Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 52 (1995)

Heft: 9

Artikel: La SFSM lancia una campagna informativa e di prevenzione : nuovi impulsi nella lotta al doping

Autor: Kamber, Matthias

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999457

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

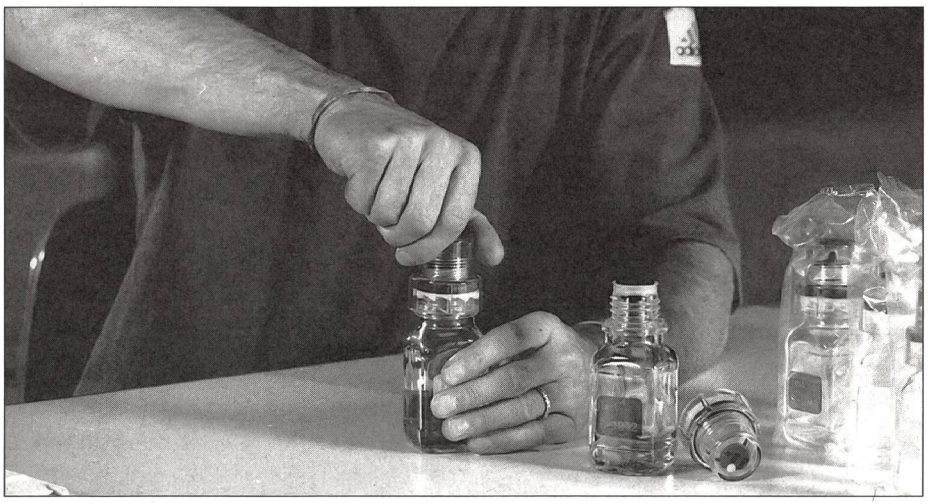
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La SFSM lancia una campagna informativa e di prevenzione

Nuovi impulsi nella lotta al doping

di Matthias Kamber
traduzione di Nicola Bignasca

Con la ratifica della Convenzione contro il doping del Consiglio d'Europa, la SFSM ha assunto, assieme all'Associazione svizzera dello sport (ASS), un ruolo attivo nella lotta al doping. Il dr. Matthias Kamber, responsabile della prevenzione del doping all'Istituto di scienza dello sport (ISS), presenta le dispense informative, che sono state realizzate sull'argomento, ed illustra i principi e il concetto che contraddistinguono questa campagna di prevenzione.



Flaconi sterili e imballati prima del controllo anti-doping.

Le cause dell'uso di sostanze, che aumentano la prestazione nello sport popolare e di alto livello, sono molteplici. Vi sono dei dati precisi che comprovano l'uso di queste sostanze stimolanti nelle diverse culture. Nell'antichità si fece persino ricorso ai testicoli di toro per migliorare le prestazioni sportive. E questo fu il primo caso di doping di cui disponiamo una prova documentata. Ma vi sono altri esempi: gli indiani dell'America del Sud mangiarono delle foglie di coca per calmare la fame durante i lunghi spostamenti; in Africa si fumano regolarmente delle foglie di Khat (cathinon) mentre in Cina le erbe di Ma Huang (efedrina) sono ormai diventate un medicinale tradizionale. Dopo la Seconda Guerra mondiale, l'anfetamina e i suoi derivati prodotti sinteticamente hanno invaso il mondo occidentale. In Svizzera attualmente mancano dei dati precisi sul consumo di sostanze dopanti nello sport popolare e di alto livello. Ciò nonostante si può ipotizzare che «il consumo di sostanze dopanti aumenta quanto più si mette l'accento sull'importanza del corpo e della prestazione nello sport»[1]. La figura 1 dimostra che non è possibile risolvere il problema del doping solo attraverso un'intensificazione dei controlli. Infatti, i controlli anti-doping vengono effettuati solamente da quelle federazioni sportive affiliate all'ASS e che sono dunque attive nello sport di competizione. Nello sport popolare non è possibile giuridicamente – e non ha persino senso – svolgere dei controlli anti-doping. In questo caso, l'accento deve essere messo sull'informazione e la prevenzione. Ma prima di lanciare una campagna preventiva, dapprima, bisogna conoscere le cause e i motivi che spingono gli sportivi a ricorrere al consumo di sostanze che aumentano la prestazione. E in questo ambito, purtroppo, mancano ancora dei dati precisi a livello scientifico che descrivono la portata del fenomeno nel nostro paese. Nella figura 2 vengono indicate alcune possibili cause. Il concetto di doping viene utilizzato per indicare l'uso di quelle sostanze e di quei metodi di doping che sono inclusi nella lista delle sostanze dopanti rilasciata dal Comita-

