

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

**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin

**Band:** 50 (1993)

**Heft:** 5

**Vorwort:** Prevenire è meglio che curare

**Autor:** Bignasca, Nicola

#### **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:** 12.01.2026

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

# Prevenire è meglio che curare

di Nicola Bignasca

Il 32° Simposio di Macolin, che si terrà dal 20 al 22 maggio prossimi, è dedicato al tema: "la prevenzione del doping". La scelta di questo tema si giustifica con il fatto che, se il fenomeno del doping è conosciuto a livello di conseguenze sulla prestazione sportiva, ben poco si sa sulle possibilità di prevenzione. Pertanto il Simposio di Macolin segna una svolta, lo speriamo decisiva, nella lotta al doping, in quanto affronterà il problema con un nuovo approccio.

Sebbene il doping non è un fenomeno recente, in quanto è nato con lo sport, esso ha raggiunto dimensioni gigantesche soprattutto negli ultimi anni. Sopraffatte dalle dimensioni e dall'estensione del problema, che non ha risparmiato nemmeno lo sport giovanile, le federazioni sportive hanno reagito, approntando una strategia con fini prettamente repressivi: esse hanno dapprima elaborato una lista dei medicamenti proibiti e l'hanno fatta seguire da controlli sistematici, svolti in un primo tempo solamente in occasione di competizioni e poi anche durante gli allenamenti. Dopo alcuni anni di transizione, necessari per perfezionare i meccanismi di controllo, è lecito affermare che attualmente questa azione repressiva garantisce un grado di rendimento ottimale.

L'entrata in funzione di valide strutture di controllo del doping ha colmato una lacuna dello sport (di alto livello), ma ha risolto solamente la metà del problema. Infatti, invece dell'auspicata scomparsa del doping, si è passati ad un'altra forma di convivenza con esso: se prima lo scopo era quello di migliorare le prestazioni sportive anche facendo uso di sostanze dopanti, ora tutt'al più ci si preoccupa di come è possibile riuscire a non farsi sorprendere dai controlli antidoping. L'effetto indesiderato di questa pur necessaria azione repressiva del doping ha convinto tutti gli addetti al lavoro della necessità di una capillare campagna di prevenzione.

La prevenzione, in qualsiasi ambito venga svolta (alimentazione, fumo, droga,...), presuppone

un intervento a livello dei valori dell'uomo. A nostro modo di vedere, nel caso specifico del doping, la miglior prevenzione consiste in un'educazione mirata svolta al fine di trasmettere i giusti valori dello sport di prestazione e quelli non meno importanti della salute. Ma vediamo di spiegarci meglio.

Lo sport d'alta prestazione incarna valori importanti della nostra civiltà: il bisogno di dare sempre il meglio di sé, di migliorarsi costantemente e di impegnarsi a fondo per raggiungere un obiettivo. Grazie allo sport di competizione, l'individuo può così riscoprire le sue potenzialità ma anche i suoi limiti. Se fornite con l'impiego di sostanze dopanti, le prestazioni sportive danno un'immagine falsa dei mezzi umani e tolgo così allo sport d'alto livello il suo significato vero. Ai giovani che si avvicinano allo sport di competizione va il nostro invito a rispettare i propri limiti e ad interpretarli come una protezione a difesa della propria salute.

Il principio della "prevenzione della salute" è il secondo punto su cui deve basarsi la campagna di prevenzione del doping. Minacciata da più parti a causa di alcune cattive abitudini tipiche della nostra società (poco moto, alimentazione sbagliata, troppo fumo,...) la salute ha bisogno di maggior protezione. Pertanto, v'è da chiedersi se non siano maturati i tempi per proporre finalmente ai nostri scolari una nuova materia polidisciplinare, che potremmo chiamare "educazione alla salute", con la quale divulgare i principi di un'educazione allo sport (d'alto livello) e fornire così indirettamente anche un contributo essenziale per la prevenzione del doping.

A questo punto una cosa è certa: la prevenzione del doping deve diventare un obiettivo educativo dell'infanzia e della giovinezza. Solamente in questo modo si potrà raggiungere finalmente quella "maturità sportiva", spesso insufficiente soprattutto negli ambienti dello sport d'alta prestazione, ma assolutamente necessaria per ambire a debellare il problema del doping. ■