

شناسه:	سند انتظار پژوهش (RFP)	 پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
تاریخ:		
شماره:		

عنوان طرح به فارسی	بررسی جامع مصرف مواد نیروزا در ورزشکاران
عنوان طرح به انگلیسی	Comprehensive investigation of use status of ergogenic substances in athletes

<p>۱. تعریف پروژه (توضیح روشن، صریح و خلاصه‌ای از آنچه که باید انجام، بررسی یا تعیین شود)</p> <p>براساس پژوهش‌ها و گزارشات متعدد، مصرف مکمل‌ها و داروهای غیرمجاز نیروزا جهت ارتقاء عملکرد ورزشی روز به روز در حال افزایش است. ورزشکاران برای دستیابی به موفقیت‌های ورزشی غالباً تحت فشارهایی از طرف حامیان، سیاستمداران، مربیان، والدین، سازمان‌ها و باشگاه‌های ورزشی هستند. تمامی این فشارها موجب می‌شود که آنها در جستجوی برتری‌های فیزیولوژیک، بیومکانیک، تغذیه‌ای و روانی به هر صورت ممکن باشند. اغلب این عوامل موجب گرایش ورزشکاران به مصرف مکمل‌ها و مواد نیروزا می‌شود. مصرف این مواد شامل دامنه گسترده‌ای از مواد نیروزا مانند استروئیدهای آنابولیک، داروهای مدر، داروهای کاهنده وزن، داروهای محرک، نوشیدنی‌های نیروزا، هورمون رشد و بسیاری از مواد و داروهای مختلف است. مصرف هر دسته از مواد در رشته‌های ورزشی مختلف تفاوت دارد به طوری که مصرف برخی داروها و مواد در بعضی از رشته‌ها شیوع بالاتری می‌تواند داشته باشد. متأسفانه، به رغم تلاش فدراسیون‌ها و سازمان‌های ورزشی مختلف در حفظ حیثیت ورزشی قهرمانان، این مصرف بی‌رویه و سوءاستفاده‌ی دارویی شکل خاص و خطرناکی به خود گرفته و قشر جوان را در معرض عوارض خطرناک و حتی مرگ قرار داده و از طرفی فرهنگ ورزش و حرمت آن را مورد هجوم قرار داده است. از آنجایی که در حال حاضر میزان علاقه‌مندی جوانان به ورزش‌های مختلف به ویژه ورزش‌های قدرتی و پرورش اندام در سراسر دنیا و همچنین در کشور ما نیز رو به فزونی می‌باشد که احتمالاً تمایل به سوء مصرف از مکمل‌ها و داروهای مختلف را به دنبال خواهد داشت، با این حال تا کنون مطالعه‌ی دقیق و جامعی در زمینه‌ی ارزیابی شیوع و وضعیت مصرف این مواد در ورزشکاران رشته‌های مختلف انجام نشده است. با عنایت به مطالب مذکور و اهمیت بسیار زیاد عوارض بهداشتی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سوءمصرف مکمل‌ها و داروهای نیروزا و در راستای سیاست‌های وزارت ورزش و جوانان و نیز پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی مبنی بر لزوم ارزیابی شیوع و وضعیت مصرف این مواد و ارائه‌ی راهکارهای مناسب در خصوص رفع و پیشگیری از سوءاستفاده از این مواد جهت ارتقای سلامت جوانان و ورزشکاران، مطالعه‌ی حاضر قصد دارد تا به بررسی جامع وضعیت مصرف مکمل و مواد نیروزا در ورزشکاران بپردازد.</p> <p>با توجه به اینکه محققان قصد دارند اطلاعات کاملی و جامعی پیرامون میزان شیوع و مصرف مکمل و داروهای نیروزا در ورزشکاران رشته‌های مختلف را جمع‌آوری و مطالعه کنند، بنابراین روش تحقیق توصیفی – (پیمایشی) را به کار خواهد گرفت و مطالعه‌ی حاضر به عنوان</p>
--