Motivi → / Fascia d'età ↓	Tempo libero Svago	Salute Equilibrio	Fitness Body-building	Prestazione soggettiva	Prestazione di punta assoluta
Bambini	☆	☆	☆	★	★
Giovani	☆	☆	★	★	★
Adulti	★	☆	★	★	★
Seniori	★	☆	★	★	★
Frequenza degli allenamenti	di tanto in tanto	1-3 volte alla settimana	2-5 volte alla settimana	3-5 volte alla settimana	ogni giorno
Numero di adepti		3'000'000 ca.		300'000 ca.	3'000 ca.

Figura 1: Possibile uso di sostanze dopanti nello sport (☆ molto probabilmente nessun uso; ★ uso probabile).

Abuso di medicamenti nello sport popolare	Doping nello sport di competizione
Deficit di informazioni su: – effetti principali e collaterali dei medicamenti; – principi dell'alimentazione; – principi dell'allenamento; – ...	*Deficit di informazioni su:* – principi dell'alimentazione; – principi dell'allenamento; – disposizioni, regolamenti; – effetti principali e collaterali dei medicamenti; – metodi di rigenerazione, ricupero attivo; – ...
Esasperazione dell'importanza del corpo: – body-building; – modello di bellezza.	*Esasperazione dell'importanza delle prestazioni:* – limiti, qualificazione; – concorrenza, media, culto della personalità; – premi, sponsors.
Obiettivi troppo elevati: – ambizione eccessiva; – mancanza di un adattamento alla propria capacità di prestazione effettiva (età, livello di allenamento).	*Frequenza delle competizioni:* – periodo di rigenerazione; – sovraccarico; – predisposizione agli infortuni.
Allenamento inadeguato: – allenamento insufficiente o sbagliato; – sovrallenamento.	*Allenamento e recupero:* – unità di allenamento troppo intensive; – sovrallenamento, infortuni cronici; – allenamento insufficiente o sbagliato.

Figura 2: Possibili cause dell'uso di sostanze dopanti nello sport.

to internazionale olimpico. Quindi, il concetto di doping vale soltanto per lo sport di competizione organizzato. Nello sport popolare si deve parlare invece di «abuso di medicamenti».

Quattro punti principali

I quattro punti principali, da cui prende lo spunto la campagna informativa e di prevenzione, sono lo Statuto sul doping dell'Associazione svizzera dello sport (ASS), la Convenzione contro il doping del Consiglio d'Europa, il 32° Simposio di Macolin sulla prevenzione del doping e la Commissione d'inchiesta sul doping.
Nell'articolo 3 dello Statuto sul doping del 1989 e 1994, alla Commissione per la lotta contro il doping vengono affidati dei compiti nell'ambito dell'informazione. Finora, per mancanza di fondi, ci si è limitati ad un'informazione capillare per gli sportivi, che vengono sottoposti al controllo doping, per i funzionari ed i responsabili del doping.

