

راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری و مقابله با مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش

فرزانه رضائیان^۱، محمدرضا اسماعیلزاده قندهاری^{۲*}، حسن فهیم دوین^۳

چکیده

زمینه و اهداف: مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش یکی از مسائل بحرانی و نگران کننده در جامعه است لذا پژوهش حاضر با هدف شناسایی راهبردهای پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش انجام شد.

روش بررسی: ماهیت تحقیق به صورت کیفی و مشارکت کنندگان، کلیه افراد آشنا با داروهای غیرمجاز مانند مربیان، ورزشکاران، صاحبان باشگاهها، پزشکان، بازاریابان، روزنامه نگاران، اساتید دانشگاه بودند که به صورت گلوله برفی تا حد اشباع نظری به تعداد ۱۸ نفر انتخاب شدند. این تحقیق با استفاده از روش داده بنیاد (سبک گلایزر) انجام گردید. در این روش، داده‌ها از طریق مصاحبه ساختار نیافته با افراد متخصص و مطلع در زمینه ورزش و سلامت، مصرف کنندگان داروهای غیرمجاز و بررسی اسناد و مدارک مرتبط جمع آوری شد. سپس داده‌ها با استفاده از روش کدگذاری (باز، محوری و نهایی) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. تمامی مراحل در محیط نرم افزار مکس کیودا نسخه ۲۰۱۸ انجام گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان داد: دانش روز، مشارکت اجتماعی، سازمان‌های مردم‌نهاد، گفتمان اجتماعی، مهارت‌های زندگی، سبک زندگی سالم، سیاست‌های رسانه‌ای، هم‌افزایی بین دستگاه‌ها، کنشگران اجتماعی، آموزش از سنین پایین، برنامه‌های جایگزین، خدمات مشاوره، دسترسی آسان، متغیرهای جمعیت شناختی، تفاوت‌های فردی، دوستان و همسالان، هویت‌یابی و آموزه‌های کتب درسی همگی می‌توانند در پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش مؤثر باشند.

بحث: نتیجه به‌کارگیری سیاست‌های مناسب از طرف سازمان‌های دولتی و غیردولتی، خانواده‌ها و سایر بخش‌های جامعه در زمینه پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش می‌تواند در توسعه سلامت عمومی نقش مهمی بازی کند.

کلمات کلیدی: پیشگیری، داروی غیرمجاز، راهبرد سلامت، ورزش.

۱. گروه تربیت بدنی، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران. email 0942447859@iau.ir

۲. نویسنده مسئول گروه تربیت بدنی، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران. 0931464161@iau.ir

۳. گروه تربیت بدنی، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران. fahim.sport@iau.ac.ir

مقدمه

امروزه ورزش به‌عنوان یک پایه بین‌المللی در سراسر جهان مطرح است. از طرفی سوءمصرف داروها و مکمل‌ها در ورزش یکی از معضلاتی است که جوامع کنونی با آن روبرو هستند. در چند دهه اخیر توجه زیاد مسئولین، مربیان و ورزشکاران به نتایج رقابت‌های ورزشی و مسائل حاشیه‌ای باعث شیوع اختلالات تغذیه‌ای، عادات مصرف مواد نیروزا در بین جوانان و نوجوانان گردیده است. فشارهای جانبی بر ورزشکاران باعث می‌شود که آن‌ها در جستجوی برتری‌های فیزیولوژیکی، تغذیه‌ای و روانی باشند. از این‌رو گرایش به پدیده‌ای به نام دوپینگ (زورافزایی) در سطح جوامع ورزشی به وجود آمده است که سالانه هزینه گزافی در حد میلیون دلار به‌منظور پاک نگهداشتن ورزش از مصرف نابجای این فرآورده‌ها و کنترل دوپینگ پرداخت می‌گردد. متأسفانه نتایج حاصل از تحقیقات متعدد در زمینه شیوع مصرف مواد نیروزا در کشور ما از سال ۱۳۸۳ نشان می‌دهد استفاده از داروها و مکمل‌های ممنوعه در کشور ما نیز با شیوع بالا به میزان ۳۲ تا ۸۶ درصد گزارش شده است (۱). تحقیقات نشان می‌دهند، مصرف انواع مکمل‌های غذایی، فرآورده‌هایی که در کنار ورزش به‌منظور افزایش قدرت بدنی و کارایی مورد استفاده قرار می‌گیرند، نیز در سراسر دنیا به‌صورت چشمگیری در حال افزایش است که شامل ترکیباتی همچون ویتامین‌های روزانه، مکمل‌های گیاهی و مکمل‌های افزایش‌دهنده عملکرد است. اگرچه مصرف برخی از مکمل‌ها همچون کراتین و مکمل‌های پروتئینی در تحقیقات مختلف بدون ضرر نشان داده شده است و بسیاری از سیاست‌های جهانی بر روی کاهش مصرف داروها و جایگزینی مکمل‌های بی‌ضرر تأکید نموده‌اند اما باید توجه نمود بسیاری محققین نیز نشان داده‌اند که در ساخت این مکمل‌ها نیز به دلیل عدم کنترل کیفیت صحیح آن‌ها از سوی مسئولین مربوطه و آزاد بودن صنعت ساخت و تولید مکمل‌ها در آمریکا،

