



A CARO PREZZO

I danni del doping più o meno nascosti...

di MARCO ADDIS • Body-builder "pro", Personal-trainer

Tempo fa, parlando con un mio cliente (un famoso atleta, aspirante al professionismo), intrapresi, tanto per cambiare, una discussione riguardante il **doping**. Come sempre accade, quando si tratta questo difficile tema, all'inizio rimanemmo sul vago, con l'ipocrisia – non mia – di dipingere il **doping** come il male assoluto da evitare a tutti i costi. Un'opinione logica, condivisa da me e molti altri appassionati ma, purtroppo per il nostro sport e non solo, seguita attraverso i fatti da ben pochi coraggiosi e saggi, in ambito agonistico. "Questa sostanza fa male, quest'altra ha quest'effetto... meglio fare così, lo sport deve essere sano"! Il nostro noioso interloquire continuò così, proprio come avviene nella maggior parte delle riviste e dei *media* – pronti poi ad osannare "uomini chimici", facendoli passare per atleti "puliti", ingannando e demotivando pubblico e *fans* e demolendo le speranze di un riconoscimento positivo dello sport da parte della persona media.

Tutto normale, fino a quando la discussione non si fece più concreta e pressante. A un certo punto ritenni opportuno delineare, con il mio cliente, ciò che differenzia un "campione" da una persona media e il ruolo del **doping** in questo. Vi parlo come parlai a lui. Innanzi tutto, **il doping non fa un campione**. Un campione è il frutto di numerosi fattori: **doti genetiche** (struttura ossea, tendinea, muscolare, potenziale fisico-atletico, risposta all'allenamento ecc.), **carattere incline a questo genere di disciplina** (costanza, perseveranza, dedizione, spirito di sacrificio, pazienza ecc.), **preparazione didattica su allenamento e alimentazione**, esperienze, circostanze positive e fortunate. Questi tipi di persone sarebbero diventati "campioni" in ogni caso: se tutto fosse stato "pulito" sarebbero comunque emersi, così come se tutti fossero stati "dopati". Nel continuare, aggiunsi un concetto che il mio cliente non gradì, eccolo: è

evidente che con i **parametri attuali**, insensibili a bellezza e forme estetiche (difficilmente realizzabili a causa degli effetti collaterali sul fisico di certe sostanze), due atleti con le medesime caratteristiche su riportate, entrambi con doti genetiche eccezionali e simili, saranno differenziati dall'uso dei farmaci più o meno azzeccato – e acquisterà sempre una maggiore importanza la reazione che il fisico di un dato atleta ha nei confronti dei farmaci stessi: per alcuni, come sempre accade anche per i medicinali più comuni, più efficaci che per altri. Alcuni fisici, infatti, sono particolarmente reattivi a certe sostanze – e questo, allo stato attuale, valorizza ancora di più le potenzialità di un atleta.

Questa visione, però, fa perdere di vista quali siano i **rischi**; infatti gli organismi più reattivi ai farmaci sono anche quelli che, paradossalmente, ne "captano" maggiormente gli effetti positivi e negativi, poiché ogni organo umano sarà maggiormente coinvolto da somministrazioni esterne, facendole proprie nel bene e nel male. Banalmente, per essere chiari, si può dire che se una persona reagisce con metà razione di aspirina, è molto probabile che la razione normale o di poco sopra la norma sia per lui tossica. Chiaro il concetto? A voi magari sì, al mio cliente purtroppo no. Egli, infatti, iniziò a vantare la prestante fisica dei "pro" e il fatto che nessuno di loro avesse **problemi di salute** derivanti dal **doping**; quindi, concluse lui, o il **doping** non è così diffuso, oppure, se c'è, **non è poi così dannoso se si è ben seguiti...** Purtroppo per lui, il mio cliente parlava con un atleta "malato" di culturismo da 23 anni, un'enciclopedia ambulante quasi da "analista". Personalmente sono del parere che i *media* del settore, soprattutto stranieri (non tutti, ovviamente!), tendano almeno in parte a mascherare, avendo forse anche interessi in comune, i danni sugli atleti; mentre i normali mezzi di comunicazione, all'opposto, generalizzano e banalizzano – dipingendo tutto il **body-building** come un ambiente marcio senza nulla di buono. Insomma, in un modo o nell'altro, i fatti ed i nomi non vengono mai fuori (o quasi).

