

Italia



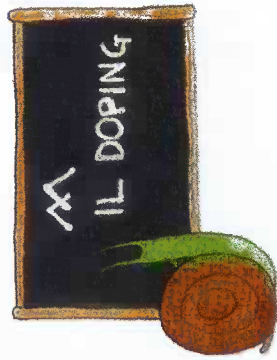
Commissione Antidoping del CONI



# IL DOPING

Campagna informativa nelle Scuole Primarie sugli  
effetti nocivi dell'utilizzo di sostanze e metodi dopanti





**Ideazione e impostazione opuscolo:** CONI-Commissione Antidoping  
Presidente: Dott. Cono Giuseppe Federico  
Vicepresidente: Av. Guido Cerruti

**Comitato scientifico:** Prof. Giorgio Santilli, Prof. Bruno Silvestrini,  
Dott. Marco Arpino, Av. Marco Ferrante

**Autore storie originali, sfondi e disegni:** Av. Marco Ferrante

**Progetto grafico ed editing:** Dott.ssa Manuela Monteforte

**Partner:** NOOPOLIS

## INDICE



Presentazione	4
C'era una volta...	5
Domande e Risposte	15
Piccolo Vocabolario del doping	18
...Continua la storia	21
Componimento: pensieri sul doping	23
Carta Benessere	25

## Presentazione

Il CONI si è da tempo attivato nella lotta al doping per raccogliere dati ed elementi utili ad informare tutti i potenziali gruppi a rischio, fra i quali i bambini dell'età scolare.

I diversi organi che operano nell'ambito delle attività antidoping del CONI, nella considerazione che in materia di prevenzione si debba coinvolgere le formazioni sociali e non limitarsi al singolo sportivo, hanno sollecitato la stesura del progetto "ABBASSO IL DOPING".

Per la sua semplicità espositiva, auspichiamo che il testo si possa adattare facilmente alla realtà della scuola primaria; per preparare l'individuo ad affrontare la vita quotidiana con maggiore armonia, è sempre più necessario rafforzare i tentativi congiunti fra scuola e famiglia nel riconoscere all'attività sportiva un fine educativo nell'accettare la sconfitta e nel saper vincere.

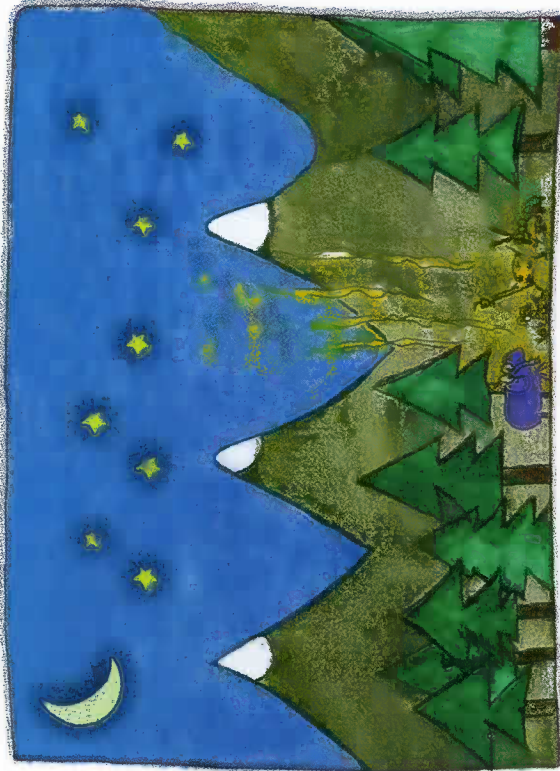
Bisogna offrire alla pratica sportiva ragioni significative e convincenti, quale, ad esempio, lo strumento per conoscere ed ampliare correttamente i limiti delle possibilità umane.

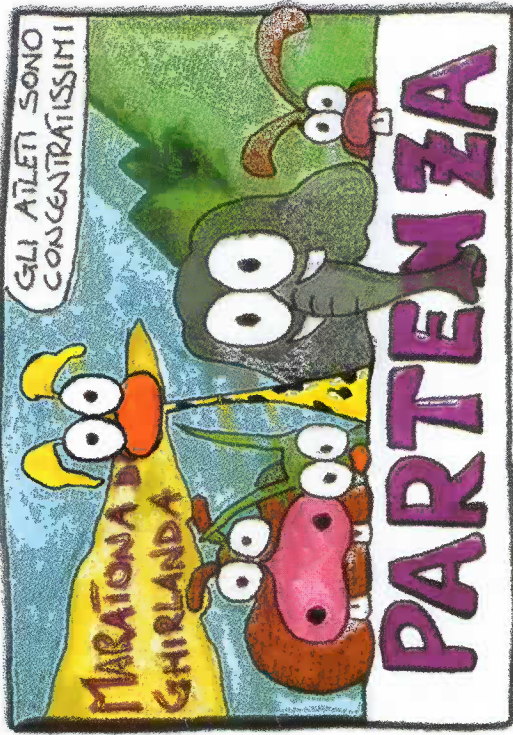
Presidente del CONI  
Dott. Giovanni Petrucci

C'era una volta...