In Svizzera, la Convenzione contro il doping del Consiglio d'Europa è entrata in vigore il 1° gennaio 1993. In base a questa Convenzione, la Confederazione si assume la responsabilità della lotta contro il doping in collaborazione con l'ASS. L'ASS è così responsabile dello svolgimento dei controlli anti-doping e per questo riceve dalla Confederazione un contributo annuale di fr. 500'000.-. Inoltre, la Confederazione mette a disposizione dell'Istituto di scienza dello sport (ISS) della SFSM fr. 235'000.- per la realizzazione di progetti nell'ambito della promozione della salute e della prevenzione del doping.
Il gruppo che si occupa dell'applicazione della Convenzione contro il doping del Consiglio d'Europa ha proposto un concetto informativo ed educativo sul doping di tipo modulare («Euro-Pack: Guide to clean sport»). Il concetto è stato poi migliorato e perfezionato nel 1994 e 1995 dal gruppo di direzione con la collaborazione dell'Unione europea.
La Commissione d'inchiesta sul doping[2], nella sua risoluzione 7, afferma «che si dovrebbe elaborare un concetto informativo e preventivo che tenga conto di tutti i settori dello sport. In esso non si dovrebbe affrontare soltanto il problema del doping ma anche quello di uno stile di vita libero da tossicodipendenze e della scoperta delle proprie capacità e limiti». Questo compito è stato affidato alla SFSM.
Il 32° Simposio di Macolin ha affrontato il tema della prevenzione del doping. Al termine del dibattito si è arrivati alla conclusione che, nell'ambito della scuola e della formazione dei monitori G+S, la prevenzione contro il doping deve essere integrata in un progetto educativo di promozione della salute generale. Una campagna di prevenzione deve essere lanciata anche nell'ambito della formazione e perfezionamento degli allenatori, così come nel settore dello sport non organizzato mettendo l'accento soprattutto sulla prevenzione dell'abuso di medicamenti.

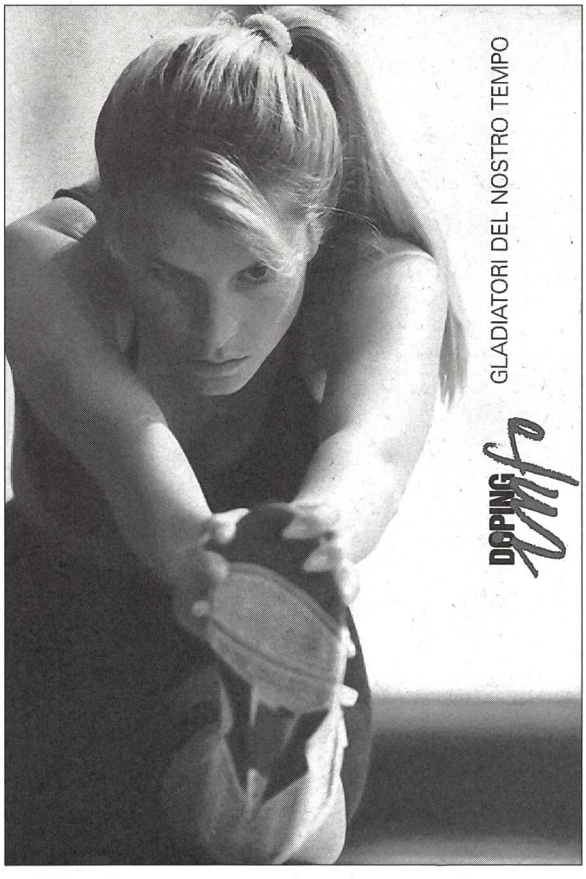
I principi della campagna informativa

Le varie modifiche apportate allo Statuto sul doping, l'introduzione di una nuova procedura di controllo e le richieste di una migliore informazione hanno reso necessaria l'elaborazione di nuove dispense informative uniformi. Si è deciso così di riprendere il concetto informativo di tipo modulare proposto a livello europeo («Euro-Pack») e di adattarlo alla realtà svizzera. Lo scopo era quello di proporre, in un primo tempo, un messaggio il più conciso possibile ad una vasta cerchia di persone. Questo concetto doveva essere realizzato con i mezzi finanziari che la Confederazione stanzia alla Scuola federale dello sport nel quadro degli impegni fissati dalla Convenzione del Consiglio d'Europa. A livello della realizzazione grafica si è tenuto conto dell'importanza dell'uniformità di tutti i documenti senza però rinunciare ad una diversificazione in base ai differenti gruppi di persone interessate. La scelta è così caduta su un logo molto conciso, facile da ricordare e comprensibile in tutte le lingue ufficiali. La scelta della copertina delle varie dispense è stata pre-

ceduta da discussioni animate: abbiamo voluto esprimere con essa l'idea della bellezza e gli aspetti positivi dello sport. Non volevamo pubblicare delle dispense, che già a prima vista avrebbero suscitato delle reazioni negative (p.es. titoli che contengono l'idea di «anti» o «contro»; oppure immagini di siringhe, teschi oppure pastiglie). La copertina da noi proposta, invece, dovrebbe suggerire l'idea di uno sport libero dal doping.

