



ORGANIZACIÓN NACIONAL ANTIDOPAJE DE PANAMÁ

PLAN DE EDUCACIÓN ANTIDOPAJE 2020

Elaboración: ORGANIZACIÓN NACIONAL ANTIDOPAJE – ONAD PAN

INTRODUCCION

En la actualidad, la lucha contra el dopaje en Panamá se regula fundamentalmente en el Capítulo VII del Texto Único de 4 de diciembre de 2008, que comprende la Ley 16 de 1995, que reorganiza el Instituto Nacional de Deportes y la Ley 50 de 2007, que reforma dicha Ley, previéndose el “Control de sustancias prohibidas y métodos no reglamentarios en el deporte” y creándose la Organización Nacional Antidopaje de Panamá (ONAD-PAN).

El presente plan de educación constituye el eje temático sobre educación antidopaje dirigido a atletas en todos los niveles, personal de apoyo, población infantil y adolescente. Ha sido elaborado por el departamento de Organización Nacional Antidopaje de Panamá (ONAD-PAN) siguiendo los estándares de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA).

La temática y los conceptos que se desarrollarán, se han adecuado a la necesidad deportiva panameña luego de una evaluación hecha por ONAD-PAN acerca de la realidad deportiva panameños y su relación con el antidopaje.

1. OBJETIVOS

El objetivo de este plan educativo es proveer a los atletas y a su personal de apoyo de información antidopaje que sea útil en su carrera amateur y/o profesional. Asimismo, se busca llevar una educación basada en valores, incluyendo a la población infantil y adolescente que inicia en el mundo del deporte.

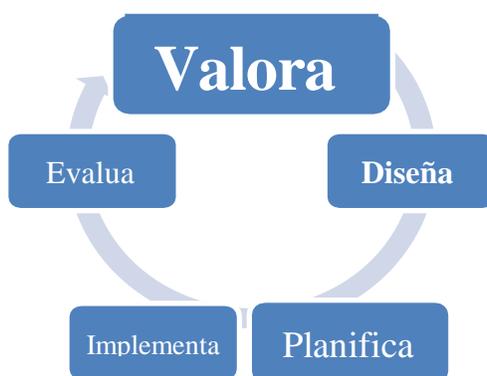
- Sensibilizar e informar por lo menos a 500 participantes durante los Juegos Deportivos Estudiantiles Nacionales 2020 en temas esenciales de dopaje y juego limpio.
- Dar información al menos a trescientos (300) atletas miembros de las selecciones nacionales y atletas en formación en todo lo concerniente al tema del dopaje en el deporte.
- Capacitar y sensibilizar al menos noventa (90) entrenadores y profesores de educación física, en temas de valores y juego limpio, a efectos de que sean los transmisores del mensaje a los atletas en selecciones nacionales y en formación.

- Sensibilizar por lo menos a 3,000 niños panameños entre 8-12 años para que adquieran, aprecien y apliquen los valores del deporte y juego limpio en todas las situaciones de su vida; honestidad, esfuerzo, autodisciplina, superación, sinceridad, compañerismo, respeto y promoción de la salud.

2. MARCO TEÓRICO

El uso de teorías y modelos de cambio ayuda a explicar cómo los individuos desarrollan y modifican sus comportamientos y prácticas. Asimismo, ayudan a orientar el diseño, implementación y la evaluación de intervenciones en la población.

