

EL DEPORTE Y LA ERGOGENIA: UNA MIRADA DESDE LA BIOÉTICA

THE SPORT AND THE ERGOGENIC: A VIEW FROM THE BIOETHICS

DR. EUGENIO LUNA P. (1)

1. TRAUMATÓLOGO. INSTITUTO TRAUMATOLÓGICO DE SANTIAGO.

Email: kenoluna@hotmail.com

RESUMEN

El deporte ha evolucionado a la par de la civilización y hoy es una actividad que involucra a muchos actores, genera pasiones y sustenta un vasto sector de la economía nacional e internacional. Se hace necesario mantener la visión enfocada en los valores que promueve esta actividad y, como sociedad, exigir en cada campeonato la divulgación de sus doctrinas.

Diferentes formas de prácticas deportivas se han popularizado y con ello los atletas pueden ser agrupados en aficionados, o de elite. Es decir, los que obtienen resultados locales, nacionales o internacionales, deportistas de alto rendimiento, que están en su mejor forma física y psicológica para competir; y deportistas profesionales, aquellos que prestan sus servicios a cambio de una remuneración.

Por último siendo esta una actividad humana debe ser motivo de permanente reflexión ética (1-3).

Palabras clave: Deporte, bioética, ergogenia, origen, principialismo.

SUMMARY

The sport activity has evolved with civilization and today

is an activity that involves many actors, generates passion and supports a vast sector of the national and international economy. Is necessary to keep the focused vision on the values promoted by this activity and, as a society, require in each tournament a disclosure of his doctrines.

Different forms of sport have become popular and thus the athletes can be grouped into amateur or elite; into the ones that plays locally, in a nation league or at international level; High performance athletes, who are in their best physical and psychological shape; and professional athletes who provide services in exchange for payment.

Finally this being a human activity should be of permanent ethical reflection.

Key words: Sport, bioethics, ergogenia, origin, principlism.

INTRODUCCIÓN

La práctica deportiva se ha transformado en una actividad que involucra a gran parte de la población mundial (4), lo cual se ha hecho muy evidente a partir del siglo pasado. El deporte se ha transformado en parte importante de las actividades económicas, sociopolíticas, de salud, lúdicas y técnicas, afectando de igual forma a todos los

miembros de la sociedad independiente de su condición, de tal forma que autores como de J.M. Cagigal (1966) o de G.C. Roberts (1995) consideren que "las actividades deportivas satisfacen, en muchas ocasiones, algunas de las necesidades más profundas del hombre" (5).

En un informe acerca de las actitudes de los norteamericanos con respecto al deporte, se observa que el 96,3% de la población americana juega, ve, o lee artículos sobre deporte con bastante frecuencia; o se identifica con algún equipo o jugador particular (Simón, 1991, 2, Cita por López Frías, 2010, 21) (6).

Por otro lado, a través del deporte se promueven valores e ideales de comportamiento social y una serie de conductas que tienden a una mejor calidad de vida (7).

DESARROLLO

Origen del Concepto de Deporte

El vocablo *deport* con el significado de diversión y el verbo *se deporter* se interpretan invariablemente de la misma forma en el sentido de diversión, recreo, pasatiempo agradable y aparece por primera vez en lengua provenzal en un poema de Guillermo VII de Aquitania, en el siglo XI.

De igual manera, el término *dispor* se empezó a usar en Inglaterra para denominar a un variado número de pasatiempos y entretenimientos a fines del siglo XVI, apareciendo publicado en 1603 como "*disport*" con igual significado que el término *deport*.

El término *sport* que deriva del antiguo *disport* se generalizó como término técnico para designar aquellas actividades recreativas en las que el ejercicio físico era fundamental (N. Elias 1992). De esta forma, otros Estados adoptan este término y se usa para designar el "fútbol -soccer entre la clase popular en Inglaterra-, las carreras de caballos, el boxeo, el tenis, la caza de zorros, el remo, el criquet, el rugby "rugger" en forma coloquial-, el atletismo", etc. Todas estas actividades conocidas como *Sport*.

