

*Voorlichting over  
Doping en  
medicijngebruik  
in de topsport*

SAMENVATTING  
EN CONCLUSIES  
VAN HET  
VOORBEREIDEND  
ONDERZOEK



NEDERLANDS CENTRUM VOOR  
DOPINGVRAAGSTUKKEN

HET NEDERLANDS INSTITUUT  
VOOR SPORT EN GEZONDHEID

Samenvatting van:

# Doping & voorlichting

Een gezondheids-  
voorlichtingsplan  
over doping en  
medicijngebruik  
in de sport

*ir. E. van Kernebeek*

IN OPDRACHT VAN HET  
NEDERLANDS CENTRUM VOOR DOPINGVRAAGSTUKKEN  
ARNHEM 1993

## 1. INLEIDING

Voor het eerst in de Nederlandse (sport)geschiedenis ligt er een actieplan om via gezondheidsvoorlichting dopinggebruik in de sport terug te dringen. Het plan is het resultaat van een breed onderzoek naar de wijze waarop die voorlichting het best tot haar recht kan komen. Dit onderzoek werd, in opdracht van het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken (NECEDO), door het Nederlands Instituut voor Sport en Gezondheid (NISG) uitgevoerd. Gesteund door NOC\*NSF en het NISG zal het NECEDO nog dit jaar een begin maken met de uitvoering van het actieplan.

## 2. DOELGROEPEN

In het actieplan is op grond van het onderzoek gekozen voor twee doelgroepen:

- a) topsporters en hun omgeving.
- b) sporters binnen sportscholen en fitnesscentra en hun omgeving.

Bij de doelgroepen wordt een tekort aan kennis, maar tegelijkertijd ook de behoefte aan kennistoename, met betrekking tot vooral de schadelijke aspecten van dopinggebruik geconstateerd. Nadrukkelijk stelt het NECEDO-onderzoeksrapport *Voorlichting over doping en medicijngebruik in de sport* dat voorlichting, als middel om meer kennis aan te reiken, dan pas het beoogde effect heeft als ook de ruime (leef)omgeving van de sporters bij de voorlichting betrokken wordt.

## 3. MEERJAREN- GEZONDHEIDSVORLICHTINGSPLAN

Een voor de Nederlandse sportwereld geheel nieuwe stap is dit actieplan 'Doping en Voorlichting' dat beduidend verder gaat dan het informeren van sporters hoe het toegaat bij dopingcontroles. Het NECEDO liet eerder al ten aanzien van die controles brochures verschijnen maar nu komt het voor het eerst in ons land tot inhoudelijke voorlichting. Geen vluchtige voorlichtingscampagne, geen themajaar, maar een in het actieplan neergelegd meerjarenplan. Vooral nog heeft het NECEDO een periode van vier jaar (1993-1997) voor ogen. In die jaren moet de voorlichting systematisch uitgewerkt worden en moet ook de weg gevonden worden naar gedragsverandering, een moeizamer proces dan kennisoverdracht.

## 4. VOORONDERZOEK

Heeft het zin om aan voorlichting te doen? Weten sporters inmiddels al niet genoeg? Wie wil je bereiken met de voorlichting? Is er in het buitenland ervaring met voorlichtingscampagnes? En, niet in de laatste plaats, loont het de moeite want is dopinggebruik in Nederland wel een probleem?

Zomaar enkele belangrijke vragen waarop antwoorden moesten komen. De onderzoekers gingen met die vragen aan de slag. In eigen land maar ook – via literatuuronderzoek – daarbuiten en dan met name in landen als Australië en Noorwegen waar al grote voorlichtingscampagnes lopen. Niet opnieuw helemaal het wiel uitvinden was de opvatting van de onderzoekers. Aan de andere kant ook geen kopie maken van buitenlandse voorlichtingscampagnes omdat de situatie per land kan verschillen. Heel sterk komt dat laatste tot uitdrukking in de beslissing om in het nu voorliggend actieplan niet de middelbare scholieren te betrekken. Althans, vooralsnog niet omdat in tegenstelling tot bijvoorbeeld de Verenigde Staten de dopingproblematiek in het Nederlands middelbaar onderwijs nog niet urgent lijkt te zijn. In ieder geval is daar meer onderzoek voor nodig en dat wordt momenteel in twee steden uitgevoerd.

