



Dopaje y salud. Conocimientos entre los atletas canarios.

Autora: Sandra Estévez Cervera

Tutora: Margarita Hernández Pérez

Grado en Enfermería

Facultad de Ciencia de la Salud

Sección de Enfermería. Tenerife.

Universidad de La Laguna

Junio 2019



**AUTORIZACIÓN DEL TUTOR PARA LA PRESENTACIÓN
DEL TRABAJO DE FIN DE GRADO**

Grado en Enfermería. Universidad de La Laguna.

Dopaje y salud. Conocimiento entre los atletas canarios.

Autora:

Sandra Estévez Cervera

Firma de la alumna:

Tutora:

Margarita Hernández Pérez

Vº. Bº de la Tutora:

La Laguna a 3 de Junio de 2019

RESUMEN

La práctica de deporte es algo fundamental para llevar una vida sana, pero ésta puede volverse perjudicial cuando es llevada a límites extremos. El dopaje se ha convertido en una nueva técnica muy usada para poder sobrellevar mejor las exigencias que requiere el deporte de élite. Las causas pueden ser múltiples (estrés, presión, inseguridad, etc.), además de existir muchísimas sustancias y métodos dopantes. Grandes instituciones como el Comité Olímpico Internacional (COI) o la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) han desarrollado campañas y establecido normas y controles, pero un gran problema es la falta de conocimiento y la ignorancia de los deportistas. Por ello, el objetivo principal de este Proyecto de Investigación es evaluar el grado de conocimiento que poseen los atletas de Canarias acerca del dopaje. Para llevarlo a cabo se realizará un estudio descriptivo, observacional y transversal, con una muestra de 181 atletas que estén inscritos en la Federación Canaria de Atletismo durante la temporada 2018-2019. El instrumento de medida empleado (basado en las encuestas utilizadas en el *"I Seminario educacional antidopaje para los países de América Central" con alguna modificación*), consta de 5 dimensiones correspondientes a las distintas variables de estudio (datos sociodemográficos, conocimientos generales, percepción personal, conocimiento de sustancias y métodos prohibidos y repercusiones del dopaje para la salud). Los resultados obtenidos serán analizados mediante el paquete estadístico SPSS 21, usando medidas de tendencia central y de dispersión, así como la prueba del Chi Cuadrado para conocer las relaciones entre las distintas variables categóricas.

PALABRAS CLAVE

Dopaje, deportistas, salud, conocimientos e información.

ABSTRACT

Healthy life includes the practice of sport, but this may become harmful when it is subjected to extreme limits. Doping has become a widely used new technology to endure elite sport. The causes of these techniques could be different (stress, pressure, insecurity, etc) besides there are many doping substances and methods. Main institutions such as the International Olympic Committee (IOC) or World Anti-Doping Agency (WADA) have developed campaigns and established standards and controls, but a major problem is the lack of knowledge and ignorance of athletes. Therefore, the main objective of the project is to find out the level of knowledge that athletes from The Canaries have about doping. A descriptive, observational and transversal study will be carried out with a sample of 181 athletes who are registered in Federación Canaria de Atletismo during the 2018-2019 season. The measurement instrument used (based on the surveys used in the *"I Anti-Doping Education Seminar for the Central American Countries"* with some modification), consists of 5 dimensions corresponding to the different study variables (sociodemographic data, general knowledge, personal perception, knowledge of prohibited substances and methods and repercussions of doping for health). The results obtained will be analyzed using the statistical package SPSS 21, using measures of central tendency and dispersion, as well as the Chi square test to know the relationships among the different categorical variables.

KEY WORDS

Doping, athletic, health, knowledge and Information.

ÍNDICE

1. Introducción	1
2. Antecedentes y estado actual del tema	6
3. Justificación	9
4. Objetivos	11
5. Material y método	12
5.1 Diseño de estudio	12
5.2 Población y muestra	12
5.3 Criterios de inclusión/exclusión	12
5.4 Variables de estudio	12
5.5 Instrumento de medida	13
5.6 Recogida de datos	13
5.7 Análisis estadístico	14
5.8 Consideraciones éticas	14
6. Cronograma	15
7. Logística	16
8. Bibliografía	17
9. Anexos	20
9.1. Titulares de periódicos con escándalos deportivos	21
9.2. Titular de periódico Marca sobre Lydia Valentín	22
9.3. Encuestas	23
9.4. Solicitud de permisos	26
9.5. Consentimiento informado	27

1. INTRODUCCIÓN

Desde las primeras etapas de la vida se enseña la importancia del deporte por sus grandes beneficios para la salud, como reducir la aparición de enfermedades cardiovasculares, mejorar la autoestima, controlar los niveles de colesterol, mejorar el rendimiento escolar y la sociabilidad, entre otros. ⁽¹⁾

Con el tiempo, hay personas que pasan de practicarlo como una afición a convertirlo en su principal dedicación. Hoy día se puede considerar el deporte como un gran negocio, en el cual tener éxito está muy bien valorado, y esto puede provocar tanta presión, obsesión y ambición, que los deportistas serían capaces de convertirlo en algo perjudicial por medio del dopaje. La AMA, recoge en el Código Mundial Antidopaje, que se considerará dopaje cuando se cometa una o varias de las siguientes infracciones:

- Presencia de una sustancia prohibida o sus metabolitos o marcadores en la muestra de un deportista.
- Uso o intento por parte de un deportista de una sustancia prohibida o de un método prohibido.
- La negativa o resistencia, sin justificación válida, a una recogida de muestras.
- Vulneración de los requisitos sobre la disponibilidad del deportista para realización de controles fuera de competición.
- Falsificación o intento de falsificación de cualquier parte del procedimiento de control del dopaje.
- Estar en posesión de sustancias prohibidas o de métodos prohibidos.
- Tráfico o intento de tráfico, de cualquiera de las sustancias prohibidas o de métodos prohibidos.
- Administración o intento de administración, durante o fuera de competición, de una sustancia o método prohibido o bien la asistencia, incitación, contribución, instigación, encubrimiento o cualquier otro tipo de complicidad en relación con una infracción de las normas antidopaje, o cualquier otra tentativa de infracción de éstas.

⁽²⁾

Este término no resulta novedoso, pues a lo largo de la historia donde ha existido deporte también ha existido la búsqueda de métodos que permitieran sacar algo de ventaja; de esta forma, hay referencias que señalan que los deportistas de la antigua Grecia empleaban dietas especiales y pociones estimulantes con el fin de fortalecerse. A medida que la ciencia fue

avanzando, se desarrollaron nuevos productos y tratamientos, hasta que en el siglo XIX surgió el término “doping”.