فرزانه رضائیان و همکاران

جهت افزایش میزان کارایی آن‌ها از مواد دارویی و عمدتاً استروئیدها استفاده می‌شود. وجود استروئید در این مکمل‌ها علاوه بر ایجاد عوارض جانبی گاهی اوقات باعث مثبت شدن آزمون دوپینگ ورزشکاران در مسابقات بین‌المللی می‌شود (۲). از طرف دیگر روند رو به رشد بازاریابی آنلاین و افزایش صنعت تجارت الکترونیک فرصت‌های زیادی را برای رشد بازار داروهای غیرمجاز در ورزش و مکمل‌ها ایجاد می‌کند. محبوبیت مکمل‌های غذایی در ایالات متحده بسیار افزایش یافته است، به‌طوری‌که مکمل‌هایی که برای عملکرد ورزشی و ریکاوری استفاده می‌شوند، سریع‌ترین گروه مکمل‌های در حال رشد هستند. بر اساس آمار، فروش صنعت مکمل‌های غذایی در سال ۲۰۱۱، ۳۰ میلیارد دلار بوده است که از این مبلغ، ۲۱.۴ میلیارد دلار مربوط به فروش مکمل‌های ورزشی بوده است. فروش مکمل‌های ورزشی از سال ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۱ بیش از دو برابر سریع‌تر از فروش سایر مکمل‌ها رشد داشته است (۳). در حال حاضر ورزش یکی از راهکارهای مؤثر در رشد اقتصادی بوده و یکی از درآمدزاترین صنایع جهان است که در بخش‌های مختلف از جمله مسابقات ورزشی، بازی‌ها، تجهیزات ورزشی، داروها و مکمل‌های ورزشی، بلیت‌فروشی ورزشی و ... دارای درآمدزایی بسیاری برای صاحبان این صنعت است. توجه به نتایج رقابت‌های ورزشی باعث شده است تا ورزشکاران، مربیان و مدیران ورزشی سعی در به‌کارگیری شیوه‌های کمکی برای بهبود عملکرد ورزشی ورزشکاران نمایند. یکی از شیوه‌هایی که در سال‌های اخیر توجه این افراد را به خود جلب نموده، استفاده از مواد نیروزا در ورزش است. این مواد در قالب صنعت تغذیه صنعت دارای چرخه مالی بسیار بزرگی است به‌طوری‌که به گزارش بورک^۱ در سال ۲۰۱۹ این صنعت دارای گردش مالی ۱۱/۶ بیلیون دلاری بوده است و تا سال ۲۰۲۵ به ۲۴/۴ بیلیون دلار خواهد رسید. مطالعات انجام‌شده در این زمینه مواد نیروزا

را در دو دسته مکمل‌های غذایی و داروها قرار داده‌اند. به عقیده متخصصان این حوزه، مصرف مکمل‌های غذایی مقدمه‌ای برای مصرف داروهای دوپینگی است. از این رو، محققان و متخصصان حتی در مورد مصرف مکمل‌های غذایی در ورزشکاران نیز حساس هستند (۴). تبلیغات گوناگون رسانه‌ها مبنی بر اینکه بدن ایده آل برای مردان، بدن‌های عضلانی است، باعث می‌شود تا نارضایتی از تیپ بدنی در بین آن‌ها افزایش پیدا کند و این موضوع باعث افزایش مصرف مواد نیروزا در بین آن‌ها می‌شود. نارضایتی از تیپ بدنی و تمایل به تغییر آن یکی از عوامل مهم در مصرف داروهای دوپینگی است که اغلب هدف از مصرف آن‌ها افزایش توده عضلانی و بهبود شکل ظاهری بدن است (۵). البته تحقیقات متعدد عوارض جانبی مصرف این مواد را به اثبات رسانده است. بسیاری از ورزشکاران بر این باورند که مصرف برخی داروها و یا مکمل‌ها هیچ‌گونه عوارضی را در بر نخواهد داشت. گرچه مصرف ویتامین‌ها، مواد معدنی، پروتئین‌ها و ... به شکل خالص و در کوتاه‌مدت عوارض جدی را در بر ندارد، اما باید به این نکته توجه نمود که سلامت این مکمل‌ها از سوی هیچ سازمان معتبری تأیید نشده است. بر اساس برخی از مطالعات، بیش از ۸۵ درصد از ورزشکاران نیمه‌حرفه‌ای مکمل‌ها و داروهای استروئیدی استفاده می‌کنند؛ البته این تنها ورزشکاران حرفه‌ای نیستند که از مواد نیروزا به‌منظور افزایش عملکرد استفاده کرده، بلکه ورزشکاران تفریحی و غیر ورزشکاران و حتی دانش آموزان نیز از این مواد استفاده می‌کنند. آمارها نشان می‌دهند، مصرف مواد نیروزای ورزشی سیر صعودی و روبه‌رشدی را دنبال می‌کند. این امر باعث شده است تا متخصصان سلامت و ورزش بررسی عمیق‌تری درباره مصرف این داروها کنند و به دنبال راهکارهایی برای کاهش مصرف این مواد در باشگاه‌های ورزشی باشند (۶). نتایج تحقیقات نشان داده جو حاکم بر مصرف این مواد در بین جوانان و ورزشکاران ایرانی بسیار زیاد

است همچنین با توجه به اثبات قطعی و بی‌قید و شرط عوارض بسیار خطرناک داروها به‌ویژه دسته استروئیدهای آنابولیک، هورمون رشد و داروهای محرک، همچنین وابستگی جسمانی و روانی مصرف سوء این‌گونه مواد و از طرف دیگر، رفتار دور از اخلاق و روح ورزش به‌ویژه در جوانان و مشکلات اجتماعی ناشی از آن، بسیار معقولانه و ضروری به نظر می‌رسد که برنامه‌های پیشگیری از مصرف این‌گونه مواد در دستور کار قرار گیرد. لذا تحقیق حاضر سعی دارد تا با شناسایی عوامل مؤثر در پیشگیری از مصرف مواد (داروهای) غیرمجاز در ورزش به این سؤال پاسخ دهد که چه راهبردهایی برای توسعه سلامت افراد از این طریق وجود دارد؟

روش:

روش تحقیق حاضر، کیفی و با رویکرد اکتشافی و استراتژی پژوهش برمبنای داده بنیاد (گلازر) انجام گرفت. پژوهش بنیادی در جستجوی کشف حقایق و واقعیت‌ها و شناخت پدیده‌ها و اشیاء بوده که مرزهای دانش عمومی بشر را توسعه می‌دهد و قوانین علمی را کشف نموده و به تبیین ویژگی‌ها و صفات یک واقعیت می‌پردازد که در سه مرحله مطالعات مقدماتی (انتخاب مسئله پژوهش و بیان سؤال پژوهش)، مطالعات اصلی (گردآوری داده‌ها از طریق گفتگو، مشاهده، مصاحبه، گزارش‌های عمومی، یادداشت‌های روزانه پاسخ‌دهندگان) و اقدامات تکمیلی (تحلیل، انتخاب و پیوند بین مفاهیم نظری و مستخرج از داده‌ها که به کدگذاری موسوم است) طبقه‌بندی می‌شود.

جامعه هدف این پژوهش را کلیه افراد با معیار داشتن: تجربه و آگاهی نسبت به مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش مانند مربیان، ورزشکاران، صاحبان باشگاه‌ها، پزشکان، بازاریان، روزنامه‌نگاران، اساتید دانشگاه و ... که انتظار می‌رفت از فرآیند تولید، توزیع و مصرف آن اطلاع داشتند را شامل می‌شد. روش نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند به‌طوری‌که برخی از

راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری و مقابله با ...

جهت روند تائید پذیری). در ادامه به منظور افزایش اطمینان از کیفیت و دقت کدگذاری انجام شده از روش توافق بین دو کدگذار بر اساس ضریب کاپا استفاده گردید که در محدوده قابل قبول ۰/۸ و بیانگر توافق میان کدگذاران بود. در بخش تحلیل، ابتدا با تفکیک متن مصاحبه به عناصر دارای پیام در داخل خطوط یا پاراگراف‌ها، تلاش شد تا کدهای باز (مفاهیم) استخراج شوند. در مرحله بعدی، آن مفاهیم در قالب مقوله‌های بزرگ‌تری ایجاد و بعداً این مرحله سعی شد که مقولات نیز در قالب دسته‌های بزرگ مفهومی طبقه‌بندی شوند. نهایتاً داده‌ها با استفاده از کدگذاری باز، محوری و نهایی و از طریق تنظیم نمودارهای درختی نشانه‌گذاری و تجزیه و تحلیل شد. تمامی مراحل در محیط نرم‌افزار مکس کیو دی ای نسخه ۲۰۱۸ انجام گرفت.

یافته‌ها:

برای تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده از مصاحبه، از روش کدگذاری باز، محوری و گزینشی استفاده گردید. در این روش پس از گردآوری داده‌ها و تنظیم آن‌ها به صورت نوشتاری (پایاده‌سازی متن مصاحبه بر روی کاغذ)، بخش‌هایی از متن‌های نوشتاری مثل عبارت و یا جمله انتخاب و به آن‌ها برچسب کد باز تخصیص داده شد. (جدول ۱)

جدول ۱- خلاصه کدگذاری بررسی عوامل مؤثر بر پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش

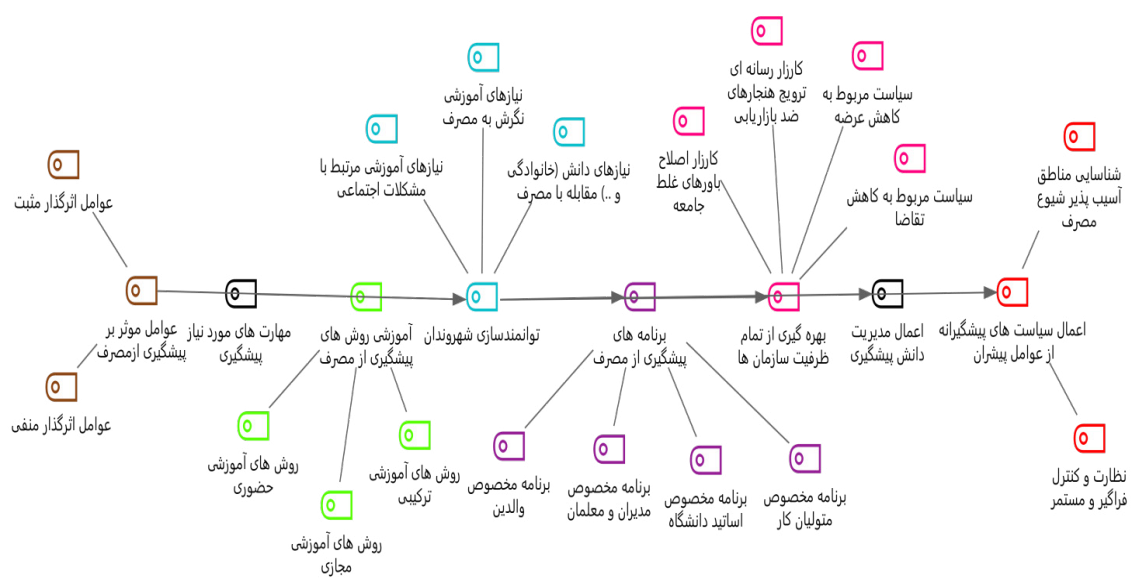
واحد معنای	کدگذاری باز	مقوله	سازه
با توجه به پیشرفت فناوری، نوع فعالیت‌های غیرمجاز هم تغییر کرده و امروزه تخلفات زیادی در شبکه‌های مجازی صورت می‌گیرد و لازمه جلوگیری از وقوع این چنین فعالیت‌هایی، به کارگیری دانش است	دانش روز دنیا	عوامل اثرگذار مثبت	عوامل مؤثر بر پیشگیری
مردم از راه‌های مختلفی همچون حضور پررنگ در نهاد خانواده، تربیت و کنترل فرزندان، اطلاع‌رسانی به نیروهای دولتی و تشکل‌های گروهی جلوگیری از مصرف دارو می‌توانند به پیشگیری آن کمک کنند.	مشارکت اجتماعی		

