



Una iniziativa promossa dalla FOFI per ricordare le regole per un corretto utilizzo dei farmaci nella popolazione sportiva

Farmaci e sport uniti e puliti

“Vogliamo lanciare un segnale forte, chiaro, inequivocabile sull'impiego dei farmaci nello sport. Vogliamo fissare un discrimine netto tra i farmaci eventualmente necessari a chi svolge un'attività fisica e qualunque tipo di abuso. Vogliamo mettere la nostra professionalità e la nostra esperienza, da oggi più che mai, al servizio del cittadino sportivo. Vogliamo fare concretamente parte di chi si schiera a favore dello sport sano e della

salute”. Queste parole di Andrea Mandelli, Vicepresidente della FOFI, rappresentano al meglio lo spirito della campagna “Farmaci e Sport, uniti e puliti”. Una grande iniziativa pubblica che vede la Federazione degli Ordini dei Farmacisti Italiani impegnata in un settore fondamentale per la società quale è lo sport. La campagna prevede la distribuzione, nell'ambito di numerosi eventi sportivi a carattere nazionale e locale, di 1 milione di

di Alessandro Fornaro
Farmacista e giornalista

IL "DECALOGO" CON I CONSIGLI PER GLI SPORTIVI

- 1) Il farmaco è un bene esistenziale, concepito e prodotto per tutelare la vita e la salute delle persone e per consentire loro di vivere più a lungo e con la migliore qualità di vita possibile.
- 2) Il farmaco deve possedere, per essere utile, tre requisiti fondamentali: sicurezza (tutti i farmaci possiedono una potenziale tossicità e va dunque salvaguardato il rapporto più favorevole tra i benefici attesi e il rischio di effetti avversi), efficacia (deve poter modificare il decorso di una malattia o curarne i sintomi o prevenirli) e qualità (i medicinali hanno contenuti e caratteristiche certificati e garantiti in ogni fase di vita del prodotto, dalla produzione alla dispensazione).
- 3) Il farmaco è un prodotto ad altissima specificità composto da parti inscindibili: una sostanziale (il principio attivo e gli eccipienti) e una formale (il complesso delle indicazioni per l'impiego fornito dalle aziende produttrici, dalle autorità sanitarie che ne autorizzano la diffusione, dai medici che lo prescrivono e dai farmacisti che lo dispensano).
- 4) Il farmaco possiede inevitabili e forti profili di criticità: tutti i farmaci esercitano attività terapeutica, hanno controindicazioni e possono causare effetti collaterali anche gravi. Per questo in nessun caso una medicina studiata per fini terapeutici va assunta allo scopo di esaltare le proprie potenzialità fisiche.
- 5) Il farmaco è un prodotto destinato a una terapia o a finalità preventive, come tale non si consuma, ma si impiega. Proprio per questo l'erogazione dei farmaci è sottoposta a regole rigide, nel superiore interesse della tutela della salute: in nessun modo i medicinali possono avere lo scopo di sostituirsi ad abitudini di vita corrette (alimentazione equilibrata, attività fisica...).
- 6) L'uso non terapeutico dei farmaci nello sport, il doping, - oltre che altamente pericoloso per la salute - è contrario ai principi di lealtà e di correttezza nelle competizioni sportive, ai valori culturali dello sport, alla valorizzazione delle naturali potenzialità fisiche e delle qualità morali degli atleti.
- 7) Il medico specialista in medicina dello sport ed il farmacista sono in prima linea nella battaglia al doping e all'abuso dei farmaci; sono a disposizione di tutti i cittadini-sportivi, in particolare dei giovani e degli amatori, per informare direttamente sull'utilizzo di qualsiasi prodotto farmaceutico.
- 8) Il medico specialista in medicina dello sport ed il farmacista sono in grado di illustrare l'efficacia e le eventuali controindicazioni dell'assunzione di integratori e di prodotti "naturali" (anch'essi ormai sottoposti, nell'ambito dell'attività sportiva, a costanti controlli antidoping).
- 9) Il medico specialista in medicina dello sport ed il farmacista sono le figure professionali più "dirette", i primi referenti del cittadino-sportivo, per sviluppare l'indispensabile attività di farmacovigilanza, anche per i farmaci di automedicazione. Spetta a loro registrare e segnalare subito alle autorità sanitarie competenti ogni eventuale sospetta reazione avversa legata all'impiego di un farmaco.
- 10) La legge stabilisce che sulle confezioni dei farmaci (ormoni, antinfiammatori, antidepressivi, diuretici ecc.) contenenti principi attivi inclusi nell'elenco delle sostanze proibite nell'attività sportiva sia impresso un chiaro simbolo di divieto: un cerchio rosso sbarrato con la scritta "doping".



Andrea Mandelli, Vicepresidente della FOFI

copie di volantini che riproducono l'immagine del farmacista e del medico al fianco dello sportivo, ma soprattutto riportano un decalogo, un primo fondamentale elenco di consigli e di principi indirizzati a chi svolge una attività sportiva.