En 1928, la Federación Internacional de Atletismo fue la primera en prohibir el dopaje, luego fueron otras sin conseguir frenar este fenómeno. En los Juegos Olímpicos de 1968 fue cuando se realizaron los primeros controles antidoping. Mientras tanto, el problema fue creciendo con la invención de las hormonas sintéticas, nuevos métodos de dopaje, transfusiones sanguíneas...

Con el objetivo de promover y coordinar la lucha antidopaje, en 1999 se creó la AMA, tras salir a la luz varios casos de deportistas de élite que habían conseguido sus grandes logros con la ayuda de alguna sustancia o método prohibido. Desde entonces, el dopaje se ha extendido mundialmente y está presente en todo tipo de eventos deportivos, aunque podría destacarse en el ámbito profesional. ⁽³⁾

El atletismo es uno de los deportes más afectados por el dopaje, encontrándose en el puesto número 10 de los deportes olímpicos con más casos de dopaje, por detrás de algunos como la halterofilia, el boxeo y el ciclismo. ⁽⁴⁾ Dentro de este deporte encontramos escándalos (**Anexo 9.1**) como el caso de Marion Jones, una atleta estadounidense que ganó 5 medallas en los JJOO de Sídney de 2000 y que 7 años después, tras varias sospechas y un positivo en EPO en 2006, admitió haber consumido esteroides. Otro caso conocido es el del velocista canadiense Ben Johnson, el cual perdió la medalla de oro y se le invalidó el récord mundial de los 100 metros lisos que había conseguido en los JJOO de Seúl de 1998, al dar positivo en esteroides, y cuyo testimonio tras este hecho fue: “Hice algo bueno en la vida. Mi padre y mi madre me vieron correr más rápido que cualquier otro ser humano. Eso es mejor que una medalla de oro”. ⁽⁵⁾

Dentro del deporte español, en septiembre de 2018, el periódico ABC publicó un artículo que revelaba que desde 2015 hasta esa fecha, 35 deportistas españoles fueron sancionados por casos muy graves de dopaje, de los cuales 9 eran atletas, entre los que se encontraba Josephine Onya, suspendida de por vida por reincidente. ⁽⁶⁾ Además, un caso muy llamativo en el deporte español es el de Lydia Valentín (**Anexo 9.2**), una halterófila que en dos ocasiones ha recibido medallas olímpicas años después de la finalización de los eventos. El primer caso corresponde a los JJOO de Londres 2012 en los que concluyó como cuarta clasificada, cuatro años después se reveló que las tres participantes que estaban por encima de ella en la clasificación consumieron alguna sustancia dopante y, por lo tanto, Lydia consiguió la medalla de oro. Una situación similar le ocurrió en 2018 al recibir la medalla de plata correspondiente a los JJOO de 2008, después de haberse descubierto que tres de las cuatro competidoras que quedaron por delante de ella

debían ser descalificadas por dopaje.⁽⁷⁾

El dopaje influye negativamente en muchos aspectos, destruye la esencia del deporte tal y como lo conocemos al ofrecer ventajas a un deportista sobre el resto, es decir no existe igualdad de condiciones entre los participantes y por lo tanto la competencia no es real. Por otra parte, los deportistas de élite tienen gran influencia sobre la sociedad, de forma que muchos jóvenes podrían seguir el ejemplo de sus grandes héroes deportivos entendiendo que hacer una trampa, mientras no sea descubierta, puede ser aceptable. Sin duda, uno de los motivos más importantes para su prohibición es el riesgo que puede suponer para la salud del deportista, ya que los medicamentos consumidos por personas sanas podrían producir efectos desconocidos indeseables, además de asociarse con dosis elevadas y combinaciones de varias sustancias.⁽⁸⁾

Entre los grupos de sustancias con mayor índice de empleo encontramos los anabolizantes, seguido por los estimulantes y los enmascarantes.⁽⁴⁾ Todas estas sustancias ayudan al deportista a disminuir la fatiga y atenuar la sensación de dolor, o favorecer la pérdida de peso, pero también pueden producir problemas cardiovasculares (taquicardias, hiper o hipotensión, miocardiopatías), desórdenes neurológicos, alteraciones de la función hepática, dependencia psicológica, y en algunos casos el desarrollo de tumores, junto con otras consecuencias de menor gravedad como son las náuseas, cambios de humor, calvicie, acné, agresividad...⁽⁹⁾ Los esteroides aumentan la masa muscular y la fuerza, además de reducir la sensación de agotamiento. Al mismo tiempo, si analizamos los efectos de la testosterona (esteroide), una de las sustancias más comunes empleadas para el dopaje en pruebas de fuerza y resistencia, encontramos que puede llegar a producir diabetes debido a que produce desórdenes en el metabolismo de los ácidos grasos y los hidratos de carbono, además de inmunosupresión, alteraciones psicológicas y afección del eje hipófisis-hipotálamo-suprarrenal (H-H-S).⁽¹⁰⁾ Por otro lado, el dopaje sanguíneo, incluido entre los métodos prohibidos, puede generar coágulos sanguíneos, derrames cerebrales, septicemia, reacciones alérgicas, insuficiencia cardíaca debida a la sobrecarga circulatoria, además de aumentar el riesgo de contraer enfermedades infecciosas como VIH/SIDA o hepatitis.⁽⁹⁾

Con relación a la lucha antidopaje, muchas instituciones lo hacen incrementando los controles, como ocurrió durante los años 2003-2015 donde se duplicaron éstos. En España, en 2017, se modificó la Ley Orgánica contra el dopaje de 2013, endureciendo el régimen antidopaje al no encontrarse de acuerdo con el Código Mundial Antidopaje.⁽⁴⁾ A partir del 1 de enero de 2019, la AMA publicó una "*Lista de Prohibiciones*" actualizada, en la cual se incluyen todas

aquellas sustancias y métodos considerados como dopaje que serían sancionados (*Tabla 1.1 y Tabla 1.2*). Además de actualizarla cada año, la AMA se encargará también de fomentar la educación en el deporte limpio con el objetivo principal de prevención, proporcionando para ello información acerca de esta lista, las consecuencias y sanciones por doparse, las autorizaciones de uso terapéutico, los procedimientos de control de dopaje, etc. En España, las autorizaciones de uso terapéutico son certificados emitidos por la Organización Nacional Antidopaje en los que se explica que el deportista se encuentra en una situación médica justificada que requiere emplear una sustancia incluida en la Lista de Prohibiciones para su tratamiento, y por tanto se autoriza al deportista a tomarla, especificando la dosis, vía de administración y periodo de tiempo. ⁽¹²⁾