فرزانه رضائیان و همکاران

تشکل‌های محلی را به‌گونه‌ای توانمند سازند تا امور مربوط به جامعه خویش را سازمان‌دهی کنند.	سازمان‌های مردم‌نهاد
در جوامع مختلف ثابت‌شده که نگاه گفتمان‌های پزشکی و قضایی برای رفع یا کاهش مصرف دارو کافی نبوده است، بر این اساس گفتمان‌های اجتماعی شکل گرفته‌اند.	گفتمان اجتماعی قبح مصرف دارو
کسب مجموعه‌ای از توانائی‌ها، زمینه‌ای از سازگاری و رفتار مثبت و مفید را برای انسان‌ها فراهم می‌کند که باعث بقاء نسل وی در طی تاریخ و پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی گردد	مهارت‌های زندگی
آدم‌هایی که معیار عادات سالم را داشتند، به طرز چشمگیری در مقایسه با آن‌هایی که هیچ‌یک از این معیارها را رعایت نکرده بودند، طول عمر بیش‌تری داشتند.	سبک زندگی سالم
رسانه‌ها از طریق برجسته‌سازی و اولویت‌دهی به مسائل و... بر رفتار مصرفی مردم و سبک زندگی و نهادینه کردن برندهای مختلف در جامعه نقش مهمی دارند.	سیاست‌های رسانه‌ای
برای دستیابی به هم‌افزایی فرهنگی باید شرایطی همچون اهداف فرهنگی، ارتباطات خوب میان فرهنگی، اعتماد فرهنگی متقابل، مهارت در مذاکره و گفت‌وگو، رهبری اثربخش، هوش و خلاقیت فرهنگی، مهارت‌های مرتبط مدیریتی و فضای حمایتی مناسب فراهم گردد.	هم‌افزایی بین دستگاه‌ها
فعالان عرصه ارتباطات چه در کسوت مسئولان و کارشناسان روابط عمومی و چه در جایگاه فعالان فرهنگی و رسانه‌ای به‌عنوان کنشگران ارتباطی و فرهنگی نقش بی‌بدیلی در انتقال معانی و مفاهیم به جامعه هدف بازی می‌کنند.	کنشگران اجتماعی
آموزش زودهنگام به کودکان، طرحی است که موردتوجه سازمان‌های بزرگ جهانی همچون یونیسف و یونسکو است و آن را یک عامل تأثیرگذار در رشد و پرورش کودکان و در نهایت جامعه می‌دانند.	آموزش از سنین پایین (دوران کودکی و ...)
افزایش آگاهی و آموزش افراد در مورد عوارض و خطرهای مصرف و تقویت فعالیت‌های جایگزین برای ارضای نیازهای روانی و اجتماعی نوجوانان و جوانان می‌تواند نقش مؤثری را در پیشگیری از مصرف دارو داشته باشد.	برنامه‌های جایگزین
در خانواده‌های امروزی ارتباط‌ها کمتر است و گاهی اوقات به دلیل زندگی افراد در شهرهای دور دست و دور از هم می‌طلبند که خانواده برای حل مسائل و مشکلات از خدمات مشاوره‌ای بهره‌برند.	خدمات مشاوره
چالش سهولت دسترسی به دارو موضوعی است که کارشناسان در لابه‌لای حرف‌هایشان دائم نسبت به آن هشدار می‌دهند.	دسترسی آسان عوامل اثرگذار منفی

راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری و مقابله با ...

متغیرهای جمعیت شناختی	بیشترین فراوانی افرادی که سوءمصرف دارویی دارند در گروه سنی ۲۰-۳۵ سال است. ۶۰-۷۰ درصد افراد را بی‌سوادان و کم‌سودان تشکیل می‌دهد.
تفاوت‌های فردی	تفاوت‌های فردی می‌تواند به شکل تفاوت‌هایی ظریف در رفتار برخی افراد با افراد متعارف ظاهر شود.
دوستان و همسالان	نوجوانان و جوانان معمولاً تحت تأثیر اعمال، رفتار، گفتار و افکار دوستان خود قرار می‌گیرند و خواسته‌ها و نظرات آنان را با مقاومت کم‌تری می‌پذیرند.
هویت‌یابی	تغییرات شتابان اجتماعی و فرهنگی معاصر، منابع هویت‌ساز سنتی را مضمحل کرده و وظیفه برساخت هویت را به خود افراد واگذار کرده است.
آموزه‌های کتب درسی	احساسات، شناخت و رفتار به هم وابسته‌اند. تعامل افراد با یکدیگر، دو بعد شناختی و عاطفی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. روابط عاطفی و هیجان‌ها به‌عنوان یک عنصر مهم در تعامل اجتماعی و ارتباط میان فردی است و باید از طریق کتب آموزشی داده شود.