Nuove dispense informative

In collaborazione con la Commissione per la lotta contro il doping e con il patrocinio di «Sport Svizzera» sono stati realizzati tre documenti in lingua italiana, francese e tedesca.
Il primo consiste in un film dal titolo «I gladiatori del nostro tempo». Esso descrive le sostanze e i metodi di doping più importanti nello sport con i loro effetti principali e collaterali. Dopo un'introduzione storica e una carrellata schematica delle sostanze dopanti e dei loro effetti, esse vengono riprese e presentate nei dettagli nell'ordine cronologico della loro apparizione nello sport. Ogni capitolo viene introdotto da una scena interpretata da un attore. In seguito, la sostanza dopante viene descritta nei dettagli con un riferimento particolare al tipo di applicazione (nello sport ma, in parte, anche in altri settori) e agli effetti principali e collaterali. Il film non vuole presentare il doping come un problema specifico dello sport di alto livello, ma come una mentalità e una tendenza di tutta la nostra società. Così, le ultime sequenze sottolineano la bellezza e le soddisfazioni che lo sport può dare anche senza il doping. La dispensa, che accompagna il film, ne riassume il contenuto che per certi versi è molto denso ed impegnativo. Il film e la dispensa si indirizzano agli allievi delle scuole medie superiori, agli sportivi e agli addetti ai lavori come gli allenatori, i medici e i funzionari, e dovrebbero fornire lo spunto per iniziare delle riflessioni e discussioni ponderate sul doping. Il film può essere richiesto in prestito od acquistato presso la Mediateca della SFSM; la dispensa può essere ottenuta gratuitamente.
Il vademecum «Il doping: questo sconosciuto!» si indirizza a tutti gli sportivi ed a coloro che si interessano di sport. Esso può essere ugualmente ottenuto gratuitamente. Nella prima parte vengono affrontate delle questioni di carattere generale; nella seconda, stampata su carta leggermente grigia, vengono presentati le classi di sostanze dopanti ed i metodi di doping proibiti; nell'ultima parte vengono ricostruite passo per passo tutte le tappe del controllo anti-doping.
Lo schedario «Doping? Controllo anti-doping!», invece, è stato redatto per quegli sportivi che devono sottoporsi a dei controlli anti-doping. È composto da 20 schede plastificate di piccolo formato e quindi può essere sempre portato con sé. Le pagine A «Doping?» contengono delle informazioni generali sulle regole del doping e la lista dei medicamenti ai quali si può fare ricorso in caso di malattie banali. Le pagine B «Controllo anti-doping!» presentano la lista delle sostanze dopanti e lo svolgimento delle 12 fasi di un controllo anti-doping. Gli atleti d'élite ricevono lo schedario gratuitamente tramite il CNSE o il responsabile del settore doping della rispettiva federazione.



I principi della campagna di prevenzione

Una prevenzione efficace presuppone un'azione coordinata su tre livelli: dapprima una sensibilizzazione ed un'ampia informazione, poi un approfondimento finalizzato ed infine un'ulteriore campagna specifica per i gruppi a rischio. Con la pubblicazione delle dispense informative sul doping abbiamo raggiunto dei buoni risultati sul primo livello; anche l'approfondimento mirato per quei gruppi principali come gli allenatori, i monitori, i medici ed i farmacisti viene fatto in modo capillare attraverso delle conferenze, corsi di perfezionamento e discussioni. Invece, fino a poco tempo fa mancavano ancora dei dati e delle conoscenze sicure sull'ampiezza del problema presso i giovani, che secondo la SFSM rappresentano il gruppo a rischio più importante. Di conseguenza non era neanche possibile elaborare uno strumento che permettesse di raggiungere in modo finalizzato ed efficace questo gruppo. Anche la campagna di prevenzione presso i gruppi a rischio nel settore del fitness e del body building è ancora insufficiente in quanto non si dispongono ancora di conoscenze sull'ampiezza del problema e sui motivi che spingono ad un abuso di medicamenti.
Negli ultimi anni, nell'America del Nord, sono state effettuate numerose richerche sul consumo di sostanze dopanti tra i giovani. Un dato comune a tutti gli studi è che la percentuale di giovani che fa uso di sostanze dopanti si aggira attorno al 3–7%, l'età media in cui si inizia a consumare queste sostanze è inferiore ai 15 anni ed i ragazzi fanno ricorso agli anaboliz-

