

U domenica

IL DOPING QUOTIDIANO

Laura Conti

Con il divieto del doping s'intende vincere che agli atleti, ventiquattrore prima della competizione e per tutta la sua durata, vengano somministrate sostanze che tendano ad aumentare artificialmente le prestazioni. Ma che cosa significa «artificialmente»? Il problema teorico, del significato della parola «artificio», è molto interessante, e potrebbe aprire discussioni molto ampie e impegnative. Il problema pratico nasce dalla pratica osservazione di quali sono in realtà le sostanze, diverse dai comuni alimenti, di cui molti atleti fanno uso, e abuso, tanto da mettere in pericolo non solo la propria carriera sportiva, ma la stessa vita.

Il dottor Raimondo Flores, medico sportivo, membro della Federazione Italiana e *Yellow* della Federazione Internazionale, che ai problemi del doping ha dedicato molta attenzione, ci spiega che i farmaci impiegati per aumentare artificialmente le prestazioni appartengono generalmente a due classi, le amfetamine e i cosiddetti «anti-MAO» (anti-mono-amino-ossidasi): la ricerca nelle urine mette in evidenza, appunto, l'impiego di sostanze appartenenti a uno di questi due gruppi, oppure a entrambi.

L'allarme

Il meccanismo d'azione è, per tutti questi farmaci, un meccanismo di ordine psichico: la mancata percezione del senso di fatica mette l'atleta in condizione di proseguire la gara al di là di quel momento in cui la fatica, se percepita, costituirebbe un ostacolo insormontabile anche per la forza di volontà più stocicamente allenata, e quindi gli impedirebbe di proseguire. Ma la fatica non è un fenomeno soggettivo, non è semplicemente una sensazione: la fatica è una condizione oggettiva dell'organismo, è un particolare stato dei tessuti, una modificazione chimica a livello dei tessuti e del sangue: interrompere, mediante medicinali, la sensazione soggettiva della fatica è come disinnescare un segnale d'allarme: l'allarme non suona, ma la situazione di pericolo persiste, e precipita verso le sue dannose conseguenze. Una prestazione impegnativa richiede tutta una serie di fini aggiustamenti reciproci delle funzioni organiche, nervosa e muscolare, respiratoria e circolatoria e delle ghiandole a secrezione interna: il «non sentire» la fatica, e quindi domandare all'organismo di andare al di là di quei livelli di fatica in cui l'equilibrio di questi aggiustamenti è automaticamente assicurato, significa sconvolgere questo equilibrio: per esempio, se la contrazione del muscolo cardiaco viene impegnata al di sopra di quello che è consentito dalla dilatazione delle coronarie, può verificarsi un infarto cardiaco; se il calore generato nel lavoro muscolare è superiore alla capacità che l'organismo possiede di regolare la dispersione attraverso il sudore, la temperatura interna può salire fino a produrre lesioni irreversibili dei centri nervosi. La coscienza non entra per nulla nel gioco finissimo e automatico degli aggiustamenti, ma quando si prova un senso invincibile di fatica questo significa che alla vita cosciente, attraverso le sensazioni, perviene l'avviso che il delicato equilibrio sta per rompersi. Nessun automobilista penserebbe di risolvere il problema della mancanza di benzina nel serbatoio spaccando l'indicatore: lo sportivo che si droga non risolve affatto il problema della fatica, ma si limita, assurdamente, a spaccare l'indicatore di fatica. Sa benissimo che dovrà pagare un prezzo, per questa follia: ma spera di poterlo pagare non in questa gara, ma domani.

Il comportamento è ancora più pazzesco, fa osservare Flores, in quanto chi prende le amfetamine

non solo sospende il funzionamento dell'indicatore soggettivo della fatica, ma anticipa l'insorgere della fatica oggettiva: il suo comportamento è quello di un automobilista che, preoccupato che possa venirgli a mancare la benzina, spacchi non solo l'indicatore ma anche il serbatoio. Infatti il buon allenamento mira a dare allo sportivo una «forma», che in parte consiste nell'abbassamento della frequenza cardiaca: un corridore bene allenato, che si metta in gara con un polso a 40, sa di poter quadruplicare questa frequenza, giungendo a 160; ma se prende amfetamine prima di correre, immediatamente il suo polso sale a 80 e però 160 continua a essere il limite superiore, invalicabile: l'atleta avrà quindi un margine dimezzato, avrà perduto in un attimo i vantaggi raggiunti con mesi di allenamento.

