaciones, tanto médicas como de otros profesionales del deporte, fuese el de la preservación de la salud, muchas de las prácticas deportivas, tanto entrenamientos como la propia competición, deberían ponerse como poco en cuarentena. Es por ello que el control médico “ético” de un deportista de competición, debe implicar la utilización de los diferentes medios necesarios para preservar su salud, entre los que se incluyen sustancias llamadas ergogénicas. Sin embargo, la utilización de sustancias ergogénicas parece en algunos casos confundirse con la utilización de sustancias dopantes (Dawson, 2001), o directamente con la utilización de drogas (Dubbin, 1990), e incluso con el riesgo de



Gipuzkoako Foru Aldundia  
Diputación Foral de Gipuzkoa

*Kirrolarte*

TOLOSAKO UDALA



drogadicción. Sin embargo otros factores sociales parecen tener más influencia en la caída en la drogadicción que la del dopaje deportivo (Paretti-Watel y cols 2003; Laure y cols 2004)

Considero que la definición de sustancia dopante debe quedar perfectamente clara para evitar un mezcla de conceptos que más que solucionar complican el tema. No hay que olvidar que la gran mayoría de sustancias que hoy en día están implicadas en el problema del dopaje son sustancias médicas, de uso habitual en medicina. Por ello es mejor hablar del problema de “abuso” de algunas sustancias, e incluso del “mal-uso”.

Claves: Actividad física, dopaje, medicación, fatiga, recuperación, abuso de medicamentos, mal-uso de medicamentos