En España aparece por primera vez el vocablo *deportarse* en el Cantar de Mío Cid, en el siglo XII, y se interpreta como divertirse. Posteriormente pasa al desuso, y es sustituido por el vocablo *depuerto* en el sentido de juego y diversión, el cual desaparece a fines del siglo XIII siendo sustituido en el siglo XV ahora por el vocablo *deport* con igual significado. En el siglo XIX aparece como una expresión idéntica al inglés *sport*, cuyo significado es "recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común, al aire libre" (4).

Otros autores creen que el término *deporte* es de origen latino «(Del latín *deportare*), ant. Divertirse, recrearse...». «*deportare*» es el infinitivo del verbo *Deporto*, are, avi, atum (de, porto). En su acepción de derecho dice: «der.: deporte, placer, entretenimiento».

Más adelante este término pasara a las lenguas romances:

- En castellano, *depuerto* (siglo XIII), del antiguo *deportarse*, cuyo significado es divertirse, descansar.
- En francés, *deport*; en italiano *deportare*; en inglés, *disport*, cuyo sentido es juego, jugar (8).

Juego o deporte

Múltiples investigadores concuerdan que el origen de los deportes se encuentra en aquellas actividades lúdicas desarrolladas por el hombre a través de la historia. Se afirma, por lo tanto, que el deporte tiene su raíz en el juego, el cual es una actividad al margen de lo cotidiano y enteramente voluntario:

Según Huizinga: "Se nos presenta el juego en primera instancia: como un intermezzo en la vida cotidiana, como ocupación en tiempo de recreo y para recreo. Pero, ya en esta su propiedad de diversión regularmente recurrente, se convierte en acompañamiento, complemento parte de la vida misma en general. Adorna la vida, la completa y es, en este sentido, imprescindible para la persona, como función biológica, y para la comunidad, por el sentido que encierra, por su significación, por su valor expresivo y por las conexiones espirituales y sociales que crea" (Huizinga, 2005, 21-22) (6).

El investigador deportivo José María Cagigal dice: «Deporte es, ante todo, juego, según los estudios filológicos. No se puede eliminar de un concepto evolucionado una acepción original, sin plena evidencia de que dicha acepción haya caído en total desuso. Y nadie ha logrado «evidenciar» tal desuso. Para ir a practicar cualquier deporte, se dice «vamos a jugar a...». De un deportista se comenta «jugó bien» o «jugó mal». Todos estos usos y acepciones, cuyos ejemplos podrían ser incrementados interminablemente, no son metafóricos, sino reales...» (8).

La práctica deportiva:

Pareciera ser entonces, que el deporte es una práctica inherente al hombre y se hace presente desde los albores de la humanidad, inicialmente como juegos de destrezas, actividades físicas, como parte de rituales en honor a los dioses, o actividades de entrenamiento para la caza y la guerra.

Cuando las sociedades se organizan y sus necesidades de caza y recolección necesarias para la subsistencia están satisfechas, el tiempo es ocupado en actividades deportivas, las que ahora requieren terrenos adecuados e implementación. Con ello la práctica del deporte se torna de interés social, con el consecuente aumento de público asistente a los espectáculos; aparece de esta forma la profesionalización de la actividad. Así, los ejercicios serán más complejos, lo que se traduce en un nivel superior de desarrollo deportivo, el «estado urbano», clasificación del método evolucionista antropológico, ofrecida por Kendall, entre otros. Por tanto, el deporte florece en relación con el avance de la civilización y la cultura.

Desde el siglo XIX las actividades deportivas han progresado

continuamente en la mayoría de los países en relación al impulso dado por la aristocracia y la burguesía de las zonas industriales en las que se encuentra un común denominador, cual es el ocio, factor desencadenante de la práctica deportiva.

Actualmente existen al menos tres formas de entender y practicar el deporte: la educativa o formativa, llamado deporte pedagógico, el deporte para todos como el recreacional y/o ligado a actividades de la salud y el deporte de competición, de elite y/o profesional (8).

Individualmente, las razones para practicar deportes son por un lado la búsqueda de placer, que produce la auto superación, más que la derrota de un oponente; y por otro lado la posibilidad de ser "mejor", reconocido esto como un "valor cultural", en concordancia con el ideal de perfección al que se tiene como meta de vida y que justifica los pesares que necesariamente involucra el arduo trabajo del atleta (9).