شکل (۱) مدل نهایی پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش

جدول ۲- خلاصه راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش

۱- توانمندسازی شهروندان			
نیازهای آموزشی پیشگیری از مصرف	نیازهای آموزشی نگرش به مصرف	نیازهای دانشی مقابله با مصرف	
۲- روش‌های آموزشی پیشگیری از مصرف			
آموزش مجازی	آموزش حضوری	آموزش ترکیبی	
۳- سیاست‌های پیشگیری از عوامل پیشران			
نظارت و کنترل فراگیر	شناسایی مناطق آسیب‌پذیر از حیث شیوع مصرف دارو		
۴- مهارت‌های موردنیاز پیشگیری از مصرف			
۵- برنامه‌های پیشگیری از مصرف			
برنامه‌های حضور والدین	برنامه‌های مخصوص معلمان و مدیران مدرسه	برنامه‌های مخصوص اساتید دانشگاه	برنامه‌های مخصوص متولیان کسب‌وکار
۶- اعمال مدیریت دانش در پیشگیری			
۷- بهره‌گیری از ظرفیت سازمان‌های دولتی و غیردولتی			
زار آموزش ارزش‌های اخلاقی و اصلاح باورهای غلط	کارزار رسانه‌ای ترویج هنجارهای عدم مصرف دارو	سیاست‌های مربوط به کاهش عرضه	سیاست‌های مربوط به کاهش تقاضا

بحث:

در پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش مؤثر باشند. یکی از معضلات اجتماعی امروزی در بسیاری از کشورهای جهان از جمله کشور ما مصرف داروها و مکمل‌های ورزشی بوده که مشکلات عدیده‌ای را برای جوانان ایجاد می‌کنند. متأسفانه به علت وجود هزاران نوع مکمل غذایی با اسامی متفاوت، عدم نظارت دقیق بر توزیع آن‌ها و نیز با توجه به تبلیغات متعددی که درباره کارایی این مواد برای مصرف‌کنندگان در سطوح مختلف جامعه ارائه می‌شود. کنترل این مواد را برای مدیران و سیاست‌گذاران بهداشتی کشور بسیار دشوار ساخته است. دانکن^۱ (۶) در پژوهش خود پی برد که برخی مسائل فرهنگی نقش اساسی در عدم استفاده ورزشکاران از

پژوهش حاضر با هدف شناسایی و تدوین راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش بر مبنای روش داده بنیاد انجام گردید. یافته‌های به‌دست‌آمده در تحقیق حاضر نشان دادند که عواملی چون: دانش روز دنیا، مشارکت اجتماعی، سازمان‌های مردم‌نهاد، گفتمان اجتماعی قبح مصرف دارو، مهارت‌های زندگی، سبک زندگی سالم، سیاست‌های رسانه‌ای، هم‌افزایی بین دستگاه‌ها، کنشگران اجتماعی، آموزش از سنین پایین (دوران کودکی و ...)، برنامه‌های جایگزین، خدمات مشاوره، دسترسی آسان، متغیرهای جمعیت شناختی، تفاوت‌های فردی، دوستان و همسالان، هویت‌یابی و آموزه‌های کتب درسی همگی می‌توانند

1. Duncan

راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری و مقابله با ...

مواد نیروزا دارد. همچنین مشخص نمود که مصرف مواد نیروزا در میان ورزشکاران به خاطر ضعف‌های فرهنگی و اجتماعی است؛ بنابراین طبق یافته‌های تحقیق حاضر از عوامل مهمی که می‌توانند در پیشگیری از سوءمصرف داروها در ورزش مؤثر باشد داشتن آگاهی و دانش روز نسبت به عملکرد این‌گونه مواد در بین ورزشکاران و مربیان است. حلب چی (۷) معتقد است با توجه به شیوع بالای مصرف مکمل‌ها در ورزشکاران ایرانی، سیاست‌گذاری برای برنامه‌های آموزشی اجباری و در همین راستا از دیگر یافته‌های تحقیق حاضر که با موارد فوق همسو است. آموزش از سنین پائین، آموزه‌های کتب درسی در زمینه‌های ورزش و ابتدا توسعه فرهنگ سلامت و حتما اشاره به مضرات سوءاستفاده از داروها و حتی مکمل‌های ورزشی به‌ویژه در میان ورزشکاران جوان و از طرف دیگر نقش مهارت‌های زندگی و سبک زندگی سالم در جوامع امروزی بسیار پررنگ و حائز اهمیت است. یک ورزشکار خوب باید از داشتن سلامتی ذهنی و جسمی مناسب لذت ببرد و برای رسیدن به این هدف ورزشکار باید درک درستی از سلامتی داشته باشد. متأسفانه برخی ورزشکاران توقعات غیرواقعی از وضعیت و توانایی جسمانی خود دارند. لذا ارزیابی از نحوه استفاده از داروهای افزایش‌دهنده عملکرد در میان بزرگسالان و جوانان یکی از نگران‌کننده‌ترین موضوعات دهه اخیر و از آنجائی که مصرف داروها و مکمل‌های تغذیه‌ای بدون تجویز و نظارت پزشک به‌صورت وسیعی گزارش شده و لذا چارچوب تئوریک در زمینه پیشگیری از مصرف داروها در طول زمان‌های مختلف موردتوجه بوده است (۸)؛ بنابراین طبق یافته‌های تحقیق حاضر و همسو با سایر تحقیقات، پیشگیری نیازمند به‌کارگیری استراتژی‌هایی است تا تأثیر عوامل خطرزا را در جهت گرایش به داروها کاهش دهد. رفتارهای پیشگیری‌کننده مواردی مانند سازگاری رژیم غذایی، فعالیت بدنی و مدیریت داروها را نیز شامل می‌شود. (۸-۹) طبق یافته‌های تحقیق، عامل دسترسی به این‌گونه مواد