*...in un bosco molto lontano, una comitiva rumorosa e vivace che discuteva dell'evento dell'anno:*

## LA MARAFIONA DELLA GHIRLANDA





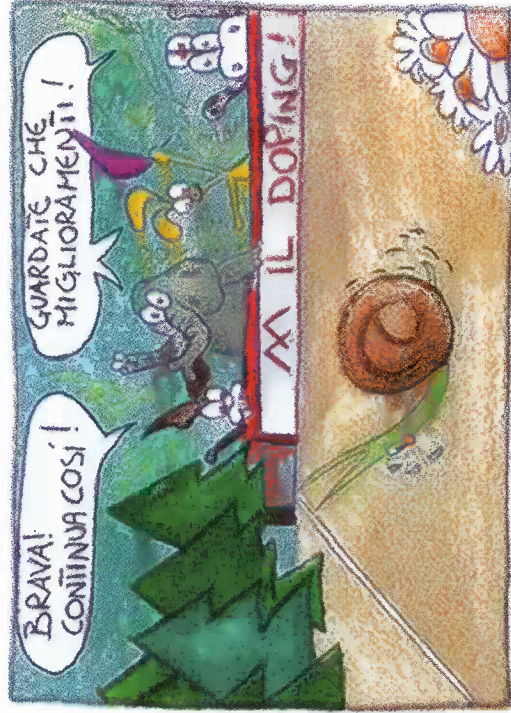






*...gli animali del bosco hanno imparato una lezione importante! Lo sport è gioia, amicizia, lealtà e non può essere rovinato dal doping, perché fa molto male alla salute ed inganna gli altri. Con lo sforzo, il sacrificio e l'allenamento costante si può raggiungere qualsiasi traguardo...*

*...alcuni mesi dopo, grazie ai duri sacrifici ed agli allenamenti puliti, la nostra amica lumachina comincia ad ottenere i primi risultati incoraggianti con la stima degli altri animali del bosco!*



## Domande e risposte...

### PERCHÈ IL DOPING È VIETATO?

Il divieto di utilizzo di sostanze e metodi dopanti fa parte delle regole e dei principi dello sport. Chi non rispetta queste regole, trasgredisce il principio di parità e di lealtà nello sport e viola quindi l'etica sportiva. L'assunzione di sostanze che consentono di migliorare le prestazioni risulta essere inoltre molto dannosa alla salute.

### PERCHÈ CI SI DOPA?

Ci si dopa per vincere e quindi guadagnare tanto denaro; ci si dopa perché si ha il desiderio di farsi vedere forti ed invincibili agli occhi degli altri; ci si dopa perché non si hanno più ideali e mancano i punti di riferimento; ci si dopa perché si è pronti a fare qualsiasi cosa... compreso ricorrere alla droga per cercare di modificare il proprio corpo o la propria vita.



## COS'E' ED A COSA SERVE UN CONTROLLO ANTIDOPING?

I controlli antidoping servono a garantire ad ogni sportivo il diritto di partecipare ad una competizione corretta ed equa.

### Il controllo dell'urina

Il controllo dell'urina prevede l'analisi dei campioni d'urina prelevati agli atleti prescelti per ricercare eventuali sostanze proibite. La scoperta di sostanze proibite ha conseguenze disciplinari sugli atleti interessati.

### Il controllo del sangue

Il controllo del sangue consiste nell'analisi dei campioni del sangue prelevati agli atleti prescelti sia per confermare un buono stato di salute (se i valori superano i limiti, l'atleta dovrà sospendere l'attività fino a quando tali limiti non rientrano nella norma), sia per ricercare eventuali sostanze proibite. La loro scoperta comporta sanzioni disciplinari sugli atleti interessati.

## IN QUALE MOMENTO VENGONO CONTROLLATI GLI ATLETI?



**Controllo in competizione**  
Nell'ambito delle competizioni sportive vengono individuati gli atleti da sottoporre a controllo, in base alla classifica o per sorteggio.



### Controllo fuori competizione

Al fine di evitare scorrettezze od eventuali manipolazioni gli atleti possono essere sottoposti a controlli anche fuori dell'ambito delle manifestazioni sportive ufficiali. In particolare vengono selezionati gli atleti da sottoporre ai controlli antidoping anche nel corso degli allenamenti.



Vocabolario

**Agenzia Mondiale Antidoping (WADA):** l'organismo che promuove e coordina la lotta contro il doping a livello internazionale.