El Olimpismo, definido como: "una filosofía de vida que exalta y combina en un conjunto armónico las cualidades del cuerpo, la voluntad y el espíritu. Aliando el deporte con la cultura y la educación, propone crear un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo, el valor del buen ejemplo y el respeto por los principios éticos fundamentales". Esta visión fue impulsada por Pierre de Coubertin desde fines del siglo XIX y describe hasta hoy los valores involucrados en la práctica deportiva (10).

Estos valores pueden encontrarse en una serie de manifiestos que promueven ideales de convivencia, desarrollo individual y social suscritos por todos los pueblos del orbe.

El valor intrínseco del deporte es el "espíritu deportivo", esencia misma del Olimpismo, que involucra el juego limpio; donde se reconocen la ética y la honestidad, la excelencia deportiva, el valor de la salud, el respeto de las normas y de las leyes, el respeto hacia uno mismo y hacia los otros participantes, el espíritu de grupo y la solidaridad (11).

El juego limpio implica comportarse de forma que se respeten todos los valores mencionados, aún cuando no estén manifiestos literalmente en las reglas del juego. Es de esta manera que se dignifica la competencia y los atletas. La excelencia deportiva, lograda a través del entrenamiento metódico y ordenado en función del desarrollo de las aptitudes y el refuerzo de la voluntad.

La salud es un valor individual y socialpreciado, lo que se refleja en el artículo 2.2 de la Carta Internacional de la Educación Física y el deporte de la UNESCO que dispone: "En el plano del individuo, la educación física y el deporte contribuyen a preservar y mejorar la salud, a proporcionar una sana ocupación del tiempo libre y a resistir mejor los inconvenientes de la vida moderna. En el plano de la comunidad, enriquecen las relaciones sociales y desarrollan el espíritu deportivo que, más allá del propio deporte, es indispensable para la vida en sociedad" (12).

El respeto a uno mismo, reconoce la dignidad de las personas por lo que son, un fin en sí mismo y no un medio. Así también se expresa esta condición en el reconocimiento del otro y con ello se hace comprensible la relación que se establece cuando se actúa en equipo ordenada y coordinadamente, en pos de un objetivo común que debe estar mas allá de la obtención del trofeo de campeón, sino que debe reflejar la alegría de una competencia franca y transparente; cuya preparación no estuvo exenta de sacrificio o dificultad y que exige el máximo a la voluntad propia y del grupo, promoviendo la solidaridad y la fraternidad hasta llegar a la meta (13).

ÉTICA DEPORTIVA Y ERGOGENIA

En consideración especialmente a los valores que promueve el deporte, es necesario preguntar: ¿Es el deporte esencialmente bueno? o ¿La práctica deportiva trae siempre beneficios a aquel que lo practica?, y ¿Está la sociedad sólo enfocada en los beneficios alcanzados, tanto personales como del conjunto social a través de dicha práctica?

El deporte es una actividad humana y por lo tanto no está ajeno a la reflexión ética. Se transforma entonces en una actividad que contribuye a la realización del proyecto de vida personal y por esa vía al logro de la "felicidad aristotélica", que se consigue a través de actuar bien hasta lograr el bien supremo "aquello para lo que queremos todo lo que queremos, lo que primero y siempre nos mueve a actuar", es por tanto una actividad de bien (14,15).

Con los avances de la ciencia y la tecnología, nacen nuevas formas de entrenamiento, nuevos materiales y nuevas técnicas para mejorar una determinada disciplina deportiva; incorporándose a la practica del deporte, con el objetivo de mejorar el rendimiento atlético necesario para mantenerse dentro de los grupos de elite; lo que resulta más atractivo si hay más incentivos, tanto sociales como económicos.

Nos referiremos a una nueva estrategia de preparación deportiva, llamada ERGOGENIA.

Ergogenia

Ergogenia del griego *ergon*= trabajo, y *gennan*= producción, involucra la optimización de los procesos que mejoran la producción de trabajo físico de los atletas. Incluyen sustancias, métodos, fármacos, equipamiento y el mejoramiento de aquellas condiciones innatas o adquiridas, con el fin de lograr un mayor rendimiento físico. La ayuda más obvia incluye el entrenamiento asociado a una nutrición adecuada y un reposo adecuado del cuerpo.

