



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوپینگ تناسب اندام

مسیرها، جنسیت، بدن و سلامتی

پسپر اندریاسون، توماس یوهانسون

مترجمان

دکتر توحید خانواری

دکترهادی روحانی

میترا عبدالهی دیبا

سر شناسه	: آندرتاسون، یسپر. <i>Andreasson, Jesper</i>
عنوان و نام پدید آور	: دوپینگ تناسب اندام (مسیرها، جنسیت، بدن و سلامتی). یسپر آندرتاسون و توماس یوهانسون
مترجمان: توحید خانواری، هادی روحانی، میترا عبداللهی دیبا	
مشخصات نشر	: تهران: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، انتشارات، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	: ۲۳۴ ص. مصور، جدول، نمودار.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۵۷-۰
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: <i>Fitness doping : trajectories, gender, bodies and health , 2020</i>
موضوع	: ورزشکاران -- سوء مصرف دارو
موضوع	: <i>Athletes-- Drug use</i>
موضوع	: دوپینگ در ورزش -- جنبه‌های اجتماعی
موضوع	: <i>Doping in sports -- Social aspects</i>
موضوع	: آمادگی جسمانی -- جنبه‌های اجتماعی
موضوع	: <i>Physical fitness -- Social aspects</i>
شناسه افزوده	: توحید، خانواری، ۱۳۶۹ - مترجم
شناسه افزوده	: روحانی، هادی، ۱۳۶۰ - مترجم
شناسه افزوده	: عبداللهی دیبا، میترا، ۱۳۷۲ - مترجم
شناسه افزوده	: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات
رده بندی کنگره	: RC۱۲۳۰
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۴۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۶۹۰۹۰۱

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی



دوپینگ تناسب اندام (مسیرها، جنسیت، بدن و سلامتی)

مترجمان: دکتر توحید خانواری، دکتر هادی روحانی، میترا عبداللهی دیبا

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۵۷-۰

ناشر: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

شمارگان: ۵۰۰ نوبت چاپ: تهران، اول ۱۴۰۰ قطع: وزیری

لیتوگرافی: کیامرثی چاپ و صحافی: پادینا

قیمت: ریال

تهران: خیابان مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳- کد پستی: ۱۵۸۷۹۵۸۷۱۱

تلفن: ۸۸۷۴۷۸۸۴ (۰۲۱) نامبر: ۸۸۷۳۹۰۹۲ ssrc.ac.ir info@ssrc.ac.ir

کلیه حقوق برای پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری محفوظ است.

پیشگفتار

تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان یک حوزه علمی دانشگاهی در سالهای اخیر روند رو به رشدی را در تمامی زمینه های آموزشی، پژوهشی و اجرایی داشته است. یکی از مسائل مهم مورد توجه مسئولان و برنامه ریزان، شناسایی، فراهم سازی و تقویت زمینه های لازم برای تولید دانش علوم ورزشی و به کارگیری علوم ورزشی تولید یافته در عرصه های ورزش قهرمانی و میادین بین المللی و نیز ورزش همگانی و سلامت عمومی است. به همین جهت پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی که در راستای سیاست های علمی، آموزشی و پژوهشی خود، برای انتقال آخرین یافته ها به منظور توسعه روزافزون دانش و فناوری در ایران اسلامی بنیان نهاد شده، در نظر دارد با فراهم کردن بستری مناسب برای پیشبرد فعالیت های پژوهشی و نیز ارتقای سطح علمی، فرهنگی و کمک به تلفیق علم و عمل، گامی مؤثر در رفع نیازهای علمی ورزش کشور بردارد. در این راستا، پژوهشگاه اقدام به انتشار کتاب های **علمی - ورزشی - تخصصی** برگرفته از تلاش های متخصصان، محققان و دانش آموختگان تربیت بدنی و علوم ورزشی نموده است. امید است با انتشار اینگونه کتب، به فضل خداوند متعال، گامهای مؤثری در جهت تحقق اهداف عالی نظام جمهوری اسلامی ایران برداشته باشیم.

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

پیشگفتار نویسنده

هم در تحقیقات و هم در گفتمان عمومی، استفاده از مواد غیرقانونی تقویت کننده عملکرد و تجسم (PIED) تا حد زیادی به زمینه ورزش‌های رسمی و رقابتی مرتبط بوده است. به عنوان مثال، توجه زیادی به دوچرخه سواران، وزنه برداران، دوندگان سرعت و سایر افراد شده است و دانشمندان در مورد روش‌های مختلف (به عنوان مثال، استروئیدهای آندروژنی آنابولیک، هورمون رشد انسانی و دوپینگ خون) ورزشکاران ورزش‌های حرفه‌ای برای تقویت بعد رقابتی خود بحث کرده‌اند. در سایه این بحث، استفاده از دوپینگ در زمینه بدنسازی و تناسب اندام تا حد زیادی (در مقایسه) بدون توجه پیش رفته است. کتاب دوپینگ تناسب اندام با هدف اصلاح این عدم تعادل و نگاهی دقیق به تحولات اخیر در گسترش شیوه‌های مصرف دارو در زمینه بدنسازی و تناسب اندام نگاشته شده است.