**Comitato Olimpico Internazionale (CIO):** l'organismo cui fa capo l'intero movimento olimpico che incoraggia il coordinamento, l'organizzazione e lo sviluppo dello sport e delle competizioni sportive.

**Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI):** l'organismo che cura e coordina le attività sportive sul territorio nazionale.

**Commissione Antidoping del CONI:** l'organismo che si occupa della informazione e prevenzione del fenomeno doping nello sport. Dispone, attraverso un apposito Comitato, i controlli antidoping nel corso delle manifestazioni sportive ed a sorpresa durante gli allenamenti.



Vocabolario

**Controllo antidoping:** il controllo consiste nell'analisi dei campioni d'urina o del sangue prelevati agli atleti per ricercare eventuali sostanze proibite.

**Doping:** l'utilizzo di farmaci o metodi per alterare artificialmente le prestazioni sportive.

**EPO:** è una sostanza dopante che stimola la produzione dei globuli rossi nel sangue. Nell'attività sportiva, l'EPO aiuta il recupero fisico; per questo è usata soprattutto negli sport che richiedono sforzi prolungati, come il ciclismo. Il suo utilizzo è vietato e causa danni gravissimi alla salute, in particolare al cuore.

**Laboratorio antidoping:** è il luogo dove vengono analizzati i campioni d'urina o del sangue prelevati agli atleti, per verificare eventuali sostanze proibite.



Vocabolario

**Legge:** l'utilizzo di sostanze dopanti oltre ad essere vietato dal mondo sportivo, è vietato dalla legge. Chi fa uso, chi vende, chi aiuta la diffusione del doping è punito con la prigione dai 3 mesi ai 3 anni più una multa da 2.500 a 50.000 euro

**Rischi:** l'utilizzo di sostanze dopanti provoca danni gravissimi alla salute dell'atleta e può causare addirittura la morte.


**Steroidi anabolizzanti:** sono farmaci che stimolano e regolano lo sviluppo fisico e sessuale. Nella pratica sportiva, l'uso degli steroidi anabolizzanti aumenta lo sviluppo muscolare e la forza fisica. Per questo motivo sono usati soprattutto negli sport come il sollevamento pesi ed il body-building. L'utilizzo di questi farmaci è vietato e provoca danni gravissimi alla salute dell'atleta.

...Continua la storia

Inventa e disegna altri personaggi della "Maratona della Ghirlanda", per creare nuove avventure!




...Continua la storia



A large rectangular box with a red border, intended for writing a story. It contains a yellow crayon with a blue eraser and a purple squiggly line drawn from its tip.

Componimento

Il doping è...



A large rectangular box with a green border, intended for writing thoughts about doping. It contains a yellow crayon with a red eraser and a red squiggly line drawn from its tip. Below the title, there are ten horizontal lines for writing.



Componento



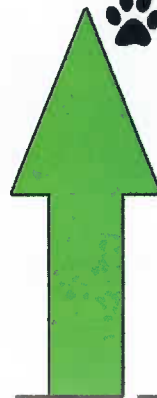
Handwriting practice area with ten horizontal lines.

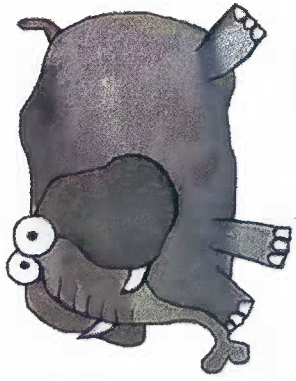
CARTA

BENESSERE



Aiuta i tuoi amici animali a compilare la tua Carta Benessere!





Sono un/una

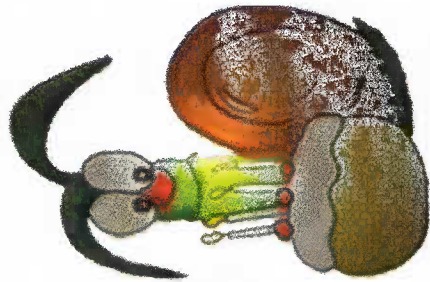
Maschio

Femmina



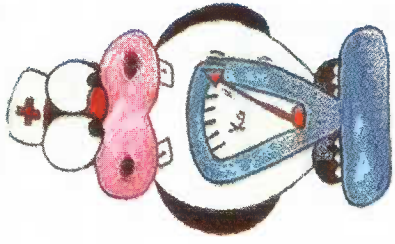
Quanti anni ho?