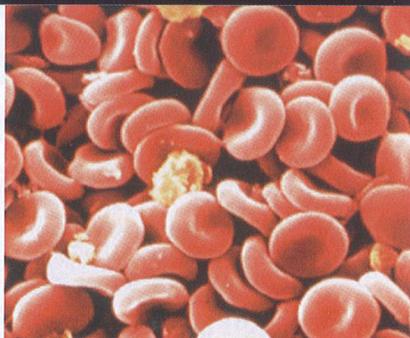
Nota della redazione. Alcune affermazioni personali dell'Autore non rispecchiano esattamente le posizioni della rivista. La loro pubblicazione non implica, dunque, una piena condivisione da parte della redazione.

Purtroppo, in realtà, molti sono gli atleti che hanno sofferto di gravi problemi di salute a causa del *doping* (in ogni sport!). In questa sede mi limiterò, così come ho fatto con il mio cliente, a citarvi solo alcuni dei nomi più blasonati del nostro ambiente che, ci tengo a sottolinearlo, hanno avuto **danni** – il più delle volte **riconosciuti da loro stessi** – come **diretta conseguenza dell'uso di farmaci**. Danni alcune volte considerati "casuali" e purtroppo molte volte fatali.

Una premessa doverosa. Non voglia sentirsi offeso né accusato nessun atleta nominato: si tratta di persone pubbliche, campioni che hanno avuto problemi di salute resi di pubblica conoscenza. Al tempo stesso, il ricordo di persone scomparse non può che essere contraddistinto dal massimo rispetto. A mio parere, la questione è che, come troppo spesso accade, tali eventi sono stati fatti finire nel dimenticatoio per proteggere ciò che non è da proteggere; con queste riflessioni voglio solo ricordarli a voi, come ho fatto con il mio cliente. In ogni caso, è chiaro che quando si tratta di danni ai reni, al cuore o di alcune forme di tumore, anche le poche volte che la causa non viene conclamata come diretta conseguenza di "azioni spiacevoli", il dubbio viene ed è legittimo e non offensivo... Mi voglia scusare in ogni caso chi ha la coscienza pulita.

Come dicevo, i vertici del nostro settore agonistico lamentano la perdita di troppi suoi protagonisti. Andreas Munzer, atleta fenomenale, deceduto per un *cocktail* fatale di sostanze dopanti. Mohamed Benaziza, altro atleta davvero forte, trovato morto per i medesimi motivi. Mike e Ray Menzer, due miti del *bodybuilding*, deceduti entrambi in seguito a problemi renali e cardiaci.

Altri atleti di spicco hanno dovuto interrompere prematuramente la loro carriera. Tom Prince, soprannominato "*la cosa*" per le proporzioni impressionanti, esagerò, per usare un eufemismo, con analgesici e sostanze similari nel tentativo di allenarsi nonostante gravi traumi alle gigantesche spalle; risultato: chiusura della carriera fino a ritrovarsi a un soffio dal perdere la vita per gravi danni all'apparato digerente e ai soliti reni. Carriera terminata anche per Michael Francois, anch'egli con danni all'apparato digerente. Danni ai reni anche per Flex Wheeler. Carriera misteriosamente interrotta per il promettente Edgar Fletcher e per Dennis Newman (inizialmente si ruppe le ginocchia, scivolando



Globuli rossi di sangue con metaboliti di sostanze dopanti.

su un pavimento bagnato all'uscita dello stadio, poi... mistero).