دوپینگ تناسب اندام نتیجه همکاری طولانی مدت و علاقه ما به توسعه جهانی و رشد فرهنگ بدنسازی و تناسب اندام است. ما قبلاً کتاب "ورزش جهانی" با محوریت "جنسیت، سلامتی و علم تدریس"^۱ (۲۰۱۴)، با پالگرو مک میلان^۳، که در آن حق امتیاز و تجاری سازی فرهنگ تناسب اندام مورد بحث قرار گرفته است را منتشر کردیم. بعداً، کتاب دوم، "ورزش‌های افراطی، بدن‌های افراطی"^۴ با محوریت جنسیت، هویت و بدن‌های در حرکت (۲۰۱۹) را منتشر کردیم. در این کتاب دوم، ما یک رویکرد سبب شناختی و پدیدارشناختی بیشتری به ورزش‌های بدنسازی، ورزش‌های سه گانه آهنین و ورزش‌های رزمی مختلط داشتیم. در جلدی که در دست است و باید به عنوان سومین و آخرین قسمت از این معما درک شود، هدف ما این است که نتایج نوشته‌های قبلی خود را تلفیق کنیم و در بحث مداوم درباره دوپینگ تناسب اندام، سلامتی و جنسیت سهیم باشیم.

در این کتاب، ما بحث خواهیم کرد که چگونه توسعه جهانی بدنسازی و فرهنگ تناسب اندام بر جمعیت شناسی دوپینگ تناسب اندام عمومی در دهه‌های اخیر و همچنین مسیرهای منتهی به دوپینگ و تفاهمات و مذاکرات بدنی مربوط به استفاده از داروهای غیرقانونی تأثیر گذاشته است. واضح است که فقط بدنسازان و وزنه برداران نیستند که در این زمینه‌ها از

1 Performance- And Image- Enhancing Substances
2 Gender, Health And Pedagogies

3 Palgrave Macmillan
4 Extreme Sports, Extreme Bodies

دوپینگ استفاده می‌کنند. با شروع کار خود، ما مشاهده کردیم که برای مسئله دارتر و نظری‌تر کردن اطلاعات به بحث و بررسی در مورد مسیرهای دوپینگ تناسب اندام و جنسیت در دوپینگ تناسب اندام نیاز داریم. ما صمیمانه از شارلا پلانت^۱ و پاپی هال^۲، پالگرو مک میلان و همچنین همه بازرسانی که پروپوزال ما را جالب و مرتبط دانسته و نوشتن و چاپ کتاب را برای ما امکان پذیر کردند سپاسگزاریم.

بدنه این کتاب بر اساس داده‌هایی است که عمدتاً در سوئد و با استفاده از یک رویکرد مردم نگر جمع آوری شده است. در سوئد دوپینگ نه تنها از بعد قاچاق، بلکه از منظر وجود در بدن نیز ممنوع است. ما با افرادی که در چارچوب سالن بدنسازی و برای تناسب اندام فعالیت می‌کنند و از دوپینگ استفاده می‌کنند، ملاقات داشته و صحبت کرده‌ایم. این افراد با به اشتراک گذاشتن سخاوتمندانه تجربیات، درک‌ها و دیدگاه‌های خود در مورد مسائل، درگیر بحث‌هایی شده‌اند که می‌تواند پیامدهای قانونی داشته باشد. ما صمیمانه از سخاوتمندان سپاسگزاریم و از همه زنان و مردانی که وقت گذاشته و با ما صحبت کردند و ما را در زندگی روزمره خود جای دادند تشکر می‌کنیم. ما همچنین می‌خواهیم از برخی از همکاران و دوستانمان بخاطر تلاش و پشتیبانی آنها قدردانی کنیم. برای نقش آنها در یک پروژه بزرگتر، ما از همکاران پروژه ما تان اسور کرسون^۳، دانشجوی دوره دکتری دانشگاه لیناوس^۴ و یوهان اوهمن^۵ که در شبکه ضد دوپینگ^۶ (PRODIS) (پیشگیری از دوپینگ در سوئد) فعالیت می‌کند تشکر کنیم. ما همچنین از شورای تحقیقات سوئد برای بهداشت، زندگی کاری و رفاه (FORTE) به دلیل حمایت مالی تشکر می‌کنیم. از آندرس بجورکه^۷ و ماری لان^۸ نیز متشکریم.

