

PROYECTO

”PREVENCIÓN Y ALTERNATIVAS PSICOLÓGICAS AL DOPAJE”[©]

JUSTIFICACIÓN

La premisa básica del proyecto es que toda práctica deportiva, incluida la orientada al máximo rendimiento, debe ser saludable. Prevenir y controlar todos los factores que puedan incidir negativamente sobre la salud es, por lo tanto, del todo necesario. Entre estos aspectos, destacan las insanas y antideportivas prácticas de dopaje. El fenómeno es complejo, por lo que necesita un abordaje desde todas las Ciencias del Deporte con el fin de colaborar interdisciplinariamente y potenciar así la eficacia individual de cada una de ellas.

Asimismo, cuando nos referimos a la salud, la mejor y más eficiente estrategia es la preventiva y ello implica conocer realmente los factores de riesgo y de protección, que incluyen aquellos de índole psicológica, como son las actitudes y comportamientos de dopaje.

Hasta el momento, el enfoque de la cuestión ha consistido básicamente en intentar detectar estas prácticas ilícitas, partiendo de unos cada vez más extensos listados de sustancias y métodos prohibidos. Esta tarea es sin duda totalmente necesaria, aunque sin duda muy costosa, ya que detecta el problema pero no evita que se mantenga. Así, parece más que conveniente el complementar esta labor con un enfoque más amplio, que tenga en cuenta también los factores psicológicos.

OBJETIVOS

Se plantea como objetivo fundamental evaluar las actitudes hacia el dopaje, sus motivos de uso, los conocimientos de sus efectos reales, etc., analizando de modo conjunto estos factores psicológicos con parámetros deportivos, biomédicos y legales. De este modo, podremos comprender el fenómeno de una manera más global que nos permita la elaboración de estrategias de intervención y materiales

de trabajo para actuar preventivamente y proponer alternativas de cambio en los casos detectados, lo que serviría, a su vez, para fortalecer la capacitación de todos los profesionales implicados en la lucha contra el dopaje.

En concreto, planteamos como objetivos específicos los que a continuación se señalan:

- Partiendo del hecho conocido de que las razones básicas por las que los deportistas se dopan son mejorar el rendimiento y controlar su estado emocional (ansiedad, miedo, etc.), se quiere investigar los motivos con detalle (imitación, estrés, cansancio, falta de confianza, dificultad de concentración, control del peso, reducir el malestar o el temor,...)
- Conocer los factores de riesgo/protección asociados, como las actitudes favorables/desfavorables ante su uso o el conocimiento de sus efectos reales: legal-administrativos, biofísicos y psicológicos.
- Conocer las particularidades del uso de dopaje, de manera detallada, teniendo en cuenta parámetros diferenciales fundamentales para orientar intervenciones eficaces y eficientes en los diferentes casos: tipo de deporte, edad, nivel competitivo, ayudas ergogénicas,...
- Mediante una metodología, que incluye el uso de ecuaciones de regresión y estructurales, establecer un modelo que dé base para la construcción de un instrumento de evaluación para hacer un screening preventivo, un cribado o detección temprana.
- Generar información detallada y científicamente fundamentada sobre el uso del dopaje en los diferentes deportes, lo que nos permitirá ofrecer alternativas, en nuestro caso, mediante el entrenamiento psicológico, abriendo nuevas vías de intervención profesional en este ámbito y, por lo tanto, potenciando nuestro mercado laboral.
- Desarrollar materiales y Programas de Prevención, no sólo informativos, acerca de los efectos negativos del dopaje, sino que incluyan acciones formativas focalizadas (deportistas, familiares, técnicos, gestores, sociedad,...)

METODOLOGÍA

Procedimiento, muestra e instrumentos

Se trata de una investigación de corte descriptivo-correlacional orientada a recoger información precisa y concreta de los/las deportistas de alto nivel de diferentes modalidades deportivas de ámbito nacional.

El procedimiento consta de una serie de fases:

1. Elección de diferentes modalidades deportivas, teniendo en cuenta para su selección el número de licencias nacionales y su interés explícito por el control de los casos de dopaje y por participar en la investigación.
2. Elaboración del procedimiento y del instrumento de medida: cuestionario que recoge las diferentes variables de índole psicológica y socio-deportiva, antes señaladas. Transformación en un sistema de envío y recogida de la información en un formato a responder on-line.
3. Obtención de autorizaciones de uso de correo electrónico y colaboración desde el anonimato de los deportistas a consultar, con las salvaguardas legales recogidas en la Ley de Protección de Datos y en los códigos deontológicos aplicables a la investigación en Psicología.
4. Envío y seguimiento de la evaluación. Obtención de los datos, transformación de los mismos y aplicación de los procedimientos estadísticos pertinentes para contrastar las hipótesis formuladas y la creación de modelos de predicción.
5. Elaboración de conclusiones, generales y específicas, y diseño de propuestas preventivas y de intervención psicológica.

Mediante este procedimiento, se puede evaluar un número elevado de sujetos, independientemente de su localización geográfica, que se calcularía para

cada deporte, teniendo en cuenta el tamaño concreto de su población y otros estadísticos, como el tamaño del efecto, su potencia predictiva o el nivel de significación estadística.

RECURSOS Y APOYOS

Los recursos necesarios para llevar a cabo este Proyecto pueden cifrarse en tres aspectos: temporales, humanos y materiales. A nivel temporal, se calcula que las diferentes fases del proyecto pueden llevarse a cabo en un periodo máximo de dos años, incluyendo la fase inicial de establecimiento de los acuerdos de colaboración y la final, de redacción de informes.

A nivel humano, sería necesario que junto con la Dirección, se contara al menos con un especialista en metodología y análisis de datos, con dedicación parcial, y un par de personal becado de apoyo para las diferentes tareas de elaboración, envío, seguimiento y confección de bases de datos, documentación, recepción de dudas, etc.

Este proyecto, además de con la Psicofundación, contaría con el apoyo de la División de Psicología de la Actividad Física y el Deporte (PACFD) del Consejo General de Colegios de Psicólogos de España. Se gestionaría la colaboración de diferentes entidades con interés en este ámbito, diferentes federaciones deportivas de ámbito nacional y con la posibilidad de participación de distintos espónsosores públicos y privados que, de hecho, ya colaboran en el apoyo a la lucha contra el dopaje. Este Proyecto es susceptible de ser presentado para su apoyo a las convocatorias de la *World Anti Doping Agency* (WADA)

Dr. Enrique Cantón Chirivella