Anni '30

I primi a far uso di amfetamine non per cura medica, ma per superare difficoltà temute furono gli studenti di tutta Europa, verso la fine degli anni '30. Ad alcuni le amfetamine davano la capacità di vincere il sonno e prolungare le ore di studio: non sempre, però, lo studio nello stato di eccitazione provocato dall'amfetamina dava buoni risultati: un ottimismo acritico dava l'illusione di avere capito e appreso, ma si trattava solo di una illusione, che poi l'esame sbugiardava. Ad altri invece, inibiti dalla timidezza, l'amfetamina forniva nel momento stesso dell'esame quel tanto di ottimismo che permetteva loro di esprimersi liberamente. Durante la seconda guerra mondiale i comandi militari di tutte le nazioni belligeranti studiarono la possibilità di stimolare artificialmente, con le amfetamine, i soldati nell'imminenza di un'azione rischiosa; chi sviluppò maggiormente questi studi fu il comando germanico, specialmente nella preparazione al combattimento dei piloti, sia bombardieri che da caccia. Sembra che in combattimento le amfetamine esplicino una reale utilità: non solo perché forniscono un ottimismo che permette di affrontare spavalda-mente i pericoli, ma anche perché offrono un oggettivo margine di maggior sicurezza. Infatti esse potenziano l'azione di quegli ormoni che entrano in circolazione nei momenti di tensione psichica e che costituiscono una difesa contro il

pericolo perché danno possibilità di maggiore attenzione, di maggior velocità nel decidere e, per l'immediato miglioramento della circolazione del sangue, anche maggior velocità nell'eseguire le azioni che si sono decise. Se l'automobile sbanda e si rovescia e l'automobilista ha la «presenza di spirito di tirar giù il finestrino prima che la vettura cada nel lago, ha agito sotto l'influenza di una droga, l'adrenalina, che le sue ghiandole surrenali hanno messo immediatamente in circolazione non appena il sistema nervoso le ha «avvertite» che la macchina sbandava e che vicino c'era il lago. Le amfetamine hanno una azione simile a quella dell'adrenalina, la droga «autarchica» che ci procuriamo da soli, e aggiungono la propria azione alla sua.

Tutti sanno che la vita inquieta, angosciata, tesa, fa invecchiare anzitempo: che provoca o accelera la arteriosclerosi e quindi gli infarti. Questo fenomeno è in gran parte l'effetto delle molteplici scariche di adrenalina a cui siamo soggetti: quella scarica di adrenalina che ha permesso all'automobilista di salvarsi dall'incidente stradale, gli ha salvato la vita in quel momento, ma ha cancellato dal calendario della sua esistenza gli ultimi giorni o le ultime settimane. Un cambio vantaggioso: invece di perdere in un istante quattro decenni di vita, perderne pochi giorni fra molti anni. Ma la molteplicità degli incidenti, delle collere, delle frustrazioni, delle tensioni nervose, alla fine accelera l'invecchiamento e affretta la morte. Così fa il doping, nei migliori dei casi, e corrisponde a un bruciare in fretta le riserve che abbiamo a disposizione.

Una illusione

Il caso dello sportivo è diverso perché il doping si unisce alla prestazione muscolare, cardiaca, circolatoria, respiratoria, e quindi non si limita ad accelerare il ritmo con cui si spende la vita, ma lo precipita furiosamente, arrischiando addirittura di spendere tutta in un solo giorno. E senza ottenere nulla in cambio: non la fluidità di parola all'esame, come lo studente, non la rapidità nello sterzo come l'automobilista: in cambio dei vantaggi conseguiti durante l'allenamento, il ciclista non ottiene altro che una passeggera euforia nel momento della partenza. In cambio della cosa, la parvenza della cosa.

Perché si accendono gli scandali del «doping»? Che cosa significa per l'organismo umano l'uso di stimolanti contro la fatica e le ansie? Come scatta il meccanismo che consente la vittoria, impossibile in condizioni normali? Questi gli interrogativi oggi presenti a tutti gli sportivi e non solo a loro; interrogativi che affondano le radici nella fisiologia e portano con sé implicazioni morali e sociali. Sapere che il nostro corpo produce naturalmente, per difesa, un «doping quotidiano»; conoscere la data dei primi tentativi di drogarsi per produrre meglio e di più: vedere lucidamente i pericoli e i rischi: è il tema di questa pagina. Ma è anche una sollecitazione a riflettere sul dilagare della droga nel mondo moderno, dove la mancanza di ideali e di prospettive, spingono tanti a trovare sollievo all'angoscia in una falsa scelta individuale.



Tom Simpson, il ciclista britannico campione del mondo ucciso dal doping e dalla fatica in una drammatica tappa del Tour de France

PERCHÈ I CICLISTI SONO «COSTRETTI» A DROGARSI?

La pillola antifatica

Gino Sala

«Che vi succede da quando per regolamento dovete rinunciare ai farmaci appartenenti al gruppo delle amfetamine?», ho chiesto durante lo scorso Giro d'Italia a diversi corridori. «Mangiamo di più e dormiamo di più», è stata la risposta. «Però vi sono giornate — ha aggiunto qualcuno — in cui paghereste a peso d'oro due pastiglie. Sono le giornate che richiedono sforzi particolari e quindi di una sofferenza maggiore del solito, le giornate di battaglia, ed è provato che con un paio di pillole s'avverte meno la fatica. Pazzia, pedaleremo a pane ed acqua...».