به همراه رسانه‌ها و دوستان و همسالان نیز مؤثر است. در همین رابطه گیبز^۱ (۱۰) معتقد است برندسازی محصول، همپوشانی بین استراتژی‌های تبلیغاتی بازار غیرقانونی و قانونی در افزایش یا جلوگیری از مصرف داروها در ورزش مؤثر می‌باشند. همانطور که در دسترس بودن استروئیدها، تسهیل قاچاق دارو، دخالت سازمان‌های دارویی چندملیتی و سایر منافع سیاسی نیز نقش دارند (۱۱-۱۳). از دیدگاه گارسیا^۲ (۱۴) همسو با یافته‌های این پژوهش در دسترس بودن و مقرون‌به‌صرفه بودن دوپینگ همراه با نگرش مثبت به دوپینگ حساسیت بالایی را پیش‌بینی می‌کند. درحالی‌که در ورزش قهرمانی از دهه هفتاد قرن گذشته به این سو مواد نیروزای ممنوع مصرف می‌شود، به‌تازگی حتی در ورزش‌های تفریحی نیز استفاده از این مواد مرسوم شده است که خطرهای زیادی را متوجه افراد می‌سازد. (۱۵). لذا اجرای برنامه‌های پیشگیرانه که به ورزشکاران اجازه می‌دهد تا موضع اخلاقی قوی در برابر دوپینگ گرفته و به‌کارگیری ابزارهای موردنیاز توسط مربیان برای القا و آموزش ورزشکاران خود در رد این اقدامات غیرقانونی بسیار ضروری است.

نتیجه‌گیری:

دیرزمانی است، مصرف انواع مختلف مواد نیروزا به‌ویژه مکمل‌های نیروزا در سراسر دنیا به‌صورت چشمگیری در حال افزایش است. این مواد شامل ویتامین‌های روزانه، مکمل‌های گیاهی و مکمل‌های افزایش‌دهنده عملکرد گوناگون است. تعداد زیادی از مکمل‌هایی که در بازار به‌صورت رایج در حال خریدوفروش می‌باشند، هنوز هم از مصرف آن‌ها اطمینان حاصل نشده و توسط تحقیقات معتبر علمی، سالم و بی‌ضرر بودن آن اثبات نگردیده و جهت مصرف آن‌ها توسط ورزشکاران در رشته‌های مختلف ورزشی نگرانی‌هایی وجود دارد- حتی برخی نتایج مطالعات نشان داده است؛ این مواد دربردارنده

1.Gibbs

2.Garcia

مواد مضر یا ممنوعه دوپینگی می‌باشند (۱۶). برگرفته از نتایج تحقیق بطورکل هفت راهبرد شامل: توانمندسازی شهروندان، روش‌های آموزش پیشگیری از مصرف، اعمال سیاست‌های پیشگیرانه از عوامل پشیران، مهارت‌های موردنیاز پیشگیری از مصرف، برنامه‌های پیشگیری از مصرف، اعمال مدیریت دانش در پیشگیری و بهره‌گیری از ظرفیت سازمان‌های دولتی و غیردولتی به‌عنوان راهکارهای پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش شناسایی گردیدند.

تحقیقات بسیار زیادی از سال ۱۳۸۳ تاکنون انجام گرفته و نشان‌دهنده مصرف بسیار زیاد مواد و داروهای غیرمجاز در ورزش است و این موضوع یک زنگ خطر بزرگ برای جوانان و نوجوانان ورزشکار کشور است، تحقیقات نشان داده جو حاکم بر مصرف این مواد در بین جوانان و ورزشکاران ایرانی بسیار زیاد بوده و اغلب آن‌ها تجربه مصرف را داشته و امکان تهیه این مواد را دارند و عمدتاً پیشنهادهایی در زمینه مصرف مواد نیروزا به آن‌ها شده است (۹، ۱۰، ۱۵، ۱۷، ۱۸، ۱۹). عوامل مختلفی باعث می‌شود تا این عزیزان به‌راحتی در معرض مصرف داروهای مضر و مواد نیروزا باشند و با توجه به خطرات تهدیدکننده سلامت ایشان که متعاقب مصرف این مواد ایجاد می‌شود باید هر روز بیشتر از پیش نگران عدم کنترل توسعه این مواد در کشور بود؛ بنابراین بدیهی است بهترین اقدام در این زمینه پیشگیری و آگاه نمودن جامعه از این روند است.

نتایج و راهبردهای پیشگیری تحقیقات گذشته با برخی از یافته‌های تحقیق حاضر همسو وهم جهت می‌باشند که در این رابطه عوامل فردی و عوامل محیطی ملاک عمل خواهند بود. ازجمله: شهبازی (۱۹)، حلب چی (۷) و آقابابا (۱۳) به راهبردهای آموزشی و توسعه آگاهی در زمینه پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش و خاصه دوپینگی اشاره دارند. درحالی‌که رشیدلمیر (۲۰) توسعه آگاهی، پایبندی به اصول اخلاقی و رفع باورهای غلط، الخلیفی، جرم انگاری