Las ayudas ergogénicas buscan una mejora en la capacidad física reflejada en un mejor rendimiento deportivo a través de: la optimización del metabolismo en la producción de energía, el incremento de la capacidad de trabajo muscular, y la mejora de la capacidad competitiva.

Según las ayudas podemos distinguir cuatro categorías:

1. Aquellas que están aceptadas por los organismos internacionales, son legales y no producen daño a la salud.
2. Aquellas que no están prohibidas actualmente pero que pueden producir daño potencial a la salud de aquel que las utilice habitualmente.
3. Aquellas que estando prohibidas por los organismos internacionales parecen no producir daño si se usan adecuadamente.
4. Aquellas que además de estar específicamente prohibidas producen daño a la salud del que las usa. Tienen también una sanción correspondiente.

Podemos distinguir ayudas ergogénicas:

No Nutricionales:

-Ayudas Biomecánicas: muy en relación con la indumentaria utilizada en los diferentes deportes como por ejemplo, uso de cascos y vestimenta, zapatillas, esquís, bicicletas aerodinámicas. Y con nuevas técnicas de entrenamiento en relación a la forma de mejorar un lanzamiento, por ejemplo.

-Psicológicas: en relación a como enfrentar la competencia con mayor concentración o relajación, mejorando la postura frente a la presión de la alta competición, con mejores resultados finales.

-Fisiológicas: como el calentamiento muscular, el cual aumenta el flujo sanguíneo muscular, y la temperatura, mejorando su capacidad de trabajo, y el metabolismo energético. Otras como la transfusión sanguínea actualmente considerado dopaje. El masaje es una buena técnica antes y después del esfuerzo. El oxígeno a altas concentraciones no ha demostrado resultados, se considera sólo como placebo.

-Farmacológicas: pueden ser sustancias permitidas o prohibidas.

Las Nutricionales incluyen:

-Suplementación con Macronutrientes, como bebidas deportivas energéticas, dietas de supercompensación de carbohidratos.

-Suplementación con micronutrientes: Vitaminas y Minerales.

El uso de la ergogenia debe considerar el logro de un mayor rendimiento sin arriesgar la salud del atleta. En contraposición, está la superación de aquellos atletas que sólo usan el entrenamiento sin tener acceso a otro tipo de ayuda (16).

Los Principios de la Bioética

Podemos usar los principios de la bioética de T.L. Beauchamp y J.F. Childress, para valorar la categoría 2, antes enunciada, de las ayudas ergogénicas, "aquellas que no están prohibidas actualmente pero que

pueden producir daño potencial a la salud de aquel que las utilice habitualmente"(16,17).

En Bioética el principio de autonomía reconoce al ser humano como ser moral, libre y responsable en la toma de sus propias decisiones. Debe por lo tanto, responder ante su conciencia respecto de su particular proyecto de vida, lo que en definitiva traduce "su felicidad", la cual se transforma en el objeto vital de cada uno. Por otro lado la obligación moral es llevar a plenitud dicho proyecto acorde con las propias posibilidades y capacidades, diferentes en cada persona (18,19). De esta forma la decisión de cada deportista respecto de la forma elegida para alcanzar sus logros es válida en tanto sea respetuoso de la normas del juego por un lado y con ello del "juego limpio" y, por otro lado, un promotor activo de los valores deportivos antes mencionados.

El principio de beneficencia en función de proveer lo mejor al otro, obliga al equipo que prepara al atleta a velar para que éste compita en óptimas condiciones físicas y mentales durante su vida atlética activa y, subsidiariamente lo hace responsable de su salud física y social una vez que culmina su carrera.

La justicia debe ser observada en función de la promoción por parte de los organismos contralores del deporte, nacionales e internacionales, de condiciones tales que todos los deportistas se preparen y compitan en condiciones de igualdad, de modo que la competencia sea justa. Debe haber una acción coordinada durante toda la vida deportiva de los atletas promoviendo este principio, evitando la posibilidad de dopaje, no solo durante las competencias sino que también en los periodos de preparación (13).