A. SUSTANCIAS PROHIBIDAS SIEMPRE (EN Y FUERA DE COMPETICIÓN)		
GRUPO	NOMBRE	EJEMPLO DE FÁRMACOS
S0	Sustancias no aprobadas	---
S1	Agentes anabolizantes (esteroides)	Androsterona, testosterona, estanozolol o nandrolona
S2	Hormonas peptídicas, glucoproteicas y análogas (factores de crecimiento)	Eritropoyetina (EPO) o la hormona del crecimiento
S3	Agonistas beta-2	Salbutamol o formoterol
S4	Moduladores hormonales y metabólicos (antiestrogénicos)	Androstenol, formestano, raloxifeno, ciclofenil o insulinas
S5	Diuréticos Agentes enmascarantes	Manitol, albúminas, furosemida, espironolactona o clorotiazida
B. SUSTANCIAS PROHIBIDAS EN COMPETICIÓN		
GRUPO	NOMBRE	EJEMPLO DE FÁRMACOS
S6	Estimulantes	Anfetaminas, cocaína o efedrina
S7	Narcóticos	Metadona, morfina u oxicodona
S8	Cannabinoides	Marihuana o hachís
S9	Glucocorticoides	Budesonida, dexametasona o cortisona
C. SUSTANCIAS PROHIBIDAS EN CIERTOS DEPORTES COMO GOLF, BILLAR, DARDOS O ESQUÍ		
GRUPO	NOMBRE	EJEMPLO DE FÁRMACOS
P1	Alcohol Betabloqueantes	Betabloqueantes (bisoprolol, carvedilol o labetalol)

Tabla 1.1. Sustancias prohibidas por la AMA

A. MÉTODOS PROHIBIDOS SIEMPRE (EN Y FUERA DE COMPETICIÓN)		
GRUPO	NOMBRE	DESCRPCIÓN
M1	Manipulación de sangre y componentes sanguíneos (dopaje sanguíneo)	Administración de sangre o productos de hematíes en el sistema circulatorio
M2	Manipulación farmacológica, química y física	Alteración de la validez de las muestras tomadas durante un control
M3	Dopaje genético	Uso de agentes de edición genética que alteren las secuencias genómicas.

Tabla 1.2. Métodos prohibidos por la AMA

Numerosas organizaciones han puesto en marcha mecanismos antidopaje en los últimos años. A partir del AMA, se creó en España la Agencia Estatal Antidopaje (AEA), con el principal objetivo de realizar actividades educativas relacionadas con la enseñanza del deporte limpio y su importancia, además de difundir información respecto a la protección de la salud y comprometerse a participar en controles antidoping realizados por la Comisión de Control y Seguimiento de la Salud y el Dopaje. ⁽¹³⁾

En cuanto a estrategias destinadas a la prevención del dopaje, cabe destacar en España a la Agencia Española de Protección de la Salud y el Deporte, (AEPSAD) que desarrolla todos los años iniciativas desde su aula virtual como el programa “*Vive sin Trampas*” (2019), el cual se centra en formar a estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y Deporte, para que sean capaces de difundir los valores positivos del deporte fomentando un estilo de vida saludable. También propone un curso on-line “*Dopaje: lo que debes saber*”, destinado a deportistas, personal de apoyo y todos aquellos que quieran aprender o ampliar sus conocimientos sobre el antidopaje. Por último, en el aula virtual de la misma institución encontramos el programa educativo en prevención de dopaje “*Sport Plus*”, dirigido a entrenadores y técnicos de clubs deportivos. ⁽¹⁴⁾

El pasado año, la Real Federación Española de Atletismo (RFEA) junto con la AEPSAD impulsaron nuevas iniciativas de prevención y lucha contra el dopaje. De este modo, la RFEA explicó que destinaría una gran cantidad de dinero para aumentar el número de controles, al igual que el número de atletas incluidos en el Grupo Individualizado de Seguimiento de la AEPSAD. Además, la RFEA declaró que los atletas que se benefician de ayudas federativas y de las becas para acceso a centro de alto rendimiento deportivo deberían realizar el curso on-line “*Dopaje: lo que debes saber*” explicado anteriormente. ⁽¹⁵⁾

2. ANTECEDENTES Y ESTADO ACTUAL DEL TEMA

Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en los últimos seis años con la finalidad de encontrar toda aquella información relativa al conocimiento sobre el dopaje, para lo cual se usaron diversas bases de datos como PubMed, Scielo, Wiley Online Library y Directory of Open Access Journals (DOAJ), y palabras clave tales como “dopaje”, “conocimientos”, “salud” y “efectos secundarios”, tanto en español como en inglés. Así mismo, se han consultado páginas webs como el Boletín Oficial del Estado (BOE) (<https://www.boe.es/>) y la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD) (<https://aepsad.culturaydeporte.gob.es>).

A pesar de la creación de numerosas instituciones y de sus propuestas y medidas para la prevención del dopaje, es imposible conocer con exactitud la magnitud del fenómeno pues los controles son escasos o únicamente se realizan en situaciones excepcionales. Además, y debido a su ilegalidad, no se sabe con certeza si los deportistas contestan honestamente a las encuestas, como dato crítico cabe destacar que el número de casos asciende cada año. ⁽¹⁶⁾

En Australia, en 2013, el Personal de Apoyo del Atleta (APS) encuestó a 292 personas relacionadas con el deporte profesional, médicos, entrenadores, familiares de los deportistas, etc. El 96.5% afirmó que era su responsabilidad estar familiarizado con el World Anti-Doping Code (WADC), pero había un déficit de información en cuanto a las sanciones por dopaje (36,2%) y el papel en la promoción de lucha contra el mismo (39%). Además, consideraron que los conocimientos que tenían eran adecuados, pero no se llevaban correctamente a la práctica. ⁽¹⁷⁾

En México, en 2014, se realizó un estudio para averiguar el nivel de conocimiento que sobre el dopaje tenían los deportistas, encontrándose un gran desconocimiento, donde el 40,54% no supo nombrar ni una sola sustancia dopante. Esto conlleva, por ejemplo, a que un deportista no sepa introducir correctamente complementos de tipo vitamínico o minerales en su dieta, pudiendo estar dopándose de manera inconsciente sin ni siquiera saberlo o quererlo. Además, el 50% no sabía qué tipo de sanciones se aplicaban y un 43% no conocía cuál era el deporte con mayor número de casos. Sin embargo y a pesar de estos datos, el 100% afirmó estar de acuerdo con la ilegalidad de estas prácticas. ⁽¹⁸⁾