دوپینگی در مصرف‌کنندگان و نقش خانواده در پیشگیری از مصرف داروها و مواد به‌ویژه در جوانان اشاره دارد. بیرانوند (۱۵) نیز توجه به عوامل بازدارنده از مصرف مثل عوامل مالی، آموزشی، مدیریتی، پشتیبانی، نظارت، مسائل اخلاقی، رسانه و تبلیغات را به‌عنوان مدل پیشگیری مطرح می‌کند. شریفی (۱۸) توجه به عوامل زمینه‌ای و گسترش مواد نیروزا و از طرف دیگر توسعه مشوق‌های پیشگیری و عملکرد سازمانی را به همراه اصلاح عوامل اقتصادی، ساختاری، فرهنگی، سیاسی، حقوقی و شخصیتی پیشنهاد می‌دهد؛ و کاشی (۱۱) تدوین برنامه‌های پیشگیری و آموزشی به‌صورت منطقه‌ای را به‌عنوان مدل پیشگیری مطرح نمودند. برخی دیگر از محققین علاوه بر برخی راهبردهای فوق تأکیدشان بیشتر بر راهبردهای ضد بازاریابی نسبت به گسترش مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش است. (۲۱) راهبرد ضد بازاریابی از طریق ارائه شواهد فیزیکی عوارض مصرف، توسعه شبکه‌های شخصی اطلاع‌رسانی و نقش روابط عمومی‌ها برای مقابله با مصرف در کنار افزایش قیمت، کاهش عرضه و عدم مصرف داروها و مواد دوپینگی را ذکر می‌کند. فالو^۱ (۲۲) ایجاد کمپین‌های ضد بازاریابی جهت تبلیغات و همچنین افزایش قیمت و عوارض، گیبز (۱۰) نظارت جدی بر بازارهای فروش و حلقه‌های زنجیره تأمین و جلوگیری از بازارهای غیرقانونی و السمیادی^۲ (۲۳) راهبردهای ضد بازاریابی کنترل بازار فروش را پیشنهاد کردند. برخی دیگر توسعه مفهوم ورزش پاک و فرهنگ‌سازی را در اولویت راهبردهای پیشگیری دانسته و پرابهاکاران^۳ (۲۴) توسعه آگاهی پزشکان و ارائه یک برنامه درسی در مقطع کارشناسی دانشگاه و کارلو^۴ (۲۴) تنظیم پاسپورت بیولوژیک برای ورزشکاران و ایجاد کمپین‌های آموزشی را برای کنترل و جلوگیری از مصرف نابجا داروها در

1.Fallo
2.AI-Samydai
3.Prabhakaran
4. Carollo

راهبردهای توسعه سلامت از طریق پیشگیری و مقابله با ...

ورزش پیشنهاد داده‌اند. لذا برمبنای یافته‌های تحقیق به‌منظور پیشگیری از مصرف داروهای غیرمجاز در ورزش برخی موارد پیشنهاد می‌شود: ۱- توسعه آگاهی و آشنایی شهروندان با باورهای غلط و عوارض رایج تأثیر مصرف دارو بر سلامت جسم و روان از طریق کارگاه‌های آموزشی توسط هیئت‌های ورزشی، آموزش و پرورش، دانشکده‌های تربیت‌بدنی و برخی باشگاه‌های ورزشی ۲- تولید محتوا، فیلم‌های تبلیغاتی، تهیه بروشور و پوستر، ارائه سمینار و سخنرانی از طریق رسانه‌های اجتماعی و سایر حوزه‌ها ۳- ایجاد مراکز مشاوره و انجمن‌های سلامت در خصوص ارائه مشاوره نسبت به مواد دوپینگی، مکمل‌ها در هیئت‌های ورزشی و ادارات ورزش ۴- اعمال تدابیر قانونی قوی علیه مصرف داروهای غیرمجاز و نظارت و کنترل بر دادوستد آن‌ها

تشکر و قدردانی

پژوهش حاضر برگرفته از رساله دکترای تخصصی نویسنده اول و به راهنمایی و مشاوره نویسندگان دوم و سوم است. لذا نویسندگان برحسب وظیفه از کلیه افراد و سازمان‌هایی که در جهت تکمیل این پژوهش نقشی داشتند تشکر و قدردانی می‌نمایند.

Reference

- 1- Kagarfard M, Kashi A, & Sarlak Z. Prevalence of ergogenic supplement use and athletes' knowledge of effects and side effects of them in Lorestan province, Jfmh, (2009). 11(2 (42)), 123-134. [in persian]
- 2- Joy J. Lowery R. Falcone P. Vogel R. Mosman M. Tai C-Yin. Carson L. Kimber D. Choate D. Kim M. Wilson J. Moon J. A multi-ingredient, pre-workout supplement is apparently safe in healthy males and females. J(FNR). (2015) 59. 27470. 10.3402/fnr.v59.27470.
- 3- Barkoukis V. Lazuras L. Ourda D. & Tsorbatzoudis H. "Arenutritional supplements a gateway to doping use in competitive team sports? The roles of achievement goals and motivational regulations". Jsm, (2020). 23(6), 625-632.
- 4- Mudrak J. Slepicka P. Slepickova I. "Sport motivation and doping in adolescent athletes". (2018). PLoS ONE 13(10): e0205222. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205222>
- 5- Jahanian A. Ramezani M. Rezaei M. Investigating the prevalence of dietary and pharmaceutical supplements between swimmer students participating in national championships (Yazd, 2012). JSBR, (2014). 3(12), 5-15. [in persian]
- 6- Duncan L. R. Hallward L. Alexander D. Portraits of adolescent athletes facing personal and situational risk factors for doping initiation. Psychology of Sport and Exercise, (2018). 39, 163-170.
- 7- Halabchi F, Shab-Bidar S, Selk-Ghaffari M. Prevalence of supplement consumption in Iranian athletes: A systematic review and meta-analysis. Int J PrevMed; (2021) 12:32. [in persian]
- 8- Fadli A. M. Idham A. F. Nugraha A. I. Dongoran M. F. Effects of doping on physical and mental health of sports athletes. Enfermería Clínica, (2020). 30, 504-506.
- 9- Hurst P. Ring C. Kavussanu M. An evaluation of UK athletics' clean sport programme in preventing doping in junior elite athletes. Performance Enhancement & Health, (2020). 7(3-4), 100155.
- 10- Gibbs N. Sponseredathlete: the marketing of image and performance enhancing drugs on Facebook and Instagram. Trends in Organized Crime, (2023) 1-40.
- 11- Kashi A. Sarlak Z. Prevalence of Ergogenic