La no maleficencia obliga al conjunto social y organizacional a repudiar aquellas acciones que no respeten el bienestar del atleta, provocando un daño reconocido inmediato o posterior con objeto de conseguir un triunfo, transgrediendo la esencia del deporte. Este principio debe ser observado especialmente por aquellos que promueven estrategias de máximo rendimiento, teniendo en cuenta el fin buscado por el atleta la dignidad del oponente, y los fines del deporte, descritos en la definición de Olimpismo.

CONCLUSIONES

Sabido es que la actividad física de un deportista de elite, de alto rendimiento o profesional, muchas veces va en contra de la natural resistencia humana, en cuanto a carga, cantidad y densidad de entrenamiento. Aún así, la sociedad no hace mención a la censura de esta conducta, sino más bien la justifica en pos de un "triunfo olímpico". De este modo nace un modelo a imitar, sin embargo, cada logro necesita más esfuerzo, no pudiendo evitar entonces la tentación del dopaje (20).

El dopaje es definido como: "el uso de un artificio (sustancia o método)

potencialmente peligroso para la salud de los atletas y/o susceptible de mejorar su rendimiento”, o “la presencia en el organismo del atleta de una sustancia o la constatación de la aplicación de un método que figuren en una lista anexa al código antidopaje del Movimiento Olímpico” (21).

El dopaje es un problema ético, puesto que va en contra de una competencia justa. No considera el respeto al digno adversario, ya que persigue la obtención de triunfos atléticos de forma fraudulenta. El actuar médico es moralmente cuestionable en tanto indicar, prescribir o administrar sustancias o productos a los atletas con el objeto de obtener ventajas durante la preparación o la competencia, aún a costa de producir daño inmediato o futuro (16).

La reflexión debe ser permanente, considerando que el deporte ha evolucionado desde el siglo XX a la par con los avances científicos, tecnológicos, socioculturales y económicos. Se nos presenta entonces una actividad -el deporte- como un producto que atrae multitudes ávidas de espectáculo y a una industria preocupada de la rentabilidad de sus accionistas. Los deportistas se transforman en los oferentes de la “diversión”, siendo forzados a romper una marca o crear más entretenimiento a fin de satisfacer un fin diferente de aquel soñado por Pierre de Coubertin, como es fomentar el respeto a valores de justicia, responsabilidad, honor y sentido del deber. El deporte profesional se hace útil a otros propósitos emergentes en esta nueva sociedad, individual, tecnológica, “neoliberal” que nos obliga a una nueva

forma de sometimiento (20).

Por otro lado, el deporte de elite asociado a estas nuevas prácticas como la ergogenia y que se orientan en busca de la superación “infinita” de la capacidad física, tiene su riesgo, no sólo asociado al potencial daño que se produce en respuesta al rigor del entrenamiento, sino aquel daño que demostradamente se produce una vez que se acaba el ciclo de competición.

¿Quién es responsable de generar las condiciones para la reinserción de estos deportistas retirados? ¿La sociedad toda, por beneficencia? ¿El Estado como responsable de este grupo ahora vulnerable? ¿O la industria que se benefició infinitamente con aquel máximo rendimiento? (22).