En España, en 2014, una tesis doctoral realizada en la Universidad de Granada analizó las actitudes hacia el dopaje entre deportistas aficionados y otros de élite. Se recopilaron estudios que describían tanto las creencias y conocimientos como la prevalencia en el uso de sustancias prohibidas. Como resultado se obtuvo que en general existía poca información relacionada con las actitudes y el conocimiento acerca del dopaje, además de generalizarse el uso de estas sustancias entre los deportistas de élite. Por tanto, se consideró que los controles antidoping

debían mantenerse y que se debían establecer programas de prevención desde una etapa temprana para ayudar a eliminar de forma eficaz la cultura sobre el dopaje. ⁽¹⁹⁾

En Uganda, el 2015, un estudio entrevistó a 384 atletas profesionales. Los resultados revelaron que la mayoría estaban familiarizados con las sustancias dopantes, pero menos del 20% pudo nombrar algún método prohibido. El consumo de sustancias dopantes en estos atletas era bajo, y sus conocimientos sobre el tema eran bastante limitados. Se proponen programas para educar desde la infancia que involucren a médicos, entrenadores, así como la propia familia. ⁽²⁰⁾

En el mismo año, en la región de Pale (Rusia), se entrevistaron a 141 alumnos de secundaria. De estos alumnos, el 31% pensaba que el deporte con más casos de dopaje era el atletismo, seguido por un 23% que pensaba que era el ciclismo. Los resultados mostraron que el 14% había estado en contacto con alguna sustancia dopante, de los cuales un 10-11% ya había tomado alguna y un 28% afirmó que la tomaría. El nivel de conocimiento en estos estudiantes era bastante bajo, ya que el 82% no sabía que era WADA (Agencia Mundial Antidopaje), y un 71% no conocía la Lista de Prohibiciones. ⁽²¹⁾

En 2017, en Reino Unido, se publicó un estudio que revelaba que el 30% de los atletas participantes del Campeonato Mundial de Atletismo de 2011, así como el 45% de los Juegos Panárabes del mismo año se doparon. Se encuestó anónimamente a 2167 atletas y los resultados desvelaron que la prevalencia de dopaje era mucho más alta que lo que indicaban las pruebas biológicas (análisis de orina y sangre). A partir de estos resultados, se planteó que las pruebas realizadas no eran suficientes y que pueden existir maneras de evitar dichos controles. ⁽²²⁾

En el mismo año, un estudio realizado en Jaén (España), con alumnos de centros escolares preuniversitarios, reveló que para prevenir el dopaje es importante reforzar la educación en los centros escolares públicos, ya que éstos presentaban más predisposición al consumo de sustancias dopantes frente a los alumnos de centros privados. Un dato positivo fue que en su mayoría los alumnos presentaban actitudes de rechazo a este fenómeno. ⁽²³⁾

En Malasia, en 2018, un estudio similar demostró que el nivel de conocimientos sobre aspectos relacionados con el dopaje era moderado y que había una actitud negativa hacia el mismo. Se realizaron 182 encuestas a jóvenes atletas y un 47,3% defendían que era correcto emplear drogas en caso de lesiones para una recuperación más rápida. El mismo porcentaje pensaba que se exageraba con respecto a los riesgos que producía el dopaje, y casi el 26% afirmó que legalizar las mejoras del rendimiento sería beneficioso para los deportistas. Además, un

40,7% opinaba que los problemas de salud relacionados con el entrenamiento riguroso y las lesiones eran tan graves como los ocasionados por el dopaje. De estos resultados pudo deducir que es necesario más información y que este déficit de conocimiento podría deberse a un plan de estudios de educación inadecuado. ⁽²⁴⁾

Muchos deportistas viven ajenos a este fenómeno, desde que los controles para detectar dopaje son restringidos a competiciones de alto nivel, si bien la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte sobre “Control de las sustancias y métodos prohibidos en el deporte y seguridad en la práctica deportiva” ((BOE 17/10/90), señala que cualquier deportista federado que pueda participar en competiciones oficiales en el ámbito estatal, puede ser requerido para realizar un control, tanto si se encuentra en una competición como si no, sin importar la edad, el deporte o el nivel competitivo. Además, un positivo en la prueba conllevará un estudio más profundo para averiguar quién es el responsable, normalmente el propio deportista, pero existen ocasiones en que éstos se ven obligados por terceras personas como el entrenador, familiares, otros compañeros, etc., teniendo en cuenta al médico que le facilitó el fármaco, pues este es el único con derecho a recetarlo. ⁽²⁵⁾ Asimismo, hay que tener presente que estas sustancias pueden tener un fin terapéutico, por lo que el deportista deberá presentar la autorización de uso terapéutico.

(12)

3. JUSTIFICACIÓN

Ya sea por un tema de salud como por una cuestión moral o de ética, el término dopaje no debería vincularse nunca con el deporte. La mejora del rendimiento y de las cualidades físicas va ligado a un esfuerzo que el deportista realiza en base a sus propósitos y metas. Por lo tanto, cualquier ayuda que facilite conseguir estas metas será considerada una trampa y por consiguiente punible.

Desde la infancia se enseña que el deporte es algo sano, limpio y puro y así se debería de permanecer a lo largo de los años; pero cuando se habla de deporte de élite resulta difícil mantener esta imagen. Son muchos factores los que afectan (la fama, el éxito, el dinero, fans, patrocinadores, etc.) y mantenerse en la élite cuesta muy caro, tanto a nivel de la imagen pública (ejemplo a seguir), como en la salud. Se supone que el deporte es algo que cada uno elige libremente, que permite evadirte del estrés cotidiano y de la presión que conlleva tener un estatus de vida alto o que está por encima de nuestras posibilidades. Se debe fomentar el deporte limpio porque hay deportistas que han llegado por sí solos a lo más alto gracias a su esfuerzo y vocación. Así mismo, el deporte limpio no es solo respetar las normas para crear un juego justo, sino que promueve la creación de un vínculo entre deportista y deporte, destacando el espíritu deportivo que permite celebrar incluso la victoria de los contrincantes.

Desde las últimas décadas, el problema se ha incrementado, alcanzando grandes proporciones como el escándalo surgido de la prohibición de todos los atletas rusos de participar en las olimpiadas de 2016, incluso aquellos que no presentan datos de haber consumido sustancias dopantes. Casos de tal nivel manchan la historia del deporte dándole unas nuevas características incompatibles con las anteriores.

El problema principal es la ignorancia. Vivimos en un mundo actual guiado por la fama, la ambición y el dinero, en el cual la gente se propone unas metas y las consigue sea como sea, sin importar saltarse las normas o incluso perjudicar su salud. Retroceder ahora y borrar todos los avances y nuevas técnicas es algo imposible, pero sí se puede hacer llegar la información a los deportistas y al resto de la sociedad con el objetivo de transmitir una buena educación basada en conocimientos y valores propios del buen deporte, y para prevenir nuevos casos de dopaje. Medir el nivel de conocimiento, sobre todo lo que tenga que ver con el mundo del dopaje o qué información no se transmite con claridad, es el primer paso para desarrollar una buena estrategia antidoping y recuperar la esencia del deporte original, donde la rivalidad y la lucha por el primer puesto es algo sano y constructivo.