بعلاوه، ما می‌خواهیم از برخی محققان بخاطر سهم و بخشش سخاوتمندانه آنها در قالب مطالعه، اظهار نظر و ارائه دیدگاه‌هایشان در مورد کارمان تشکر کنیم. از وست کریستیانسن^۹، دانشگاه آره‌اوس^{۱۰}، آوریل هنینگ^{۱۱} و دانشگاه استیرلینگ^{۱۲} نیز تشکر می‌کنیم. آوریل به عنوان یکی از نویسندگان مشترک در یکی از فصل‌ها بسیار کمک کرد (فصل ۳). ما همچنین

1 Sharla Plant

2 Poppy Hull

3 Ellen Sverkersson

4 Linnaeus

5 Johan Öhman

6 Prevention Of Doping In Sweden

7 Andreas Björke

8 Marie Lann

9 Vest Christiansen

10 Aarhus

11 April Henning

12 Stirling

می‌خواهیم از کارل ویلیامز^۱ بخاطر خواندن و ویرایش متن تشکر کنیم. کارن، روش‌های شما با کلمات، همیشه شفافیت افکار ما را به همراه دارد. برخی از فصل‌های این کتاب بر اساس مقالاتی است که پیش از این توسط نویسندگان در مجلات دانشگاهی از جمله ورزش در جامعه، افزایش عملکرد و بهداشت، مجله ورزش و مسائل اجتماعی و علوم اجتماعی منتشر شده‌اند.

Jesper Andreasson

کالمار، سوئد

Thomas Johansson

گوتنبرگ، سوئد

می ۲۰۱۹

1 Karen Williams

پیش‌گفتار مترجمان

بعضی وقت‌ها زمانی که کتابی را مطالعه می‌کنید، آنقدر قدرت بیان مطالب بالاست که حیف‌تان می‌آید این کتاب را بقیه هم نخوانند. کتاب در دست شما از جمله کتاب‌هایی است که این ویژگی را داراست. از بین کتاب‌های فراوانی که پارسال مطالعه کردم، روش نگارش کتاب حاضر به قدری متفاوت و جالب بود که تصمیم گرفتیم با ترجمه آن به مخاطب ایرانی نیز امکان استفاده از مطالب کتاب را داده باشیم. این کتاب بحث دوپینگ و بالاخص مصرف استروئیدها را به دور از فضای کلیشه‌ای معروف که در کتاب‌های فیزیولوژی و بیوشیمی مطالعه کردیم، به معرض نمایش می‌گذارد. نویسندگان با صرف ۵ سال وقت و تلاش بی‌وقفه دوپینگ و اثرات مثبت و منفی آن را از دید دوپینگ‌کنندگان و به دور از هرگونه تعصبی بیان می‌کنند. این کتاب مسیرها، روش‌ها و آینده دوپینگ را به روشنی بیان کرده و دوپینگ را از منظر جنسیت نیز بررسی می‌کند. مطالب کتاب به گونه‌ای بیان شده است که خواننده خود را به جای راوی تجسم کرده و بعنوان فردی که دوپینگ را تجربه کرده است پذیرش بی‌ارزش بودن یا برعکس ارزشمند بودن مقوله دوپینگ، برای وی واقعی‌تر می‌شود. خواننده این کتاب با روشی داستانی با دلایل مصرف دوپینگ در افراد مختلف آشنا شده و می‌آموزد که خطرات دوپینگ بیش از بعد جسمانی آن است که ما تصور می‌کنیم؛ زیرا به وضوح راویان بیان می‌کنند که مصرف داروها چه تاثیری بر اخلاق، رفتار اجتماعی و معضلات خانوادگی آن‌ها دارد.

علاوه بر مطالب فوق، در این کتاب مزایای دوپینگ نیز از منظر دوپینگ‌کنندگان هم به صورت مصاحبه و هم از طریق انجمن‌های آنلاین در دو جامعه متفاوت آمریکا و سوئد مورد بررسی قرار می‌گیرد. از آنجایی که پرورش اندام و بدنسازی در جامعه ایران از سال‌ها قبل رو به افزایش است، متأسفانه میل به مصرف استروئیدها و داروهای افزایش‌دهنده عملکرد در جوانان ایرانی، رو به افزایش است. از سوی دیگر معمولاً گزارش می‌شود که اکثر این تجویزها از سوی مربیان باشگاه‌های بدنسازی انجام می‌گیرد که فقط تجربه مصرف آن را بدون داشتن هیچ پشتوانه علمی در کارنامه خود دارند.

