

Drogas, deporte y psicología

Ferran Suay i Lerma

Gabinet de Psicologia de l'Esport / Departament de Psicobiologia · Universitat de València

El dopaje, es decir, la utilización de drogas con el objetivo de incrementar el rendimiento deportivo de una persona, es un fenómeno muy popular, hoy día. Aunque inicialmente se intentaba definir el dopaje como "El uso de sustancias y de otros medios destinados a aumentar artificialmente el rendimiento, que pueden perjudicar la ética y la integridad física y psíquica del deportista", actualmente se opta por una definición mucho menos ambiciosa, pero mucho más operativa: "El dopaje se define como una o varias infracciones de las normas antidopaje según lo dispuesto desde el artículo 2.1. hasta el artículo 2.8 del código" (Código Mundial Antidopaje de febrero de 2003). Esto significa, en la práctica, que se dopa toda aquella persona que consume una sustancia que está en una lista de sustancias prohibidas. El cambio de la primera a la segunda definición se produce, en buena medida, por la necesidad de admitir que, en el ámbito del deporte hay más cosas, a parte del dopaje, que pueden ser artificiosas y perjudiciales para la salud, además de dudosamente éticas.'

Desde el famoso positivo que, en 1987, costó a Ben Johnson la descalificación y la desposesión del récord mundial, muchos deportistas famosos han captado la atención del público, por el mismo motivo. El atletismo, el ciclismo, el fútbol, y otros muchos deportes se han visto salpicados por múltiples escán-

dalos relacionados con las drogas, y esto ha llevado a las autoridades a tomar medidas basadas, fundamentalmente, en el endurecimiento de los reglamentos y la sofisticación de los sistemas de detección del dopaje.

Esto está llevando, actualmente, a una especie de carrera entre los centros que se dedican a fabricar nuevas sustancias capaces de aumentar artificialmente las prestaciones deportivas, y los laboratorios de detección de éstas. Una carrera que podría no tener fin y que, entre otras cosas, va encareciendo más y más el coste económico de la lucha contra el dopaje. Cada vez que una droga es identificada y prohibida, empieza a desarrollarse otra nueva, que se usará hasta que sea detectada y prohibida a su vez.

Si pensamos en los efectos psicológicos de este fenómeno, hemos de hacerlo en dos niveles distintos. Por un lado están los efectos que ejercen las propias drogas sobre sus consumidores; en este caso, sobre los deportistas. Un análisis de estos efectos desbordaría ampliamente las pretensiones del presente artículo, y tendría que hacerse específicamente para cada una de las sustancias ingeridas. Bastará mencionar, simplemente, que los esteroides androgénicos anabolizantes, que siguen figurando entre las drogas más consumidas, pueden provocar, entre otros efectos, depresiones, conductas violentas o trastornos psicóticos. Y por otra parte, están los efectos

— **Correspondencia a:** _____

Facultad de Psicología. Dpto. Personalidad. Avda. Blasco Ibañez 21. 46010 Valencia.
ferran.suay@uv.es



de este fenómeno, el dopaje en el deporte, sobre el público en general. No podemos olvidar que la deporte de alto rendimiento es uno de los escaparates más visibles de la sociedad contemporánea. Los triunfos deportivos son publicitados como grandes acontecimientos y generan importantes beneficios económicos. Las grandes marcas comerciales asocian sus nombres a los de algunos equipos o deportistas individuales. Los hombres y mujeres que triunfan en las competiciones deportivas, a menudo son mostrados como modelos de valor, talento, esfuerzo y dedicación, y algunos de ellos llegan a ser muy famosos, y a ganar mucho dinero. Miles de niños y jóvenes de todos los países y de todas las extracciones sociales y culturales sueñan imitarlos y abrirse paso, a su vez, en el duro y competitivo mundo de la deporte. Es, por lo tanto, fácil de entender cómo es de negativo el efecto que tiene que algunos de estos héroes modernos sean identificados como usuarios de drogas que sirven para ganar haciendo trampa. ¿Qué pasa con los modelos de esfuerzo y dedicación? ; ¿quizás es que aquello que admirábamos tanto no es tan admirable?. Hace algunos años aun parecía posible hacer una imputación personal a la culpabilidad individual; admitir que aunque hay algunos individuos que, ocasionalmente, pueden haber hecho alguna trampa, el del deporte es –mayoritariamente- un mundo limpio y fiable, dónde triunfan los que más valen y más se esfuerzan. Hoy día, sin embargo, tras tantos positivos tan aireados en tantas especialidades deportivas, resulta muy difícil evitar la impresión, más o menos generalizada, de que muchos deportistas de alto rendimiento (si no todos) hacen trampa y toman drogas. No estamos afirmando que esto sea cierto; con sólo que es una impresión de que mucha gente tiene, y que la obtienen atendiendo a la información que los llega.

Como cualquier otro, el dopaje no es un fenómeno aislado, y para entenderlo es necesario atender a múltiples aspectos de la vida de los deportistas y de la propia estructura del deporte de rendimiento. Así, una pregunta apropiada, desde el punto de vista de la psicología sería “¿cómo aprendemos a doparnos?”. Si nos fijamos, por ejemplo, en los anuncios de televisión que están destinados a los niños y niñas de todo el mundo, veremos que uno de los elementos que aparecen regularmente en la publicidad de alimentos es el hecho (supuesto) de que consumirlos ayuda a ganar. Pensamos en conocidas marcas de cacao o de productos lácticos. El esquema del anuncio suele ser un/a niño/a que (a) está participando con poco éxito en alguna competición; (b) se para un momento para consumir el producto anunciado y (c) vuelve a la competición con un éxito considerablemente superior que –además- (d) le proporciona atención y reconocimiento por parte de familiares y amigos. En términos psicológicos, se está condicionando la ingestión de una sustancia (legal, esto sí) con un conjunto de potentes reforzadores sociales (éxito, atención, admiración...). Si avanzamos un poco en la vida de uno de estos deportistas infantiles, veremos que, al llegar a la adolescencia, aquellos que son buenos competidores empiezan a entrenarse de una manera más exigente, cosa que suele ir acompañada de la recomendación de consumir una serie de sustancias (todas legales, esto también) como por ejemplo suplementos vitamínicos o bebidas isotónicas, entre otras. Esta recomendación puede estar avalada por padres, madres, entrenadores o médicos, y es considerada como una parte importante de la preparación para competir (preparación biológica, ayudas ergogénicas). Y así, esquemáticamente, podemos llegar al momento en