تحقیق کاربردی- توسعه‌ای می‌باشد. جامعه‌ی آماری شامل همه‌ی ورزشکاران مرد و زن رشته‌های مختلف است که حداقل سه سال و به طور مداوم سابقه‌ی فعالیت در این رشته را داشته و در یکی از سطوح کشوری، آسیایی و یا جهانی سابقه رقابت داشته باشند. حجم نمونه نیز بر اساس مطالعات قبلی، در سطح معنی داری پنج درصد و با استفاده از نرم افزار Surway system در حدود ۱۵۰۰ نفر تعیین می‌شود که از همه فدراسیون های موجود انتخاب خواهد شد که به شکل تصادفی خوشه‌ای انتخاب خواهند شد. داده‌های پژوهش حاضر توسط پرسشنامه محقق ساخته گردآوری خواهند شد. این پرسشنامه در چهار بخش خواهد بود. بخش اول شامل اطلاعات زمینه‌ای و فردی، بخش دوم شامل میزان شیوع مکمل ها و داروهای نیروزای مختلف، بخش سوم شامل منابع اطلاعاتی و تهیه‌ی این مواد و زمان مصرف آنها توسط ورزشکاران و بخش چهارم شامل میزان آگاهی ورزشکاران از عوارض و خطرات جانبی این مواد است. نهایتاً داده‌های تحقیق توسط آمار توصیفی [میانگین (انحراف معیار) و فراوانی (درصد)] و استنباطی (کلموگروف اسمیرنوف، رگرسیون چند متغییره و تحلیل واریانس یک راهه) مورد تجزیه و تحلیل قرار خواهند گرفت.

۲. واژه‌های اصلی و محوری (اشاره به کلیدواژه‌ها و واژه‌هایی که به نوعی به پروژه مربوط می‌شوند، همراه با تعریف مختصر از هر کدام)

مواد نیروزا: هر ماده غذایی یا دارویی که هم به طور مستقیم موجب بهبود متغیرهای فیزیولوژیکی مرتبط با اجرای فعالیت شوند و هم بازدارنده‌هایی را که ممکن است ظرفیت فیزیولوژیکی را محدود کنند، از میان بردارند که این مواد در لیست داروهای ممنوعه قرار دارند.

مکمل غذایی: در سال ۱۹۹۴ میلادی در ایالات متحده تعریف ساده‌ای از مکمل‌های غذایی به وسیله DSHEA ارائه شد که عنوان می‌کند مکمل غذایی محصولی است که می‌تواند رژیم غذایی را کامل نماید و شامل یک یا تعداد بیشتری از عناصر غذایی زیر است: الف) ویتامین ب) ماده معدنی ج) گیاه یا ترکیبات گیاهی د) اسید آمینه ه) ماده غذایی به منظور استفاده فرد برای تکمیل رژیم غذایی با افزایش مصرف رژیم غذایی ی) کنسانتره، متابولیت، عصاره یا ترکیبی از هر عنصر شرح داده شده در بندهای الف-ب-ج-د-ه-ی.

استروئیدهای آنابولیک: موادی مصنوعی هستند که ساختمان شیمیایی آنها شبیه هورمون های جنسی مردانه (آندروژن ها) است و به این خاطر نقش های زیستی این هورمون ها را تقلید می کنند. استروئیدها به صورت کلی دارای چهار حلقه کربنی هستند که سه تا از آنها سیکلوهگزان و آخری سیکلوپنتان (پنج کربنه) است. تفاوت استروئیدها در گروههایی است که به این حلقه‌ها وصل می‌شوند و اکسیداسیون حلقه‌ها.

ورزشکار: حداقل سه سال و به طور مداوم سابقه‌ی فعالیت در رشته ورزشی را داشته و در یکی از سطوح کشوری، آسیایی و یا جهانی سابقه رقابت داشته باشد.

۳. سوابق پروژه (اشاره مختصر به سوابق پروژه‌های مشابه داخلی و خارجی)

با توجه به اینکه بر خلاف مقالات، بانک جامع اطلاعاتی در مورد طرح‌ها و پروژه‌های اجرایی داخلی و خارجی وجود نداشته و یا این پروژه‌ها در این بانک‌های اطلاعاتی به ثبت نرسیده‌اند، لذا به تعدادی از پروژه‌هایی که توسط مجری (رامین امیرسانان) در این زمینه اجرا شده‌اند اشاره می‌شود:

- ۱- بررسی مصرف مکمل‌های غذایی در ورزشکاران اعزامی به المپیک ۲۰۱۲ لندن - سال ۹۲- پژوهشگاه تربیت بدنی
- ۲- بررسی مصرف مکمل‌های غذایی و در تیم‌های ملی کشتی آزاد و فرنگی ایران و عوامل موثر بر آن - سال ۹۱- دانشگاه تبریز
- ۳- بررسی وضعیت تغذیه (آگاهی، عملکرد و نگرش) و عوامل موثر بر آن در ورزشکاران منتخب استان آذربایجان شرقی - سال ۹۲- اداره کل ورزش و جوانان استان آذربایجان شرقی
- ۴- بررسی مصرف مکمل و داروهای نیروزای غیر مجاز در ورزشکاران پرورش اندام استان آذربایجان شرقی - سال ۱۳۹۳ در حال بررسی - اداره کل ورزش و جوانان استان آذربایجان شرقی