Por último la tecnología parece tener la capacidad de producir un nuevo grupo de atletas, aquellos modificados o creados para triunfar. La pregunta ahora es ¿Cómo la sociedad le va responder a estos nuevos atletas? Cuando ellos son el resultado de un nuevo diseño pensado y creado para lograr la meta, ya no por méritos naturales (dones) o como consecuencia del entrenamiento perseverante con sacrificio y voluntad manifiesta, sino más bien como el resultado esperado por un “otro” distinto; aquél que modificó y entregó una nueva “pócima” de éxito, no como expresión del trabajo permanente que busca la felicidad total, sino que, como aquel que busca triunfos inmediatos o la rentabilidad de una industria en crecimiento desmedido (23).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Zayas Moll Y La Bioética en el deporte de alto rendimiento Msc. Moll1BIOÉTICA / Septiembre - Diciembre 2010. www.cbioetica.org/revista/103/101-1722.pdf
- Cardenal Carro M, Una propuesta sobre el concepto de deportista profesional..(Nota extrapolable al ámbito de aplicación de otras relaciones laborales especiales) www.empleo.gob.es/es/publica/pub_electronicas/.../83/est05.pdf
- Capítulo II 2. Revisión de la literatura 2.1 Definición de un Atleta. catarina. udlap.mx/udla/tales/documentos/lps/.../capitulo2.pdf
- Olivera Beltran J.-Reflexiones en torno al origen del deporte, Educación Física y Deportes 1993 (33) 12-23 articulos-apuntes.edittec.com/33/es/033_012-023_es.pdf
- Tema I origen e historia de la psicología del deporte. ocw.ehu.es/.../psicología-del-deporte/.../origen-e-historia-de-la-psicol...
- Pérez Triviño, J. La filosofía del deporte: temas y debates. Dilemata, Norteamérica, 0, ene. 2011. Disponible en: <<http://www.dilemata.net/revista/index.php/dilemata/article/view/76/90>>.
- Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de 1978 Unesco
- García Blanco S. Origen del concepto «deporte» AULA, Vol. VI, 1994. Págs. 61-66 gredos.usal.es/jspui/bitstream/.../Origen_del_concepto_deporte.pdf
- Garzarelli J. PSICOLOGIA DEL DEPORTE Parte I: 8. La Competencia en el Deporte. Universidad del Salvador (Argentina) www.psicologia-online.com › Ebooks › Psicología del Deporte
- “Una mirada Introductoria al pasado y presente del OLIMPISMO www.lapetus.uchile.cl/lapetus/c1/download.php?id=1449
- Código Mundial Antidopaje • 2009
- Carta Internacional de la Educación Física y el deporte de la UNESCO.
- Thomas H Murray. Defender los valores y la ética del deporte: la relación entre la lucha contra el dopaje y los valores deportivos y la ética UNESCO. unesdoc.unesco.org/images/0018/001884/188404s.pdf.
- Escribar A.; Pérez M.; Villarroel R. Bioética Fundamentos y dimensión practica, Pag. 34-37 (Mediterráneo 2008.) Santiago-Chile.
- Faguet E. Iniciación Filosófica. Capítulo V, Aristóteles, Páginas 27-30.

Version Castellana de Gala M. Librería de la Vda. De Ch. Bouret. Paris-México 1920.

16. A Odriozola Lino J. Ayudas ergogénicas en el deporte Arbor CLXV, 650 (Febrero 2000), 171-185 pp.)

arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/download/964/971

17. Kottow M. Introducción a la bioética. Capítulo 4, Escuelas Bioéticas, pag. 89-97. Segunda Edición. Mediterráneo 2005. Santiago Chile.

18. Busquets E, Autonomía y Beneficencia. Dos principios en tensión. *ethos*. url.edu/articles/24/8/...y.../Pagina8.html

19. Farreras Rozman Medicina Interna 13ª ed. Capítulo 33 Gracia D. Ética médica. <http://www.samfyc.es/pdf/GdTBio/201035.pdf>. 33

20. Zamora Ramírez M. Aproximación a una concepción bioética del deporte. *Bioética* pag. 18-23, 14-17. www.cbioetica.org/revista/53/531417.pdf

21. Declaración de Lausana, sobre el Dopaje en el deporte, Adoptada por la Conferencia Mundial sobre el Dopaje en el Deporte. Lausana, Suiza, 4 de Febrero de 1999).

22. García García O, Cancela Carral J.M, Olveira Núñez E, Mariño Torrado R, ¿Es compatible el máximo rendimiento deportivo con la consecución y mantenimiento de un estado saludable del deportista? Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte. Universidad de Vigo International Journal of Sport Science VOLUMEN V - AÑO V Páginas:19-31 ISSN:1885 3137 N° 14 - Enero – 2009. www.cafyd.com/REVISTA/01403.pdf

23. Sandel Michael J Contra la Perfeccion- Google Libros Capítulo Atletas Bionicos pag. 37-67 <http://books.google.es/books?...>

El autor declara no tener conflictos de interés, en relación a este artículo.