Por otra parte, los profesionales de la Enfermería pueden desempeñar un papel

importante, no sólo en la detección de infracciones (controles antidoping), sino a la hora de realizar labores de Educación Sanitaria encaminadas a la prevención del dopaje, por lo que deben estar informados en todo lo relativo a este tema, desde conocer las sustancias y los métodos prohibidos, y sus repercusiones sobre la salud, hasta conocer los aspectos jurídicos relativos a las sanciones.

4. OBJETIVOS

El objetivo general de este Proyecto de investigación es evaluar el grado de conocimiento que poseen los atletas canarios acerca del dopaje y sus repercusiones para la salud. Y como objetivos específicos:

- Determinar qué sustancias dopantes conocen, así como sus efectos para la salud.
- Conocer las motivaciones que podrían llevar a los deportistas a doparse.
- Identificar áreas de información deficitaria acerca del dopaje, de cara a implantar programas formativos y/o educativos.

5. MATERIAL Y MÉTODO

5.1 Diseño de estudio

Se realizará un estudio descriptivo, observacional de corte transversal y prospectivo.

5.2 Población y muestra

La población de estudio estará integrada por todos aquellos atletas que estén inscritos en la Federación Canaria de Atletismo para la temporada 2018 -2019, en total son 5.051 atletas, de los cuales 1.689 corresponden a las categorías para mayores de 18. Para la realización de la encuesta es necesario que los atletas tengan un mínimo nivel de conocimientos y autonomía.

De esta población se obtendrá una muestra aleatoria con una confianza del 95%, una precisión del 3%, un error muestral máximo del 5% y una proporción del 5% mediante la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

N= Total de población (1.689)

Z_a^2 = confianza es del 95% (1'96²)

p = proporción esperada del 5% (0'05)

q = 1-p (1-0.05 = 0'95)

d = precisión del 3% (0'03)

De esta forma la muestra quedará formada por 181 atletas de edad superior a 18 años.

5.3 Criterios de inclusión/exclusión

Se han establecido como criterios de inclusión: estar registrado en la Federación Canaria de Atletismo durante el periodo de 2018-2019 y ser mayor de 18 años, y como criterios de exclusión aquellas personas que no cumplan con los criterios de inclusión o que tengan algún tipo de problema que les impida cumplimentar el cuestionario.

5.4 Variables de estudio

A. *Variables sociodemográficas*: edad (variable cuantitativa discreta, medida en número de años que será mayor o igual que 18), sexo (variable cualitativa dicotómica, medida en femenino o masculino), isla donde está federado/a (variable cualitativa de respuesta corta), modalidad o disciplina deportiva que practica (variable cualitativa que se medirá en fondo, velocidad, saltos, lanzamiento u otros), y nivel competitivo (variable cualitativa que se medirá

según el ámbito de competición, regional, nacional o internacional).

B. *Variables de estudio*: nivel de conocimiento generales sobre el dopaje, percepción personal frente al dopaje, identificación de sustancias o métodos prohibidos usados en el dopaje, y conocimientos sobre la repercusión del dopaje en la salud. Todas estas variables son de tipo cualitativas donde las respuestas se marcarán siguiendo una escala de Likert.

5.5 Instrumento de medida

El instrumento de medida utilizado en este Proyecto de Investigación está basado en las encuestas empleadas en el *“I Seminario educacional antidopaje para los países de América Central”*, las cuales habían sido elaboradas por la Organización Regional Antidopaje de América Central. ⁽²⁵⁾ Sin embargo, y con el fin de cumplir con los objetivos marcados en este Proyecto, se han realizado algunas modificaciones; por lo tanto, esta encuesta deberá validarse previamente por un Comité de Expertos y llevar a cabo previamente un estudio piloto.

La encuesta propuesta consta de 5 apartados o dimensiones: 1) *Datos sociodemográficos* (edad, sexo, isla en la que está federado, especialidad deportiva que practica y nivel competitivo), 2) *Conocimientos generales sobre el dopaje*, con 8 ítems y cuyas respuestas serán medidas mediante una escala de Likert de cuatro puntos, 3) *Percepción personal frente al dopaje*, con 11 ítems y cuyas respuestas serán medidas por medio de otra escala de Likert de seis puntos, 4) *Conocimiento sobre sustancias y métodos prohibidos*, donde a través de una tabla que contiene 10 nombres de sustancias, los atletas deberán marcar si dichas sustancias pertenecen o no a la Lista de Prohibiciones, y 5) *Repercusiones del dopaje para la salud*, con 10 ítems y respuesta en la escala de Likert, medidas del 1 al 6.

5.6 Recogida de datos

La recogida de datos se llevará a cabo mediante la encuesta explicada anteriormente, la cual puede realizarse de forma física (**Anexo 9.3.1**) u on-line (**Anexo 9.3.2**) creada con la herramienta GoogleDocs. Se ha elaborado el material en estos dos formatos para poder recoger datos de otras islas sin la necesidad de desplazarse hasta ellas.

Para poder acceder a las instalaciones deportivas previamente debe haber sido concedido los permisos necesarios (**Anexo 9.4**). En primer lugar, se contactará con la Consejería de Turismo, Cultura y Deporte del Gobierno de Canarias y posteriormente con las instituciones que gestionan los Centro Insulares de Atletismo, como Gestión Insular para el Deporte, la Cultura y el Ocio (IDECO, S.A.), sociedad anónima del Cabildo Insular de Tenerife, que gestiona el Centro Insular de Atletismo de Tenerife (CIAT), y del Organismo Autónomo de Deportes (OAD), que gestiona el Estadio Francisco Peraza (Tenerife), entre otros.

Antes de comenzar con las encuestas, se entregará la información necesaria a los presidentes de cada club deportivo, informándoles de los objetivos del Proyecto, de la duración aproximada de la encuesta (10 minutos aproximadamente), y del cumplimiento con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, así como se les pedirá su consentimiento para la realización del mismo.

5.7 Análisis estadístico de los resultados

Los datos se analizarán a través del paquete estadístico SPSS 21. Se realizará un análisis descriptivo del contenido de la encuesta usando medidas de tendencia central (mediana y/o media aritmética), así como de dispersión (rango intercuartílico y/o desviación estándar) para las variables continuas, así como distribución de frecuencias (tabla de frecuencias) para las variables categóricas. Para determinar si hay diferencias entre las frecuencias observadas y las frecuencias esperadas de los grupos, en relación con las categorías de sus respuestas, se utilizará la prueba de Chi Cuadrado. El intervalo de confianza que se establecerá será del 95%, por lo que el nivel de significación será fijado en $\alpha = 0,05$.