۴. اهداف کلی و جزئی پروژه

هدف کلی: بررسی جامع وضعیت مصرف مواد نیروزا در ورزشکاران

اهداف اختصاصی:

- ۱- تعیین میزان شیوع و وضعیت مصرف مکمل‌های مختلف در ورزشکاران زن و مرد
- ۲- تعیین میزان شیوع مصرف داروهای غیرمجاز مختلف در ورزشکاران زن و مرد
- ۳- تعیین شاخص‌ترین مکمل و داروی غیرمجاز نیروزای مصرفی در ورزشکاران
- ۴- تعیین کسب منابع اطلاعاتی و دریافت مکمل‌ها و داروهای نیروزای غیرمجاز توسط ورزشکاران
- ۵- تعیین عوامل موثر بر مصرف مکمل‌ها و داروهای غیرمجاز توسط ورزشکاران
- ۶- تعیین میزان آگاهی ورزشکاران از عوارض و خطرات جانبی این مواد

۵. قلمروی سازمانی، مکانی و زمانی (اشاره به گستردگی پروژه در ابعاد سازمانی، مکانی، زمانی و دامنه منابع جمع‌آوری اطلاعات)

این پروژه در تمام فدراسیون‌های ورزشی و هیئت‌های ورزشی تابعه در وزارت ورزش و جوانان و کمیته ملی المپیک ایران و یا در تمام باشگاه‌های ورزشی قابل اجرا می‌باشد.

۶. تخصص‌ها و تجارب مورد نیاز برای اجرای پروژه

متخصصین فیزیولوژی و تغذیه ورزشی با تجربه تدریس، تحقیق در موضوع مربوطه و همکاری با فدراسیون‌های ورزشی

۷. ابزارهای پروژه (اشاره به ابزارها، امکانات، حمایت‌ها و... برای انجام پروژه)

ابزار: پرسشنامه‌ی تغذیه و مکمل‌های ورزشی محقق ساخته
حمایت: از طرف روسای فدراسیون‌های ورزشی، سرپرستان و مربیان تیم‌های ورزشی - مدیران باشگاه‌ها پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

۸. خروجی‌ها، کاربست‌ها و مستندات نهایی (اشاره به برون‌دادهای مختلف عملی، اجرایی، مستندسازی و آیین‌نامه‌ای نتایج پروژه)

امید است با اجرای این پژوهش نتایج و کاربردهای زیر حاصل گردد: ۱- شناسایی میزان مصرف مکمل‌های مختلف در ورزشکاران رشته‌های ورزشی مختلف

۲- شناسایی میزان مصرف داروهای غیرمجاز مختلف در ورزشکاران رشته‌های ورزشی مختلف

۳- شناسایی شایع‌ترین مکمل و داروی غیرمجاز نیروزای مصرفی در ورزشکاران رشته‌های ورزشی مختلف

۴- شناسایی کسب منابع اطلاعاتی و دریافت مکمل‌ها و داروهای نیروزای غیرمجاز توسط ورزشکاران

۵- عوامل موثر بر مصرف مکمل‌ها و داروهای غیرمجاز توسط ورزشکاران

۶- ارزیابی میزان آگاهی ورزشکاران از عوارض و خطرات جانبی این مواد

با توجه به اطلاعات کسب شده و اهمیت بسیار زیاد عوارض بهداشتی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سوءمصرف مکمل‌ها و داروهای نیروزا و در راستای سیاست‌های وزارت ورزش و جوانان و نیز پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی مبنی بر لزوم ارزیابی شیوع و وضعیت مصرف این مواد و ارائه راهکارهای مناسب در خصوص رفع و پیشگیری از سوءاستفاده از این مواد جهت ارتقای سلامت جوانان و ورزشکاران.

۹. انتظارات پروژه در موضوع پیوند با سازمان‌های داخلی و خارجی

۱۰. ملاحظات اساسی (اقدامات مورد انتظار) در انجام پروژه

دقت در تکمیل پرسشنامه توسط آزمودنی‌ها

۱۱. تجاری‌سازی و درآمدزایی (اشاره به دستاوردهای تجاری‌سازی و درآمدزایی برای پژوهشگاه)

شناسایی مکمل‌های پر مصرف مجاز و اقدام به وارد کردن آن - مشاوره حرفه‌ای به نخبه‌گان ورزشی و...

۱۲. پیش‌بینی زمان و هزینه انجام پروژه

کمتر از یکسال ■ بین یک تا دو سال ■ بیش از دو سال □