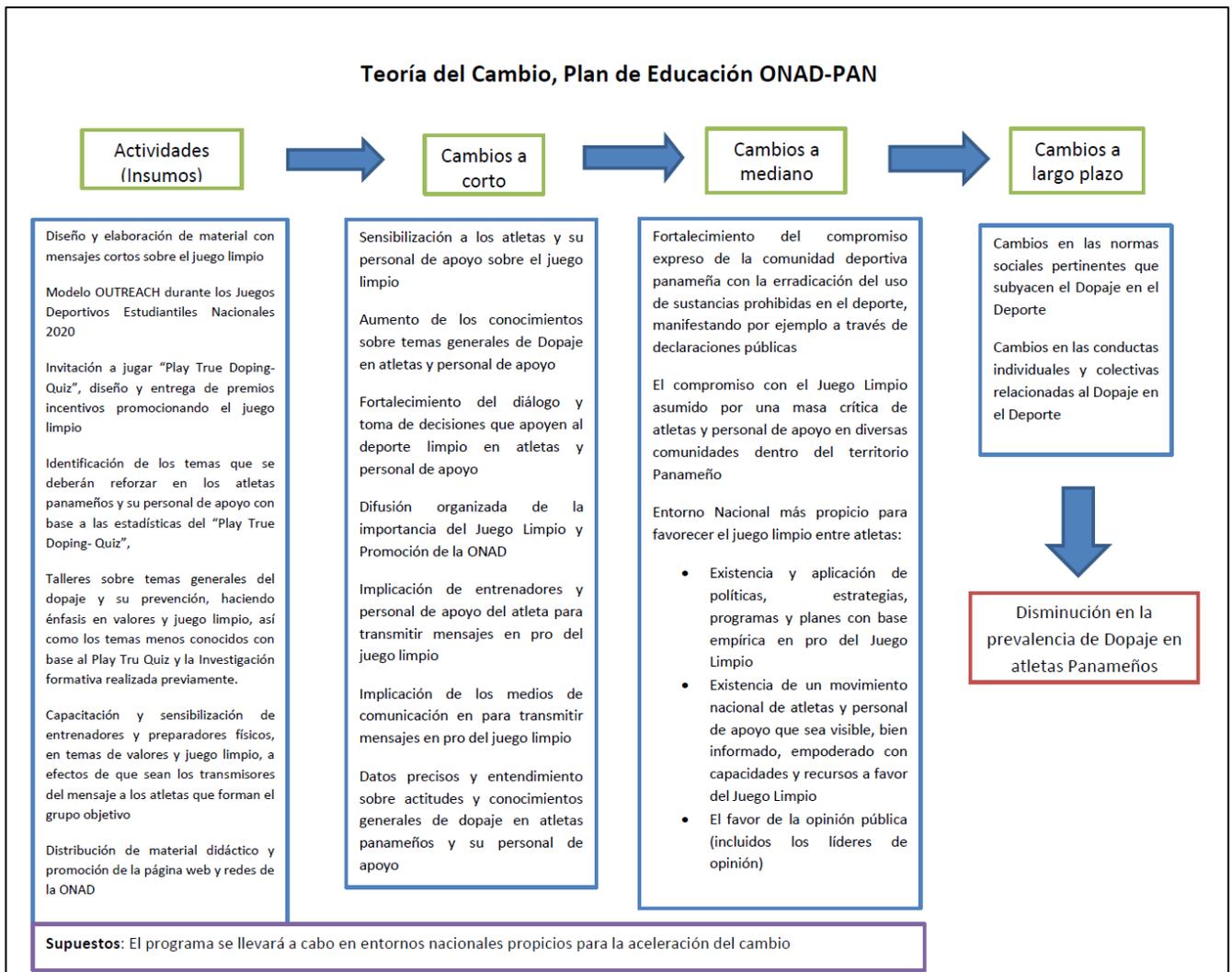
La oferta educativa en la lucha contra el dopaje que implementa ONAD-PAN se basa en evidencia y teoría, siempre agregando educación basada en valores usando el sistema SMART: Específico, cuantificable, alcanzable, realista y oportuno.



3.1 Modelo de creencias en salud

El presente plan de educación considera el Modelo de Creencias en Salud, el cual plantea que el comportamiento está determinado por la estimación que las personas hacen acerca de la posibilidad de cumplir objetivos deseados mediante la realización de una acción específica. Entre los constructos de dicho Modelo están: susceptibilidad, severidad, beneficios y barreras percibidas, así como claves para la acción.

A partir de dichos constructos se busca conocer las creencias y valoraciones internas que presentan los atletas panameños jóvenes y su personal de apoyo ante el riesgo de la utilización de sustancias prohibidas en el Deporte. El Modelo permite plantear cuestionamientos precisos con los cuales se busca obtener esta información e incrementar el conocimiento de la audiencia objetivo.