5.8 Consideraciones éticas

Con el objetivo de cumplir con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, se aclarará previo a la realización de la encuesta que la participación es completamente voluntaria y que los datos obtenidos de ella serán usados de forma confidencial y únicamente con para fines relacionados con este Proyecto de Investigación. De esta forma se aclara que al enviar el formulario de forma on-line está de acuerdo con lo expuesto anteriormente, y las encuestas que se realicen de forma física se entregará un consentimiento informado. (**Anexo 9.5**)

6. CRONOGRAMA

Año 2019:

Meses / Actividad	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Sept	Oct	Nov	Dic
Elección del tema	✘										
Búsqueda bibliográfica		✘	✘								
Desarrollo del TFG			✘	✘	✘						
Presentación del TFG						✘					
Validación de encuesta							✘				
Solicitud de permisos							✘				
Recogida de datos								✘	✘		
Análisis de los resultados										✘	
Difusión del Proyecto											✘

7. LOGÍSTICA

Recursos materiales			Recursos humanos		
Recurso	Cantidad	Precio	Recurso	Cantidad	Precio
Folios	1000	10€	Encuestador	1	-
Tinta impresora	2	20€			
Bolígrafos	50	15€			
Transporte	-	15€			
Total		60 €			

8. BIBLIOGRAFÍA

1. Pérez Muñoz S, Domínguez Muñoz R, Sánchez Muñoz A, Rodríguez Cayetano A. Beneficios y riesgos asociados en la actividad física para la salud. Lecturas: Educación física y deportes. EFDeportes.com. Revista Digital [Internet]. 2015 [citado 11 Feb 2019] (208). Disponible en: <https://www.efdeportes.com/efd208/beneficios-y-riesgos-en-la-actividad-fisica-salud.htm>
2. Agencia Mundial Antidopaje. Código Mundial Antidopaje 2009. Disponible en: <https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/wada-code-2009-esp.pdf>
3. Pérez Triviño JL. Dopaje. Eunomía. Revista en cultura de la Legalidad [Internet]. 2015 [citado 12 Feb 2019] (8): 183-191. Disponible en: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/EUNOM/article/view/2484/1368>
4. Drobnic F, Galilea PA. Prevalencia de resultados adversos en los controles de dopaje a nivel mundial durante 13 años consecutivos: Análisis de la temporada 2015 según deportes. Apunts Medicina de l'Esport [Internet]. 2018 [citado 12 Feb 2019];53(197):11-18. <https://www.apunts.org/en-prevalencia-resultados-adversos-los-controles-articulo-X0213371718623184>
5. Peña C. Los ocho mayores escándalos de dopaje en el deporte. Lab RTVE. 2016. Disponible en: <http://lab.rtve.es/rio-2016/en-lista/casos-dopaje-famosos-deporte/>
6. Carabias JC. 35 sanciones por dopaje muy grave en España desde 2015. ABC Deportes. 2018. Disponible en: https://www.abc.es/deportes/abci-35-sanciones-dopaje-grave-espana-desde-2015-201809060355_noticia.html
7. Roche P. Lydia Valentín culmina su colección de medallas olímpicas con el oro de Londres. Marca. 2019. Disponible en: <https://www.marca.com/otros-deportes/2019/02/28/5c77c1dfe5fdea9c6a8b4595.html>
8. Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte. ¿Por qué está prohibido el dopaje? Disponible en: <http://blog.aepsad.es/por-que-esta-prohibido-el-dopaje/>
9. Agencia Mundial Antidopaje. Efectos de dopaje en la salud 2009. Disponible en: <http://pilarmartinescudero.es/pdf/dopaje/Efectosdopajesalud.pdf>
10. Fernández-Díaz P, Domínguez R. Efectos de la suplementación con testosterona sobre el rendimiento en resistencia. Revista Andaluza de Medicina del Deporte

- [Internet]. 2016 [citado 19 Feb 2019];9(3):131-137 Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-andaluza-medicina-del-deporte-284-articulo-efectos-suplementacion-con-testosterona-sobre-S1888754616300090>
11. Agencia Mundial Antidopaje. La Lista de Prohibiciones 2019. Disponible en: https://www.wada-ama.org/sites/default/files/wada_2019_spanish_prohibited_list.pdf
 12. Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte. Autorizaciones de Uso Terapéutico. Disponible en: <https://aepsad.culturaydeporte.gob.es/control-dopaje/autorizaciones-de-uso-terapeutico.html>
 13. Vitoria Ortiz M. Nuevas perspectivas de control antidopaje en España. An R Acad Nac Med. 2009; (2):199-208
 14. Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte. Oferta formativa de cursos 2019. Disponible en: <https://cursos.aepsad.gob.es/>
 15. Fleitas B. La Federación española y la AEPSAD impulsan iniciativas de lucha contra el dopaje. Marca. 2018. Disponible en : <https://www.marca.com/atletismo/2018/06/21/5b2bc37946163fe1218b45af.html>
 16. Pitcsh W, Emrich E. The frequency of doping in elite sport –Results of a replication study. Internacional Review for the Sociology of Sport [Internet]. 2011 [citado 26 Feb 2019]; 47(5): 559-580.
 17. Mazanov J, Backhouse SH, Connor J, Hemphill D, Quirk F. Athlete support personnel and anti- doping: Knowledge, attitudes, and ethical stance. Scand J Med Sci Sports [Internet]. 2014 [citado 4 Mar 2019]; 24(5):846-56. Disponible en : <https://onlinelibrary-wiley-com.accedys2.bbtk.ull.es/doi/10.1111/sms.12084/ful>
 18. Gavotto Nogales O, Figueroa Alcolea RA, Tapia López CG, Pérez Andreu AR. La educación virtual antidoping como estrategia para desarrollar la cultura del juego limpio en el deporte mexicano: Un estudio de género. Educación Física y Ciencia [Internet] 2014[citado 4 Mar 2019];16(1):47-53. Disponible en: <https://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/article/view/EFyCv16n01a06/5785>
 19. Morente Sánchez J. Prevención del Dopaje en Deportistas de Élite. [Tesis doctoral]. Granada. Universidad de Granada. 2014.