De keuze in de voorlichtingsactie is duidelijk: de topsporters en de bezoekers van sportscholen en fitnesscentra, elk te benaderen via een verschillende tactiek. Geen verrassende keuze al moesten de onderzoekers ervaren dat de Nederlandse wetenschappelijke literatuur erg mager is daar waar het gaat om een antwoord te krijgen op de omvang van dopinggebruik in de Nederlandse sportwereld. Heel globaal kan gesteld worden dat het percentage topsporters dat dopinggeduide middelen gebruikt in ons land varieert van 1% tot 40%.

Dat eerste percentage rolde uit een in '82 gehouden onderzoek van de Koninklijke Nederlandsche Voetbal Bond (KNVB) naar dopinggebruik in de voetbalsport. Het tweede, aanzienlijk hogere, percentage vonden Cornelissen et al. in 1986 in een studie onder 89 ex-topsporters. Vier van de tien ex-topsporters gaven aan wel eens dopinggeduide middelen (vooral anabole steroïden) te hebben gebruikt. Voor wat betreft doping binnen de sportscholen en fitnesscentra – ook hier de eerste plaats voor anabole steroïden – vonden de onderzoekers in buitenlandse publicaties percentages van 38 tot 55%. Het rapport concludeert dat in vergelijking met andere takken van sport onder krachtsporters en onder sporters in sportscholen en fitnesscentra het percentage van gebruikers aan de hoge kant ligt. Dat geldt voor zowel top- als recreatieve sporters.

Uit het Necedo-rapport mag geconcludeerd worden dat veel sporters slecht geïnformeerd zijn over dopinggeduide middelen. Cornelissen vond in zijn onderzoek dat meer dan de helft van de gebruikers bij het eerste gebruik weinig kennis had. Veelal gaat het om een impulsieve daad en in de meeste gevallen geven mede-sporters de zet om de (doping)weg in te slaan. Overigens zijn de op internationaal hoog niveau actieve A-topsporters beduidend beter op de hoogte dan de B- en C-topsporters. Dit neemt niet weg dat bij de doping gebruikende Nederlandse sporters de kennis bijna alleen afkomstig is uit 'informele' bronnen. 'Wellicht typerend voor een taboesfeer rondom doping', aldus het Necedo-rapport dat ook bij de coaches een geringe kennis constateert.

In het rapport staat letterlijk dat vrijwel geen van de gebruikers interesse heeft voor, of wordt beïnvloed door, mogelijke schadelijke nevenwerkingen. Er zijn er zelfs die een bepaalde nevenwerking verheffen tot een gewenste werking. Een voorbeeld daarvan is een verhoogd libido bij het gebruik van anabole steroïden. De aandacht van de gebruikende sporters fixeert zich op het met behulp van doping verbeteren van de fysieke prestatie, van het uiterlijk voorkomen of herstel van blessures. Het meest genoemde motief tegen dopinggebruik is niet de negatieve gezondheidsschade maar de factor oneerlijkheid.

Een belangrijke vraagstelling was natuurlijk of er daadwerkelijk behoefte is aan kennisvergroting en dus aan voorlichting. Heel nadrukkelijk is daarop het antwoord ja. Dat bleek uit de gegevens die voorhanden zijn in Australië en Noorwegen waar men veel werk maakt van de voorlichting en daaraan voorafgaand ook onderzoek deed. De 'honger' naar meer kennis werd ook duidelijk in de gesprekken die de onderzoekers hadden met een aantal 'sleutelfiguren' binnen de Nederlandse sport, afkomstig uit de sectoren topsporters, topcoaches, NOC, NECeDO, ministerie van WVC en sportscholen.

Uit het benaderen van op diverse terreinen actieve 'sleutelfiguren' blijkt dat de onderzoekers al snel concludeerden dat de voorlichtingsactie in ons land breed gedragen moet zijn. Dat was ook een conclusie die getrokken kon worden uit het bestuderen van de voorlichting zoals die draait in Australië en Noorwegen. Zoals al eerder opgemerkt, zal in ons land de schooljeugd vooralsnog niet in de actie betrokken worden en liggen grootschalige acties gericht op het grote publiek (zoals in Noorwegen) niet voor de hand. Wel wordt heel duidelijk de sportgerichte aanpak zoals Australië die kent in de Nederlandse aanpak meegenomen.