zanti molto di più che le ragazze. I motivi che inducono a consumare delle sostanze dopanti sono l'aumento delle prestazioni sportive (nell'America del Nord i campionati scolastici hanno una grande importanza) e il desiderio di migliorare l'aspetto fisico con un aumento della massa muscolare. Alcuni studi hanno indicato l'esistenza di una correlazione tra il consumo di anabolizzanti e l'attività di body-building oppure il consumo di altre droghe (haschish, cocaina, alcool, nicotina). Gli studi sin qui svolti in Europa hanno dimostrato che nel nostro continente i giovani che consumano anabolizzanti si aggirano attorno all'1%.

I giovani e il doping

Prendendo lo spunto da un'inchiesta svolta presso i giovani in età scolare dal Canadian Centre for Drug-free Sport (CCDS), l'ISS ha iniziato una grande ricerca sul consumo di sostanze dopanti tra gli allievi dagli 11 ai 16 anni: nell'ambito di uno studio finalizzato all'analisi del comportamento nei confronti della propria salute, l'Istituto svizzero di prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie (ISPA) ha interrogato più di 5'500 allieve ed allievi sulle loro conoscenze e il consumo di sostanze dopanti[3]. Il 33,9% degli interrogati crede nell'effetto del doping, il 35,9% invece no, mentre l'11,9% non conosce nessun effetto e il 17,2% non conosce nessuna sostanza dopante. Il 33,9% degli allievi crede nell'effetto del doping, il 35,5% invece no; l'11,9% non conosce nessun effetto e il 17,2% nessuna sostanza dopante. Le conoscenze degli effetti principali delle sostanze dopanti ed in particolare degli anabolizzanti – come p. es. l'aumento delle prestazioni – dipendono dall'età (a partire dai 14 anni), dall'attività sportiva (intensa attività sportiva extrascolastica) e dal sesso (i ragazzi credono molto di più delle ragazze ad un aumento delle prestazioni tramite il doping). Alla domanda concernente le proprie conoscenze sugli anabolizzanti, soltanto il 10% degli allievi ha dato una risposta. Pertanto, soltanto una minima parte di allievi dispone di informazioni corrette e concrete sugli anabolizzanti. Le ragazze, in particolare, credono che gli anabolizzanti sono dei medicamenti e, in parte, li confondono con la pillola. Questo dettaglio indica che il livello delle domande poste dall'inchiesta è assai elevato e svela i limiti delle conoscenze delle allieve e degli allievi; quindi i risultati devono essere interpretati con prudenza.

Ciò che più preoccupa è il fatto che il doping è un fenomeno sconosciuto anche per quegli allievi che praticano un'attività sportiva extrascolastica. L'inchiesta ha voluto appurare anche le conoscenze degli allievi sui preparati di proteine. Sorprendentemente, il 44% crede nell'effetto positivo delle proteine sulla prestazione sportiva. Si può ipotizzare che i motivi che spingono i giovani a consumare questi additivi proteici sono analoghi a quelli per le sostanze anabolizzanti e quindi: aumento della forza e massa muscolare, motivi narcisistici.