20. Muwonge H, Zavuga R, Kabenge PA. Doping knowledge, attitudes, and practices of Ugandan athletes': A cross-sectional study. *Subst Abuse Treat Prev Policy*. [Internet]. 2015 [citado 20 Mar 2019];10(1):37-45. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4579610/>
21. Pavlović Ratko B, Savić Vladan, Tošić Jovica. Perceptions, attitudes and knowledge of secondary school students regarding the use of the forbidden stimulant substances in sports. *Fizička Kultura* [Internet] 2015 [citado 19 Mar 2019];69(1):33-43. Disponible en: <https://scindeks-clanci.ceon.rs/data/pdf/0350-3828/2015/0350-38281501033P.pdf>
22. Ulrich R, Pope HG Jr, Cléret L, Petróczi A, Nepusz T, Schaffer J et al. Doping in Two Elite Athletics Competitions. *Sports Med*. 2018; 48(1):211-219.
23. Ruiz-Rico Ruiz G. J, Zurita Ortega F, Castro Sánchez M, Chacón Cuberos R, Cachón Zagalaz J, Valdivia Moral P. A. Influencia del tipo de centro educativo en las actitudes de los jóvenes hacia el dopaje. *SPORT TK: revista euroamericana de ciencias del deporte* [Internet]. 2018 [citado 9 Mar 2019]; 7(1): 97- 102. Disponible en: <https://digitum.um.es/xmlui/handle/10201/57185>
24. Chiang LM, Shamsuddin AF, Tuan Mahmood TM. Knowledge, attitude, and practice on doping of Malaysian student athletes. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research* [Internet]. 2018 [citado 19 Mar 2019]; 11(5):72-76. <https://doi.org/10.22159/ajpcr.2018.v11i5.23598>
25. Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte. *Boletín Oficial del Estado*. Disponible en : <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1990-25037>

ANEXOS

9. ANEXOS

9.1 Titulares de periódicos con escándalos deportivos.

DOPAJE



La campeona del mundo en marcha, Lupita González, da positivo en un control antidopaje

DIEGO MANCERA | 07/12/2018 - 21:13 CET

La mexicana dio positivo por un esteroide anabólico y pone en riesgo su participación en

los Juegos Olímpicos de Tokio 2020

Periódico El País



El TAD confirma la sanción de cuatro años a Fifa

El atleta deberá desembolsar además 9.000 euros de multa por un caso de dopaje

29/08/2018 14:01h | S. D. | [Comentar](#)

Periódico ABC



Joanna Blair, suspendida por dopaje

La campeona británica de lanzamiento de jabalina ha sido sancionada hasta 2021 tras dar positivo por metandoinona

03/08/2018 17:55h | S. D. | [Comentar](#)

Periódico ABC



DEPORTE | 2016/07/21 06:55

Atletismo ruso quedó por fuera de Rio-2016

El Tribunal Arbitral del Deporte confirmó la suspensión de 68 atletas, en el marco de un escándalo de dopaje. Se abre la vía de una exclusión colectiva del país.

[RUSIA](#) [MUNDIAL RUSIA 2018](#) [JUEGOS OLÍMPICOS RÍO 2016](#) [JUEGOS OLÍMPICOS RÍO 30](#). [BRASIL](#) [DOPING](#)

Periódico Semana



ATLETISMO

Asbel Kiprop, campeón olímpico de 1.500, sancionado por dopaje

AS.COM
21/04/2019 12:38 CEST



El keniano, tres veces campeón del mundo, cumplirá una sanción de cuatro años de suspensión por su positivo con EPO.

Periódico AS

9.2 Titular del periódico Marca sobre Lydia Valentín.

M Polideportivo / [Tenis](#) [Ciclismo](#) [Balonmano](#) [Atletismo](#) [Golf](#) [Rugby](#) [Turf](#) [Boxeo](#) [MMA](#)

HALTEROFILIA • En Londres 2012 finalizó cuarta, pero la descalificación de sus tres rivales le dio el oro

Lydia Valentín carga contra el dopaje cinco años después de ser campeona olímpica

Cristina Casillas [Twitter](#) 03/08/2017 | 18:00 CEST [f](#) [t](#) [e](#)

1 [Comentar](#)



Lydia Valentín, campeona de Europa en 2017. / Twitter FEH

Cinco años después de lograr su primer oro olímpico, Lydia Valentín carga contra el dopaje: "Hoy hace cinco años que me convertí en campeona olímpica!! Pero CAMPEONA OLÍMPICA de verdad...no de las que se meten y se enchufan de todo para estar en lo más alto".

No es la primera vez que la tres veces campeona de Europa (2014, 2015 y 2017) trata el tema del dopaje en la halterofilia internacional. Pekín 2008 fue la primera ocasión que le llevó a colgarse un metal olímpico debido a un escándalo de dopaje. Tras finalizar como quinta, con una marca de 250kg (115 arrancada y 132 dos tiempos), la descalificación de la que fuera oro, la china Cao Lei (282 kg); la rusa y bronce, Nadezda Evstyukhina (264 kg) y la cuarta clasificada, la bielorrusa Iryna Kulesha (269kg), Lydia Valentín ascendió hasta la segunda posición, colgándose la plata, pero sin subir al podio.

9.3 Encuestas.

9.3.1 Cuestionario físico.

Me llamo Sandra Estévez Cervera y soy alumna de 4º Curso de Grado en Enfermería por la Universidad de La Laguna. Con el fin de realizar mi Proyecto de Fin de Grado, estoy realizando encuestas a los atletas canarios para conocer qué grado de conocimiento tienen sobre el dopaje en el deporte y sus efectos sobre la salud. La participación en la encuesta se hará de forma anónima y voluntaria, asegurando la confidencialidad de las respuestas (Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales). Una vez concluido el estudio, se les harán llegar los resultados.

Gracias por su colaboración.

A continuación, se exponen una serie de preguntas, que rogamos que conteste con la mayor sinceridad posible con el propósito de obtener un resultado válido en este proyecto.

A. **Datos sociodemográficos**

En algunos apartados como prueba practicada y nivel competitivo es posible marcar más de una casilla

- Edad: _____ (años)
- Sexo: Femenino () Masculino ()
- Isla donde está federado/a: _____
- Prueba practicada: Fondo () Velocidad () Lanzamientos () Saltos () Otros ()
- Nivel competitivo: Regional () Nacional () Internacional ()

B. **Conocimientos generales sobre el dopaje**

Indica marcando con una X la casilla correspondiente, según tu valoración, qué grado de conocimiento actual posees sobre las siguientes cuestiones, siguiendo esta referencia:

1 = Muy poco conocimiento	2 = Algún conocimiento	3 = Bastante conocimiento	4 = Mucho conocimiento
---------------------------	------------------------	---------------------------	------------------------

	1	2	3	4
1. Normativa antidopaje				
2. Infracciones antidopaje				
3. Lista de sustancias y métodos prohibidos				
4. Proceso de control del dopaje				
5. Riesgos del dopaje sobre la salud del deportista				
6. Riesgos del uso de medicamentos que puedan contener sustancias prohibidas				
7. Riesgos del uso de complementos nutricionales que puedan contener sustancias prohibidas				
8. Autorización de uso terapéutico				