.....anni



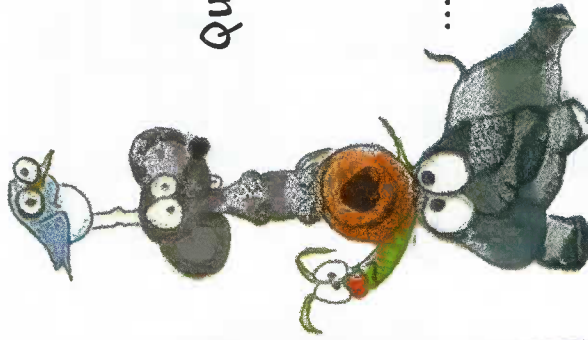
Quanto peso?

.....kg



Quanto sono alto?

.....cm





Hai mai avuto mal di denti?

SI

NO



Sei mai stato da un dentista?

SI

NO



Porti un apparecchio ai denti?

SI

NO



Prova a metterti in fondo alla classe e guarda la lavagna.

La vedi bene?

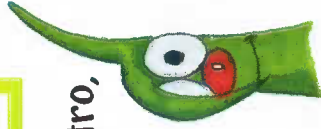
SI

NO

Se chiudi con la mano l'occhio destro, vedi lo stesso bene la lavagna?

SI

NO



...e se chiudi con la mano l'occhio sinistro?

SI

NO

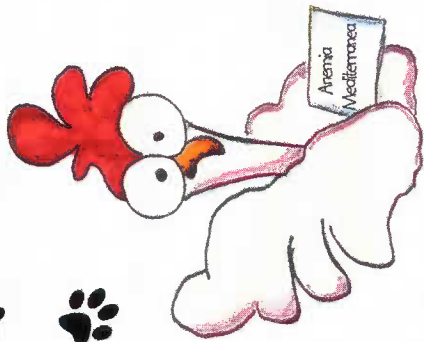


Porti gli occhiali?

SI

NO





Sai cos'è l'anemia mediterranea?

SI

NO



Pratichi qualche sport?

SI

NO



Se SI, quale?

.....



Tutti i componenti, i disegni e le carte benessere dovranno essere spediti al seguente indirizzo:

Angelicum Film  
Via F. Cherubini, 6  
20145 Milano

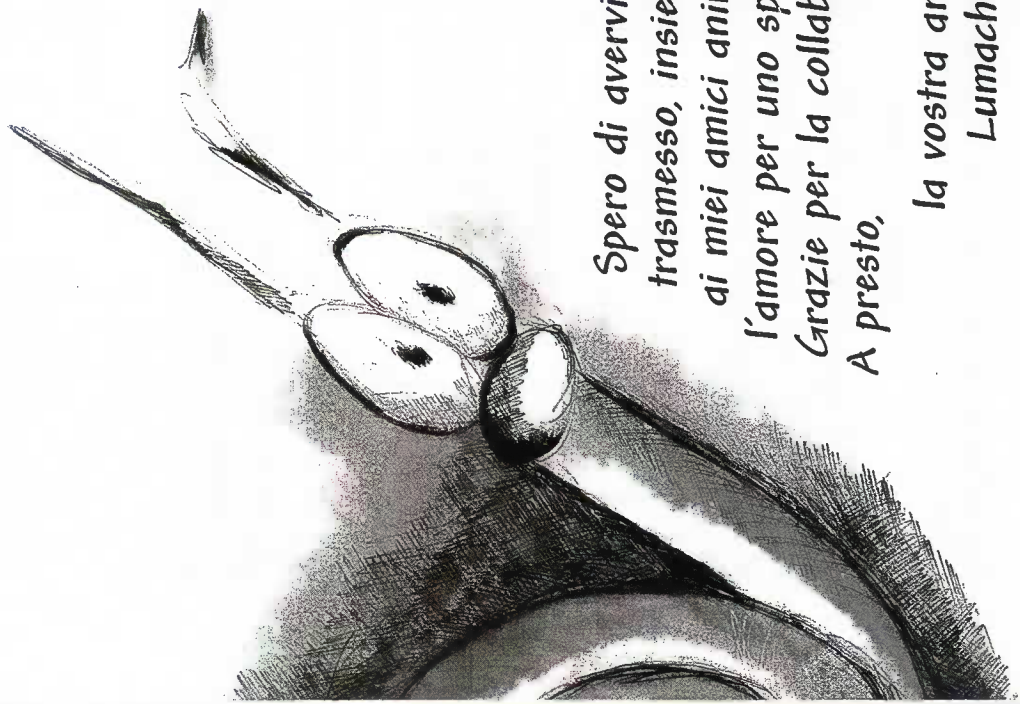
I lavori dovranno pervenire entro, e non oltre, il 15 Maggio 2006.



La Commissione Antidoping del CONI premierà un disegno ed un componente tra quelli inviati.







*Spero di avervi  
trasmesso, insieme  
ai miei amici animali,  
l'amore per uno sport pulito.  
Grazie per la collaborazione.  
A presto,*

*la vostra amica  
Lumachina*