La domanda sul consumo di sostanze dopanti negli ultimi 12 mesi ha fornito i risultati seguenti: gli stimolanti vengono consumati dal 2% delle allieve e dal 4,6% degli allievi. Il consumo aumenta proporzionalmente all'età e all'attività sportiva. Gli allievi svizzero-tedeschi (6,9%) fanno maggiormente uso di sostanze dopanti rispetto ai loro compagni della Svizzera romanda (2,4%) e italiana (1,2%). Queste differenze regionali non sono però significative e pertanto devono essere intese soltanto come delle tendenze.

A metodi di doping ricorrono lo 0,9% delle allieve ed il 2,3% degli allievi. Anche in questo caso il consumo aumenta con l'età. Tendenzialmente, il consumo aumenta anche con l'attività sportiva, ma bisogna sottolineare il fatto che anche l'1,2% degli allievi non sportivi fa ricorso a metodi di doping. A livello regionale non vi sono delle differenze significative.

Gli anabolizzanti vengono consumati dallo 0,2% delle allieve e dall'1,7% degli allievi. Anche in questo caso il consumo aumenta con l'età (dall'1,1% all'1,6% tra gli 11 ed i 16 anni). Le cifre sono però piccole e devono essere interpretate con estrema prudenza. Inoltre la percentuale di allievi che fa uso di anabolizzanti varia a seconda della frequenza dell'attività sportiva: attività sportiva giornaliera (1,7%), settimanale

Protocollo del prelievo. L'identità resta segreta. Il formulario viene compilato in presenza dello sportivo che poi lo sottoscrive.

(0,4%), mensile (2,2%), nessuna attività sportiva (1,2%). Ciò lascia supporre che il motivo del consumo di anabolizzanti non è soltanto il miglioramento delle prestazioni sportive, ma anche l'aumento della massa muscolare e motivi narcisistici.
Siccome i dati raccolti sono relativamente poco significativi a livello statistico, si è pensato di tenere in considerazione anche il consumo di concentrati di proteine e questo in considerazione del fatto che la volontà di aumentare la massa muscolare e migliorare le prestazioni sportive può essere realizzata sia con l'uso di anabolizzanti che con i concentrati di proteine. L'11% delle allieve e l'11,7% degli allievi dichiarano di consumare dei concentrati di proteine. Così come il consumo di anabolizzanti, anche quello delle proteine dipende dal tipo di attività sportiva: ne fanno uso il 13,1% degli sportivi, che praticano un'attività giornaliera, il 9,1% di quelli che praticano sport una volta alla settimanale e il 9,5% di coloro che non fanno dello sport. È probabile che, oltre alla prestazione sportiva, vi sono altri fattori non collegati allo sport – come p. es. un comportamento narcisista – che influiscono sul consumo di proteine ed anabolizzanti fra i giovani.

Gli adulti e il doping

Un'altra ricerca condotta dall'Istituto di medicina sociale e preventiva dell'Università di Zurigo ha permesso di raccogliere dei dati statisticamente più sicuri[4]. Nel 1993, nell'ambito di uno studio finanziato dal Fondo nazionale per la ricerca, sono stati interrogati circa 16'000 reclute e un campione di circa 3'700 donne e 1'000 uomini della stessa età con relativa dispensa dal servizio militare e provenienti da alcuni comuni del canton Berna. Tema dell'inchiesta era il consumo di anabolizzanti durante i 12 mesi precedenti. L'inchiesta ha dato i risultati seguenti: i consumatori di anabolizzanti sono l'1,8% delle reclute, l'1,0% degli uomini dispensati dal servizio militare e lo 0,3% delle donne. La probabilità che gli uomini consumano anabolizzanti è 5,5 volte maggiore che tra le donne. Tra le reclute si è potuto appurare una correlazione molto significativa tra il consumo di sostanze dopanti e i seguenti fattori:
- *stato di salute:* le reclute, che non sono in buona salute, consumano 5 volte di più sostanze dopanti;
- *consumo di compresse vitaminiche:* le reclute, che fanno grande uso di vitamine, consumano 4 volte di più sostanze dopanti;
- *atteggiamento nei confronti della propria salute:* le reclute, che fanno grande uso di tabacco ed alcol, consumano 4 volte di più sostanze dopanti;
- *sport di competizione:* gli atleti consumano 2 volte di più sostanze dopanti. Non c'è invece correlazione tra la frequenza e l'intensità dell'attività sportiva e il consumo di sostanze dopanti.