C. Percepción personal frente al dopaje

Indica tu grado de conformidad con las siguientes afirmaciones marcando con una X la casilla correspondiente, siguiendo esta referencia:

1 = Totalmente en desacuerdo	2 = Bastante en desacuerdo	3 = Algo en desacuerdo	4 = Algo de acuerdo	5 = Bastante de acuerdo	6 = Totalmente de acuerdo
------------------------------	----------------------------	------------------------	---------------------	-------------------------	---------------------------

	1	2	3	4	5	6
1. El dopaje es necesario para ser competitivo						
2. Se exageran los riesgos relacionados con el dopaje						
3. En mi país, todavía no existe una cultura antidopaje muy extendida						
4. Los deportistas y personas de apoyo al deportista de mi país conocen lo suficiente sobre el dopaje						
5. Los deportistas no deberían sentirse culpables por saltarse las reglas						
6. Los deportistas son presionados para tomar fármacos que mejoran el rendimiento						
7. El deporte es la única alternativa profesional para los deportistas						
8. El dopaje es una parte inevitable del deporte competitivo						
9. Doparse no es hacer trampas, ya que la mayoría de los deportistas lo hace						
10. Sólo debería valorarse la calidad del rendimiento, no la manera en que los deportistas lo logren						
11. Mi posición como persona relacionada con el deporte es contraria al dopaje						

D. Conocimiento sobre sustancias y métodos prohibidos en el dopaje

Marque con una X la casilla que corresponda si cree que alguna de estas sustancias se encuentra en la Lista de Prohibiciones.

Salbutamol, formoterol (agonistas beta-2)	
Adrenalina, anfetamina (estimulantes)	
Alcohol (depresor del Sistema Nervioso Central)	
Bupivacaína, mepivacaína (anestésicos locales)	
Eritropoyetina (EPO), hormona del crecimiento (hormona peptídica)	
Morfina, metadona, oxicodona (narcóticos)	
Ibuprofeno, dexketoprofeno (analgésicos y antiinflamatorios no esteroideos)	
Androsterona, testosterona (agentes anabolizantes)	
Captoprilo, enalapril (antihipertensivos)	
Bisoprolol, carvedilol, labetalol (betabloqueantes)	

E. Repercusiones sobre la salud

Indica tu grado de conformidad con las siguientes afirmaciones marcando con una X la casilla correspondiente, siguiendo esta referencia:

1 = Totalmente en desacuerdo	2 = Bastante en desacuerdo	3 = Algo en desacuerdo	4 = Algo de acuerdo	5 = Bastante de acuerdo	6 = Totalmente de acuerdo
-------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------	----------------------------	--------------------------------	----------------------------------

	1	2	3	4	5	6
1. Tomar pequeñas cantidades de alguna sustancia durante largos periodos de tiempo no produce ningún efecto negativo.						
2. El desarrollo de tumores puede que esté relacionada con sustancias dopantes.						
3. La aparición de problemas cardiovasculares puede estar relacionada con el dopaje.						
4. Existen sustancias o métodos dopantes que no producen ningún tipo de efecto negativo.						
5. Algunas sustancias pueden producir masculinización en la mujer o feminización en el hombre.						
6. En general, la tensión arterial aumenta en las personas que se dopan.						
7. Daños en la vista como cataratas no pueden estar producidos por sustancias dopantes.						
8. La probabilidad de sufrir efectos secundarios de sustancias dopantes es muy baja.						
9. Las sustancias dopantes al cabo de un tiempo acaban produciendo dependencia.						
10. Enfermedades crónicas como la diabetes no puede desarrollarse a partir de sustancias dopantes.						

9.3.2 Enlace para cuestionario on-line.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScKS_1kEChZGU73M7rpr9B0i6aUnLvOANGQKHvtqmm8DXorg/viewform?usp=sf_link

9.4 Solicitud de permisos

El siguiente documento será una plantilla en la que se modificará el nombre de la institución a la que va dirigida la solicitud, con el fin de utilizar la misma carta para diferentes instituciones como la Consejería y Turismo, Cultura y Deporte de Canarias IDECO, OAD, etc.

Modelo de solicitud:

A _____ (institución a la que va dirigida) _____ :

Me llamo Sandra Estévez Cervera y soy alumna de 4º Curso de Grado en Enfermería por la Universidad de La Laguna. Me dirijo a ustedes con el fin de informarles acerca de mi Proyecto de Fin de Grado, que tiene como objetivo principal evaluar qué grado de conocimiento tienen sobre el dopaje en el deporte y sus efectos sobre la salud los atletas canarios, del mismo modo se determinará que sustancias dopantes conocen, se averiguará las motivaciones que podrían llevar a los deportistas a doparse y se identificarán áreas de información deficitarias de cada a implantar nuevos programas formativos.

La muestra de estudio estará compuesta por los atletas canarios que estén federados durante la temporada de 2018-2019 y que sean mayores de 18 años. Dicha evaluación se hará mediante un cuestionario integrado por cinco dimensiones cuya realización no implica más de 10 minutos.

Con el fin de llevarlo a cabo, solicito su consentimiento para poder realizar las encuestas necesarias para el Proyecto de Investigación. La participación será de forma voluntaria y anónima, así mismo los datos recogidos serán utilizados con fines científico para dicha Investigación cumpliendo con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

Agradeciendo de antemano su colaboración, quedo a su disposición para cualquier aclaración (alu0100954883@ull.edu.es).

En _____, a ___ de _____ de 2019

Atentamente,

Sandra Estévez Cervera.

9.5 Consentimiento informado

Participación en Proyecto de Investigación “Dopaje y Salud. Conocimientos entre los atletas canarios”.

Este proyecto pretende evaluar el nivel de conocimiento que poseen los atletas canarios acerca del dopaje y su repercusión en la salud, identificando qué áreas de información son deficitarias de cara a implantar futuros programas formativos/educativos para la prevención del dopaje.

La encuesta que se realiza recoge datos personales que serán únicamente utilizados con fines científicos relacionados con esta investigación. Así mismo, la participación es de forma voluntaria pudiendo dejar de participar en cualquier momento.

Se cumplirá con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, asegurando que los datos recogidos se incorporarán a una base de forma anónima

Agradecemos de antemano su colaboración.

D/D^a mayor de edad, con DNI he sido informado sobre los detalles del estudio, comprendiendo y aceptando la información recibida. Por ello, doy mi consentimiento para la utilización de mis respuestas en este Proyecto de Investigación.

Firma:

En _____, a ____ de _____ de 2019