Pedalarci a pane ed acqua, in gergo, significa fare a meno degli eccitanti, degli aiuti extra in voga dai tempi di Coppi e anche prima. Nessuno si sogna di dire che Coppi vinceva per merito di quei preparati, allora in voga con la definizione di «bombe», e neppure le qualità e i trionfi di Anquetil vengono messi in discussione: infatti è sempre il campione, il più forte, il migliore che emerge.

Recentemente, Anquetil è stato multato e squalificato per due anni da un tribunale del Belgio, il paese che condanna il «doping» con una legge di Stato, come la Francia del resto. Non è la prima pena subita da Anquetil, il corri-

dore che ha sempre sostenuto a voce alta la necessità di dover ricorrere a determinati medicinali. Jacques ha persino detto che a prescriverli è il suo dottore, e il lettore sportivo ricorderà che nel Giro di Francia 1966 fu proprio Anquetil il promotore di uno sciopero contro le leggi antidoping. Era una delle prime tappe, ad un cenno del francese il gruppo smise di pedalare e procedette a piedi per mezzo chilometro. Jacques Goddet, il «patron» del Tour, andò in bestia, ma Anquetil fu uno dei corridori che non vennero «controllati» dall'ispettore del Ministero della Sanità.

Quel giorno, a conclusione della gara, i giornalisti accerchiarono Anquetil il quale anticipò le domande con la seguente dichiarazione: «Vogliamo le medie alte, ci fanno correre tutti i giorni, vogliono la nostra pelle e noi ci difendiamo, lottiamo contro le leggi sbagliate. E' nel nostro diritto. Siamo o no dei prestatori d'opera, dei lavoratori? Ho un medico che mi controlla, un medico di mia fiducia ed è più che sufficiente. Non ho mai preso un farmaco senza il suo consiglio...».

Anquetil ha sempre difeso il «doping», sia pure il «doping scientifico», come si afferma nell'ambiente, e comunque la sua è un'opinione discutibile, tanto più che è uno dei pochi a disporre del medico personale, e l'unico che è stato

seguito in corsa (vedi il Giro d'Italia 1967) da una *Roulotte* dal contenuto segretissimo, sulla quale viaggiavano il medico e un'infermiera.

Laddove invece Anquetil ha pienamente ragione è lo sfruttamento dei corridori. Io non ho alcuna cognizione in materia di «doping», però ho vissuto la drammatica indimenticabile giornata del Mont Ventoux, la giornata della morte dell'inglese Tom Simpson. E' appena trascorso un anno dalla tragedia e sappiamo che ad uccidere Simpson è stato il «doping» più il gran caldo dell'estate francese. Si boccheggiava tutti nel Tour 1967, in corsa andavamo in cerca del mezzo metro di ombra e all'arrivo il servizio per il giornale diventava un peso insolito. Figuratevi i corridori, costretti a pedalare per ore e ore sotto un sole che scioglieva l'asfalto.

Dalla morte di Simpson non è cambiato niente. In giugno, luglio e agosto, le gare partono tardi (alle 11 o alle 12) e arrivano tardi (fra le 16 e le 17), nonostante l'esempio della Svizzera, paese ciclisticamente saggio poiché le competizioni iniziano al mattino presto e finiscono prima di mezzogiorno. Non è mutato il calendario: una volta la Milano-Sanremo (19 marzo) significava l'apertura della stagione, adesso si comincia il 12 febbraio e si chiude il 1. novembre. Dieci mesi pieni, settimane con

due corse, senza contare le riunioni in circuito, le cosiddette «kermesses». Un chilometraggio che rispetta a 10-15 anni fa è raddoppiato; sono aumentate pure le prove a tappe in campo nazionale ed internazionale: da noi, prima della «Sanremo», ci sono il giro di Sardegna e la Tirreno-Adriatico.

Il corridore, nella maggioranza dei casi, guadagna poco e lavora molto. Lottanta per cento degli stipendi è inferiore alle 200.000 lire e una parte delle dieci mensilità se ne va per spese varie, le medicine, ad esempio: vi sono stati dei miglioramenti, ma il ciclista (pur essendo un prestatore d'opera, come afferma giustamente Anquetil) non gode ancora di un sistema mutualistico. E fra le medicine, fino a poco tempo fa, vi era la voce «doping». Ecco da dove bisogna cominciare per mettere i corridori in condizioni di non cadere in tentazione: bisogna ripulire l'ambiente dagli sfruttatori, dagli uomini che pensano esclusivamente al proprio interesse, bisogna disciplinare l'attività, umanizzare un mestiere che è diventato troppo pesante, troppo brutale.

Al Giro e al Tour, incontro ragazzi di venticinque anni che ne dimostrano trentacinque. Invecchiano presto i ciclisti. La fatica li distrugge, la fatica li può uccidere al pari del «doping» e più del «doping». E non basta proibire le amfetamine per salvaguardare la loro salute.



Sembrano innocui aromi casalinghi, invece sono pericolose droghe sequestrate a Helsinki