Un settore che non è ancora stato analizzato a livello scientifico è quello del fitness e del body-building. Infatti mancano ancora dei dati sicuri sull'uso di anabolizzanti ed ormoni di crescita. I dati raccolti tramite questionari non danno dei risultati molto affidabili. D'altro canto, i mass-media forniscono un quadro pessimista. Per questo motivo, l'ISS, in collaborazione con l'ISPA di Losanna, ha lanciato un progetto pilota finalizzato alla raccolta di dati più sicuri. I risultati saranno disponibili alla fine dell'anno. Soltanto a questo punto sarà possibile prendere dei provvedimenti finalizzati.

Prospettive

Le ricerche sul problema del doping fra gli allievi, i giovani e gli adulti di entrambi i sessi indicano che in Svizzera il fenomeno non è così grave come negli Stati Uniti, là dove i consumatori di sostanze anabolizzanti raggiungono il 5% della popolazione. Ciò nonostante, il problema sussiste anche in Svizzera soprattutto tra i ragazzi a partire dai 14 anni. L'informazione e la prevenzione devono prendere lo spunto da questi dati ed essere finalizzate ai bisogni dei differenti gruppi. Le nuove dispense e la campagna informativa, che intendiamo proporre in futuro utilizzando sempre lo stesso logo, dovrebbero permetterci di attuare una politica informativa mirata, adattata alla situazione e facilmente riconoscibile. La campagna verrà costantemente sottoposta ad un'attenta valutazione; anche le dispense informative verranno adattate ai bisogni e, se necessario, verranno completate. A questo proposito, attualmente, stiamo elaborando un nuovo pacchetto informativo che potrà servire da compendio al film e al relativo fascicolo per un approfondimento della materia. L'obiettivo di questo pacchetto informativo è di aiutare il giovane a scoprire in modo autonomo le relazioni che sussistono tra il doping nello sport e la mentalità del doping nella vita quotidiana. Però, siamo coscienti che tutte queste informazioni non potranno cambiare, da sole, il proprio atteggiamento nei confronti dei valori dello sport. È auspicabile, però, che, a lunga scadenza, questa campagna riesca a creare un nuovo comportamento nello sport. Ad esempio, si può immaginare che le idee sui valori intrinsechi dello sport vengano integrate nelle azioni per una promozione della salute tramite il moto e lo sport o in altre azioni analoghe alla campagna «Spirit of Sport»[5]. ■

[1] cfr. Kamber M. (Ed.): Prévention du dopage, 32ème Symposium de Macolin, 1993, pag. 108.

[2] Consiglio d'Europa, Convenzione contro il doping, «Education» Working Party of the Monitoring Group (1993c): 3° Meeting ad hoc, 4 settembre 1993 (doc. T-Do 93). Il gruppo di direzione era composto da rappresentanti dell'Austria, Olanda, Svizzera, del Consiglio d'Europa e dell'Unione europea.

[3] Le Gauffey Y., Nocelli L., François Y.: Inchiesta epidemiologica sulla salute degli allievi svizzeri, 1994, Istituto svizzero per la prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie, Losanna (risultati non pubblicati).

[4] Hättich A., Widler H., ed altri: Rekrutenbefragung 1993, Istituto di medicina sociale e preventiva dell'Università di Zurigo (risultati non pubblicati).

[5] La campagna «Spirit of Sport» è stata lanciata dopo che si è constatato che i giovani tra i 13 e i 14 anni modificano in modo determinante il loro atteggiamento nei confronti dello sport. Infatti, molti giovani in questa fascia d'età decidono di smettere di praticare dello sport (drop outs). Inoltre, in questa fase, i valori dello sport per i giovani passano da valutazioni interne (come gioia, divertimento, riuscire a raggiungere un obiettivo) a valutazioni esterne (come vincere ad ogni costo, prediligere gli aspetti finanziari e mediatici). La campagna si prefissa di ripristinare tra i giovani i valori intrinsechi dello sport e di favorire delle prestazioni senza doping.