Tantissimi, inoltre, sono gli aneddoti che potrei raccontare per averli visti in prima persona – come strani svenimenti

Nota dell'Autore. Questi sono alcuni spunti bibliografici relativi ai casi menzionati nell'articolo. Tom Prince: "*Flex*" February 2004, giugno 2004 nell'edizione italiana ("*All'inferno e ritorno e niente più pose*" di Greg Merritt). Momo Benaziza: "*Flex*" aprile 2006. Mike Matarazzo: "*Flex*" aprile 2005 e ottobre 2006 (intervista di Julian Schmidt). Mike e Ray Menzer: "*Flex*" settembre 2001. Su internet http://findarticles.com/p/articles/mi_m0KFY/is_3_22/ai_n6108163/ è consultabile ciò che scriveva Greg Merritt, nella versione originale di "*Flex*" May 2004, in riferimento alle vicende di Flex Wheeler, Michael Francois, Dennis Newman, Orville Burke e altri.

dietro il palco, malesseri, infortuni aggravati da inspiegabili complicazioni... Ricordo un grosso "pro" che salvò letteralmente la vita ad un suo collega (preferisco non fare nomi, ma anche questo caso è stato pubblicato), il quale aveva assunto un diuretico con risparmiatore di potassio che causò disidratazione e quasi un blocco cardiaco, scambiato in ospedale per carenza di potassio: diagnosi smentita prontamente dall'atleta che salvò la vita al suo collega, che appunto aveva un eccesso di potassio (anch'esso causa di crampi) e non un difetto nel bilancio con il sodio.

Quindi...? È tutto normale? Stiamo parlando di sport o di che cosa?

Ecco, dunque: diamoci, anzi datevi (per quanto mi riguarda sono a posto) una regolata: il problema esiste ed è rischioso! Rischia il ragazzino alle prime armi, come rischia il dilettante che cerca di diventare professionista a tutti i costi e, ascoltando certi "guru", si convince di essere ad un passo dalla meta, raggiungibile attraverso il pagamento di un piccolo prezzo. **Il prezzo è alto!**

I "pro" sono più seguiti e sicuri? Prima di tutto, noi "vediamo" solo i "pro" più famosi, e non le centinaia di atleti rimasti nel dimenticatoio e magari dilaniati da danni alla salute. In secondo luogo, i "pro" che fanno uso di sostanze devono assumerne altre per limitare i danni delle prime – e così via, fino a diventare una vera e propria "farmacia" ambulante... Una regola di vita che esula dal concetto di salute, un atteggiamento che mina sistematicamente l'organismo e che, oltre tutto, necessita di un dispendio economico esorbitante, di cicli ben congeniati da "esperti" che devono essere complici di questo "giochino".

Questo è ciò che cercavo di spiegare al mio cliente e che ho avuto la possibilità di dire a voi amici: **il culturismo e il bodybuilding non sono questo, ma l'esatto contrario!** Sono, a vari livelli, l'esaltazione di uno stile di vita sano che potenzi il fisico e la mente, rendendo l'essere umano più efficiente e forte nonché più vicino agli **ideali di estetica** – il tutto attraverso una sperimentazione naturale che l'atleta deve fare **nel pieno rispetto del proprio corpo**, attraverso allenamento e alimentazione. Tutto questo è culturismo: un potere enorme ed affascinante, che esalta la nostra integrità psico-fisica! Scartiamo e combattiamo ciò che sta offuscando e distruggendo il nostro sport: aiutiamoci!

LA BIBLIOTECA DI CULTURA FISICA

I PROFILI PENALI DEL DOPING

Edilio Grappiolo

I PROFILI PENALI DEL DOPING

€ 18,00

EDIZIONI TASSINARI FIRENZE
TRAM Edizioni Srl

di Edilio Grappiolo

Analisi della nuova legge antidoping 376/2000