## 5. TWEE SPOREN - PLAN

Het meerjaren-actieplan zal heel nadrukkelijk via twee sporen gaan lopen. Het ene spoor loopt via de sportscholen en fitnesscentra en het andere via de topsporters en hun omgeving.

Voor de sportscholen en fitnesscentra is gekozen voor de methode van een proefproject van anderhalf jaar. In die periode zal eerst onderzocht worden hoe het met de kennis omtrent en de houding tegenover dopinggebruik gesteld is. Vijfhonderd sporters zullen geïnterviewd worden, er komen diepte-interviews met sportschoolhouders en sporters worden medisch gescreend. Op basis van die resultaten zal een voorlichtingsplan, gericht op verschillende doelgroepen, opgesteld worden.

Een heel belangrijke rol wordt toegedicht aan betrouwbare intermediairs, organisaties of personen (sportschoolhouders bijvoorbeeld) die een schakel vormen tussen de organisatoren van het proefproject en de sporter.

Uiteindelijk moet het proefproject leiden tot een landelijk voorlichtingsaanbod. Daarin zal sprake moeten zijn van een brede samenwerking tussen koepelorganisaties uit het sportscholencircuit en de koepel- en regionale sport- en gezondheidsorganisaties. Te denken valt daarbij aan GGD'en, SMA's en gemeentelijke diensten voor Sport en Recreatie.

Weer die brede aanpak die tevens heel sterk geldt voor het tweede spoor: de topsporter en de omgeving (trainers, coaches, bonden en bondsbesturen, (para)medici en de media). Het spreekt voor zich dat de al binnen het NCCDO lopende ontwikkelingen geïntegreerd worden in de voorlichting. Ontwikkelingen als de cursus Sampling officer en de projecten Gedragsregels voor medici en trainers/coaches.

## 6. TWEE RICHTINGEN VOORLICHTING

Actie en reactie. Zo zou de brede aanpak ook genoemd kunnen worden want van sportbonden, trainers en coaches en (para)medici wordt nadrukkelijk gevraagd niet alleen mee te denken maar ook mee te werken en vooral ook te reageren op de voorlichtingsplannen. De sportbonden wordt verzocht relevante medewerkers op het bondsbureau (opleidingen, pr, bondsarts) alsmede de achterban (trainers, topsporters, districten, clubs enz.) te informeren. De bonden kunnen ook aangeven of ze de wens hebben samen met het NCCDO, NOC\*NSF en NISG tot een specifiek op hun sport gerichte voorlichtingsaanpak te komen.

## 7. OMGEVINGSORGANISATIES

Tot de omgevingsorganisaties horen ook (behalve de al genoemde trainers en coaches, sportbonden en -besturen, media, (para-)medici en kennissen en familie van de topsporters) het Nationaal Coach Platform, Nationale Federatie van Werkers in de Sport en de daarbij aangesloten trainersverenigingen, alsmede de Academies Lichamelijke Opvoeding en de Middelbare Beroepsopleidingen Sport en Bewegen. Wanneer die 'koepels' – en dat wordt nadrukkelijk gevraagd – hun leden/leerlingen informeren ontstaat er een heel breed draagvlak. Tal van andere organisaties wordt eveneens gevraagd om medewerking. Hierbij dient gedacht te worden aan het aanstellen van een contactpersoon voor de voorlichting. Dit binnen de Vereniging voor Sportgeneeskunde, Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Gezondheidszorg, Nederlands Huisartsen Genootschap, Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter Bevordering der Pharmacie, Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter bevordering der Geneeskunst, Vereniging Directeuren Basisgezondheidsdiensten en Federatie Sport Medische Adviescentra. Zodoende ontstaat een gigantische (mee-)denktank, ook met bijdragen vanuit de (para)medische hoek.

Het officiële startsein voor het actieplan 'Voorlichting doping en medicijngebruik in de topsport' zal op woensdag 15 december 1993 klinken. Dan organiseert het NCCDO op Papendal voor de topsporters, trainers en coaches, (para)medici en bondsmedewerkers en -bestuurders een grote landelijke studiedag. Die dag is gericht op overdracht van zoveel mogelijk kennis met betrekking tot aspecten en meningsvorming rond de dopingproblematiek. Tevens worden die dag de resultaten van een onderzoek onder topsporters gepresenteerd.

*Ir. E. van Kernebeek*

Coördinator Gezondheidsvoorlichting en -opvoeding bij het Nederlands Instituut voor Sport en Gezondheid