La presentazione della campagna si è tenuta lo scorso 11 ottobre presso l'Aula Magna dell'Istituto di Medicina dello Sport di Roma con una conferenza stampa organizzata dalla FOFI, in collaborazione con la FMSI, Federazione Medico Sportiva, e il CONI. Alla presenza di varie autorità della politica e dello sport, il lottatore Andrea Minguzzi, oro nella lotta ai Giochi di Pechino, ha presentato il "decalogo" di consigli sul corretto uso dei farmaci (vedi box a lato).

La campagna "Farmaci e Sport, Uniti e Puliti" si prefigge, in via prioritaria, di aiutare e consigliare il "cittadino sportivo" nello scegliere, quando necessario, il farmaco più adatto alle esigenze personali, evitando il rischio di qualsiasi abuso. Cosa fare? Cosa chiedere? Cosa sapere? Queste le domande che la popolazione sportiva si pone rispetto all'utilizzo dei farmaci e alle quali l'iniziativa si prefigge di rispondere.

Gli italiani che praticano sport, a livello più o meno amatoriale, sono oltre 17 milioni. A questi si aggiungono altri 16 milioni di cittadini che, pur non dedicandosi a una disci-

plina specifica, risultano svolgere un'attività fisica.

Numeri importanti, quindi, pari a circa il 60 % del totale del Paese, con una partecipazione crescente da parte delle donne e dei giovanissimi. I bambini dai 3 ai 10 anni praticano infatti sempre più di frequente attività sportive, tanto che questa categoria di sportivi è quella aumentata maggiormente dal 2000 a oggi. E anche gli anziani non si sottraggono ad attività sportive. Sono queste solo alcune delle realtà su cui la FOFI ha riflettuto e deciso di intervenire attraverso una campagna rivolta ad una vasta fetta della popolazione italiana.

Del resto, il Farmacista occupa una posizione centrale nel settore della salute come professionista sanitario e il suo ruolo di referente più "naturale" e "immediato" per i piccoli problemi legati alla salute viene sempre maggiormente riconosciuto dalla popolazione, come dimostrano le indagini più recenti. "È soprattutto con questa consapevolezza – ricorda Andrea Mandelli nella relazione di presentazione del progetto - che abbiamo deciso di scendere concretamente in campo, per impegnarci, al fianco dei medici e di tutti coloro che operano con serietà in questo settore, a favore dello sport sano, testimoniando anche in questo caso la portata del nostro impegno civile".

Nell'introdurre l'iniziativa, il Presidente della FOFI Giacomo Leopardi ha ricordato come "chi si dopa per diventare campione diventa campione, ma campione senza valore". Leopardi ha poi ribadito l'importanza di educare chi fa sport a stimare se stesso: "tutti hanno la certezza che il doping è dannoso per la salute, tuttavia c'è poca conoscenza su quali siano

FARMACI E SPORT UNITI E PULITI

Il corretto utilizzo dei farmaci nella popolazione sportiva

Un'iniziativa promossa dalla Federazione Ordini Farmacisti Italiani in collaborazione con il Coni e la Federazione Medico Sportiva Italiana.



in concreto le sostanze dopanti utilizzate nello sport". Oltre all'utilizzo di farmaci tradizionalmente dopanti quali antidolorifici, stimolanti, diuretici o anabolizzanti, esiste anche un uso improprio di prodotti di per sé meno pericolosi, come quelli a base di vitamine, gli integratori e le piante medicinali. In particolare, come ha ricordato Leopardi, i prodotti fitoterapici "possono contenere sostanze sconsigliate (il guaranà contiene caffeina, il ginseng, sia pure in tracce minime, steroidi), ma vengono impiegati per recuperare la capacità fisica sempre più in fretta e per migliorare le prestazioni atletiche. Molte pratiche dopanti si realizzano, dunque, attraverso l'uso di sostanze farmacologicamente attive, vale a dire quello che è l'oggetto specifico della cultura e delle competenze professionali del farmacista".

L'iniziativa è stata gradita anche dal Presidente della Repubblica, che in un comunicato diretto alla Presidenza della FOFI, oltre ad esprimere l'apprezzamento per l'organizzazione di una campagna "volta a riaffermare e diffondere i valori ideali che devono animare le manifestazioni sportive", ha ricordato come "È opportuno che tutti i soggetti responsabili intensifichino l'impegno per rendere più efficace il sistema di prevenzione e di contrasto del doping e per promuovere un uso corretto dei farmaci da parte di quanti praticano lo sport in forma amatoriale o agonistica".

Proprio lo spirito dell'iniziativa della FOFI, che riafferma il ruolo del farmacista come centrale nella tutela della salute pubblica, in particolare quando questa è legata al corretto e razionale utilizzo dei medicinali. ■