مطالب این کتاب، خواه ناخواه جوان ایرانی را در مقابل تجربه بسیاری از دوپینگ‌کنندگانی قرار می‌دهد که همه خوب و بد دوپینگ و مصرف دارو را تجربه کرده‌اند. مخاطب این کتاب

تمام افرادی هستند که با اهدافی نظیر بهتر دیده شدن، کسب مقام و افزایش عزت نفس به دنبال تجربه دوره استروئیدی هستند. این کتاب به دور از بیان مطالب علمی فیزیولوژیایی، بیوشیمیایی، سنتز و مسیرهای اثرگذار این نوع داروها، با بیانی شیوا و ساده برای تمام مردم قابل فهم بوده و باعث ایجاد یک بینش عمیق از تاثیرات دوپینگ و مصرف دارو در زمینه تناسب اندام، دیدگاه خواننده را نسبت به عوارض و مزایای فرهنگی، جنسیتی، ورزشی و پزشکی دوپینگ آشنا می‌سازد. مترجمین امیدوارند با ترجمه این کتاب بتوانند دیدگاه تازه و نوینی را از دوپینگ تناسب اندام به مردم بدهند تا با اطلاعات وسیعتری نسبت به تبدیل شدن یا نشدن به دوپینگ کننده تناسب اندام اقدام نمایند.

بهار ۱۴۰۰

فهرست مطالب

بخش ۱- پیش زمینه دوپینگ تناسب اندام

- فصل ۱- مقدمه..... ۲
- فصل ۲- دوپینگ - چشم اندازهای تاریخی و معاصر..... ۱۹
- فصل ۳- دوپینگ تناسب اندام جهانی..... ۴۷
-

بخش ۲- مسیرهای دوپینگ

- فصل ۴- تصورات مصرف کنندگان و سوء مصرف کنندگان..... ۷۲
- فصل ۵- دوپینگ کننده شدن یا نشدن..... ۹۱
- فصل ۶- دوپینگ تناسب اندام آنلاین..... ۱۲۱
-

بخش ۳- بدن های دوپینگی و جنسیت

- فصل ۷- تجسم مجدد دوپینگ و مردانگی..... ۱۴۲
- فصل ۸- دوپینگ تناسب اندام در زنان..... ۱۶۹
-

بخش ۴- نتیجه گیری

- فصل ۹- مسیرها و جمعیت شناسی دوپینگ جدید..... ۲۰۰
- فصل ۱۰- طراحی تحقیق و ملاحظات روش شناسی..... ۲۱۵
-

بخش ۱ - پیش زمینه دوپینگ تناسب اندام

فصل ۱- مقدمه

مقدمه

در تحقیق و به عنوان یک پدیده، استفاده از عملکرد غیرقانونی داروهای افزایش دهنده عملکرد و ذهنیت (PIED)، مانند استروئیدهای آندروژنی آنابولیک (از این پس استروئیدها) و هورمون-های رشد انسانی، معمولاً به عنوان یک نگرانی در رقابت‌های ورزشی (حرفه‌ای) رسمی (یعنی "دوپینگ ورزشی") یا یک مسئله بهداشت عمومی، به عنوان یک مشکل اجتماعی باقی مانده است (Waddington, Dimeo 2007). سرمایه‌گذاری‌های عظیمی در زمینه تحقیق در مورد مصرف مواد در رابطه با ورزش‌های نخبه‌سازمان یافته و چگونگی جلوگیری از دوپینگ برای اطمینان از حفظ آرمان‌های بسیار ارزشمند در مورد بازی جوانمردانه انجام شده است (Waddington و Smith ۲۰۰۹). در دهه‌های اخیر، دانشمندان به‌طور فزاینده‌ای دوپینگ را به عنوان یک مشکل اجتماعی و یک مسئله بهداشت عمومی به رسمیت شناخته‌اند (Brennan, Wells و van Hout ۲۰۱۷، Christiansen ۲۰۱۸، Van Hout و Hearne ۲۰۱۶) و در درجه اول آن را با تمرینات قدرتی در ورزش‌های مختلف و در داخل فرهنگ باشگاه و تناسب اندام مرتبط دانسته‌اند.

اغلب پیشنهاد شده است که تأثیر اجتماعی محیط باشگاه بدنسازی و تناسب اندام، که به نوعی ذهنیت غنی شده و فرآیند اجتماعی شدن در آنجاست، کلید درک مصرف مواد در خارج از حوزه‌های ورزشی است که به‌طور رسمی اداره می‌شود. در اواخر دهه ۱۹۷۰ و اوایل دهه ۱۹۸۰ وقتی فرهنگ بدنسازی و تناسب اندام به‌طور قابل توجهی گسترش یافت (Andreasson و Johansson ۲۰۱۴)، گزارش‌ها نیز بیان کردند که دوپینگ تناسب اندام تفریحی در میان جوانان به عنوان وسیله‌ای برای افزایش حجم عضلات و بهبود شکل ظاهری و دیگر موارد مرتبط محبوبیت یافته است (Parkinson و Evans ۲۰۰۶، Sas-Nowosielski ۲۰۰۶). بحث‌های اولیه در این مطالعات و گفتمان عمومی بر روی بدنسازان