que este deportista, ya en la selectiva esfera del deporte de alto rendimiento, se enfrenta con la decisión de tomar o no una nueva sustancia que, ahora sí, a diferencia de las otras que ha aprendido a consumir, es ilegal. Desde esta perspectiva, quizás es más fácil entender cuál es la disyuntiva con que se enfrentan los deportistas. Lejos de defender ninguna justificación del acto de drogarse, este análisis pretende plantear que, conductualmente, la conducta de doparse no es significativamente distinta de otras conductas que los/las deportistas han aprendido y consolidado como adecuadas, e incluso imprescindibles, para lograr sus objetivos de rendimiento. La única diferencia, hay que insistir, es el carácter ilegal o no de la sustancia a consumir. Conviene decir también que esta condición de ilegalidad suele incluir el hecho que se trata de sustancias perjudiciales para la salud. Los deportistas pueden ser más o menos sabedores y conscientes de estos efectos negativos, y también pueden ignorarlos o asumirlos como 'una parte del precio a pagar'. Después de todo, millones de personas en todo el mundo fuman tabaco, pese a que no ignoran que esto acabará matándolas, y que —muy lejos de ofrecerles alguna posibilidad de éxito y de recompensa económica— el tabaco les cuesta una buena parte de sus salarios mensuales. En esto, probablemente hay que pensar que los deportistas no tienen que ser significativamente diferentes de la población general. La diferencia es que las drogas que los deportistas consumen sí que pueden proporcionarles el éxito. Cuando menos, quienes consumen así lo creen.

Por otro lado, es bien sabido que el deporte de competición se configura como una estructura de carácter piramidal. En principio, cualquier persona puede practicar un deporte, y de hecho, muchas lo hacen, y se

benefician de los numerosos efectos positivos para la salud y el bienestar, que de ello se derivan. Sin embargo, de la amplia base de personas que practican un deporte determinado, sólo unas pocas podrán llegar al vértice de la pirámide, a la élite deportiva mundial. Por el camino, el propio carácter competitivo establece los sucesivos obstáculos que irán dejando fuera de cada nivel a la mayor parte de los individuos que optan a alcanzarlo. Finalmente, la situación es tal, que sólo un bajísimo porcentaje de los practicantes obtiene el éxito deportivo. Desde el punto de vista de los recursos económicos disponibles, esto significa que muy pocas personas obtendrán la mayor parte de los beneficios que esta actividad puede reportar, mientras que muchos, la inmensa mayoría, se quedarán sin nada. En esas circunstancias, no resulta difícil predecir que, seguramente, habrá unas cuantas personas que se mostrarán dispuestas a hacer 'cualquier cosa' para llegar a la cumbre. Obviamente, 'cualquier cosa' incluye la posibilidad de violar los reglamentos (hacer trampa) y la de poner en riesgo la propia salud, es decir, la posibilidad de entre —otras cosas— consumir drogas que puedan aumentar artificialmente su rendimiento. Así, la conocida frase 'mientras haya récords habrá dopaje', podría complementarse con una referencia a la cantidad de dinero que puede llegar a proporcionar un récord. Seguramente, si ofrecemos ese mismo dinero por cualquier otra cosa, siempre encontraremos alguien dispuesto a hacer 'cualquier cosa' para conseguirlo.

Así pues, el análisis psicológico del fenómeno, es decir, la consideración de los factores implicados en el aprendizaje, la ejecución y el mantenimiento de la conducta de doparse, sugiere que se tendrán que producir importantes cambios en el mundo del depor-



te, si se pretende erradicar el dopaje o, incluso, disminuir su presencia. Seguramente que los avances en la detección de sustancias y las políticas sancionadoras juegan un papel y, en cualquier caso, parecen, por ahora, irrenunciables. No es tan seguro, en cambio, que puedan ser suficientes para contrarrestar la pujanza de esta práctica ilícita. Por otro lado, la aparición de nuevas estrategias de dopaje; notablemente la posibilidad de efectuar manipulaciones epigenéticas en el organismo de los deportistas, planteará nuevos y difíciles retos a las políticas sancionadoras.

Es por eso que cualquier política orientada a combatir el dopaje, debería partir de un análisis detallado de todos los factores individuales y sociales que condicionan esta conducta, a fin de establecer medidas y sistemas que tengan alguna posibilidad de cambiar la situación actual respecto al uso de drogas en el deporte. Esto implicará, muy probablemente, el difícil reto de replantear la estructura global del deporte competitivo, de tal forma que no facilite, como lo hace actualmente, la disposición a violar la normativa deportiva, para obtener ventajas artificiales que permiten entrenar más y lograr niveles aun más altos de rendimiento. La tarea parece realmente difícil y comprometida, pero creo honestamente que sin un abordaje global del fenómeno, no será posible separar el deporte de alta competición del uso de drogas, tal y como conviene a un fenómeno social de tanta influencia, como lo es, sin duda, el deporte.