- Substances in Iranian Athletes. *SSYS*, (2023). 22(59), 413-430. doi: 10.22034/ssys.2022.1784.2268. [in persian]
- 12- Kulman N. Venera A. Zhanar A. Glushkova N. Anabolic Androgenic Steroids Misuse in the Fitness Industry, *West Kazakhstan Medical Journal*; (2024) vol. 66(3): 255–266. DOI 10.18502/wkmj.v66i3.16040
- 13- Agababa A. R. NabilPour N. Mousavi S. A. Implicit and Explicit Attitudes of Iranian Student-Athletes Towards Doping Drugs and Supplements. *SPSYJ*, (2020). 9(33), 219-32. DOI: 10.22089/spsyj.2020.8816.1950. [in persian]
- 14- García-Grimau E. De la Vega R. De Arce R. and Casado A. Attitudes Toward and Susceptibility to Doping in Spanish Elite and National-Standard Track and Field Athletes: An Examination of the Sport Drug Control Model. *Front. Psychol.* (2021) 12:679001. doi: 10.3389/fpsyg.2021.679001
- 15- Biranvand M. Rajabi Noush Abadi H. Sajjadi S. N. and Hamidi M. Qualitative Analysis Factors Inhibiting the Use of Drugs in Athletes. *SMMS*, (2021). 11(21), 139-150. doi: 10.22084/smms.2020.21851.2628. [in persian]
- 16- Tsarouhas, K, Kioukia-Fougia, N, Papalexis, P, Tsatsakis, A, Kouretas, D, Bacopoulou, F, & Tsitsimpikou, C. (2018). "Use of nutritional supplements contaminated with banned doping substances by recreational adolescent athletes in Athens, Greece". *Food and chemical toxicology*, 115, 447-450.
- 17- Halabchi F. Shab-Bidar S. Selk-Ghaffari M. Prevalence of supplement consumption in Iranian athletes: A systematic review and meta-analysis. *Int J Prev Med*; (2021) 12:32. [in persian]
- 18- Sharifi A. Bahrami S. Safikhani H. Presenting a Model for the Development of Doping-Free Sport in Iran. *Sport Sciences Quarterly*, (2023). 49, 241-264. [in persian]
- 19- Shahbazi M. Choobineh S. and Ezzati R. Psychological Pathology and Prevalence Sports Supplements among Female Athletes. *SPSYJ*, (2020). 8(30), 57-76. doi: 10.22089/spsyj.2019.7350.1784. [in persian]
- 20- Rashid Lamir A. Dehbashi M. Taghizadeh V. Study the prevalence of legal and illegal supplements between athlete's men in Bodybuilders and powerlifting field. *Shomal J Manag Physiol Sport*; (2014) 2:1-11. [in persian]
- 21- Haghghat E. Abdolmaleki H. Noorbakhsh M. Noorbakhsh P. Alidous Ghahfarokhi E. Anti-marketing mix of doping drugs in Iran's sport. (2023) 3; 11 (41):9-24 URL: <http://ntsmj.issma.ir/article-1-1834-fa.html>. [in persian]
- 22- Fallo A. Adrianus J. S. & Lopes Amaral M. A. The effect of the demarketing anti-smoking campaigns on tobacco package warning labels and its implications on the intention to quit smoking. (*JMAS*), (2023). 6(3), 346-353. <https://doi.org/10.35335/jmas.v6i3.245>
- 23- Al-Samydai A. AL-Samydai MJ. Abu Hajleh MN. The De-marketing Strategies as a Vital Resolve of Antibiotics Misuse Dilemma. *J Pure Appl Microbiol*; (2021), 15(4):1898-1906. doi: 10.22207/JPAM.15.4.11
- 24- Prabhakaran K. Chandra Sekara G. Prafull M. Karuna D. How aware are we about doping in sports: A cross-sectional pilot survey of doctors, *Medical Journal Armed Forces India*, (2024) Volume 81, Issue 2, Pages 177-184, ISSN 0377-1237, <https://doi.org/10.1016/j.mjafi.04.015>.
- 25- Carollo A. Corazza O. Mantovani M. Silvestrini N. Rabin O. Esposito G. Performance-enhancing substances in sport: A scientometric review of 75 years of research. *Drug Test Anal*; (2025), 17(1):13-24. doi:10.1002.

Strategies for promoting health through prevention and combating the use of illicit drugs in sports

Farzaneh Rezaeian¹, Mohammad Reza Esmailzadeh Ghandehari^{2*}, Hassan Fahim Devin³

Abstract

Background: The present study aims to identify health development strategies with an approach to preventing the use of illicit drugs in sports.

Methods and Materials: The statistical population of this study was all people familiar with illicit drugs, such as: coaches, athletes, club owners, doctors, marketers, journalists, and university professors. The participants of this study were selected from among the experts by judgment and some of them by snowball sampling. This study was conducted using the data-driven method (Glaiser style). In this method, data were collected through interviews with experts and knowledgeable people in the field of sports and health, as well as interviews with users of illicit drugs and reviewing related documents and documents. Then, the data were analyzed using open, axial, and final coding methods. All steps were performed in the MaxQuda software environment, version 2018.

Results: The results showed that: current knowledge, social participation, non-governmental organizations, social discourse against drug use, life skills, healthy lifestyle, media policies, synergy between systems, social actors, education from an early age (childhood, etc.), alternative programs, counseling services, easy access, demographic variables, individual differences, friends and peers, identification, and textbook teachings can all be effective in preventing the use of illegal drugs in sports

Conclusion: the result of implementing appropriate policies by government and non-government organizations, families, and other sectors of society in this field can play an important role in developing public health.

Keywords: Health strategy, illicit drugs, prevention, sports.

1. Department of Physical education, Ma.C., Islamic Azad university, Mashhad, Iran.

0942447859@iau.ir

2*. Corresponding author. Department of Physical education, Ma.C., Islamic Azad university, Mashhad, Iran.

0931464161@iau.ir

3. Department of Physical education, Ma.C., Islamic Azad university, Mashhad, Iran fahim.sport@iau.ac.ir