3.2 Educación basada en el fomento de los valores

Tradicionalmente la educación en antidopaje estaba asociada únicamente con conocimiento en antidopaje, logrando tener poco impacto en la población. Considerando lo anterior, es imperativo crear un marco educativo basado en estrategias y técnicas para que el aprendizaje sea puntual, contextualizado y significativo, pero sobre todo asequible.

2.3 Estructura del Programa de Responsabilidad Personal y Social (PRPS)

Este programa fue diseñado con el objetivo de que los adolescentes y jóvenes de riesgo vivieran experiencias de éxito que favorecieran que desarrollaran sus capacidades personales y sociales, y su responsabilidad social tanto en el deporte, como en la vida. Este modelo va más allá de los programas tradicionales de dopaje y puede adaptarse a la población deportista ya que sostiene la necesidad de enseñar a través del deporte comportamientos y valores que mejoren la vida de las personas.

El PRPS asocia dos valores al bienestar y al desarrollo personal: el esfuerzo y la autogestión; También asocia otros dos valores al desarrollo y a la integración social, dichos valores son, respectivamente: el respeto a los sentimientos y los derechos de los demás; y la capacidad de escuchar y ponerse en el lugar de los otros.

Cuando los atletas son capaces de entender dichos valores y comportarse de acuerdo con ellos, han alcanzado lo que el programa denomina Responsabilidad Personal y Social (RPS).

Para aprender los comportamientos relacionados con los valores del programa, los atletas tendrán que ir superando de modo progresivo los siguientes niveles:

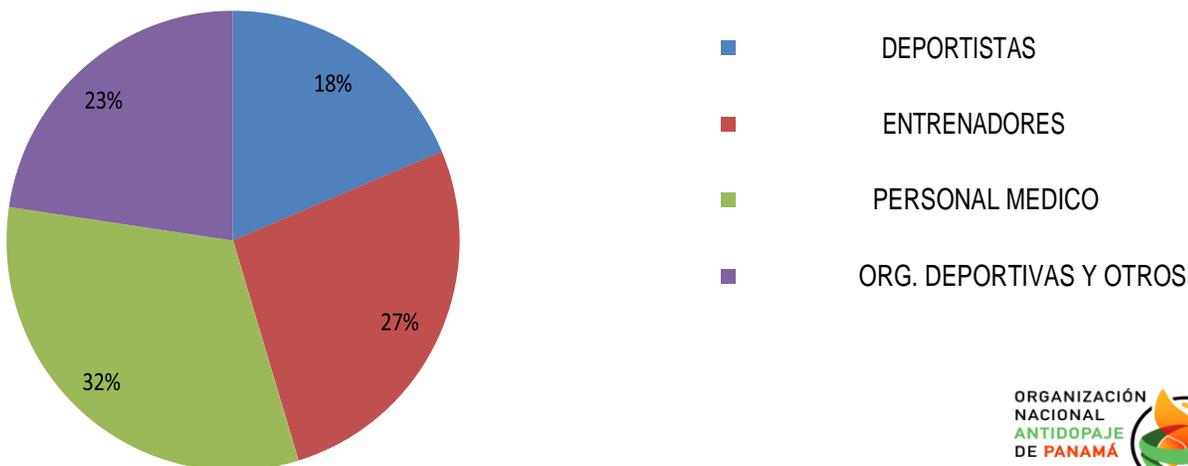
- Nivel 1: El respeto por los derechos y sentimientos de los demás.
- Nivel 2: La participación.
- Nivel 3: La autogestión. Ponerse metas a corto y largo plazo, evaluar sus resultados, y planificar su futuro a medio y largo plazo.
- Nivel 4: La ayuda. Los atletas deben aprender a cuidar a otros, hacer proyectos de servicios, y atender las necesidades de sus compañeros.
- Nivel 5: Fuera del gimnasio. Han de aplicar en otros contextos lo que se ha aprendido en el programa.

3. ANALISIS DEL ENTORNO

En 2016, luego del I Seminario Educacional Antidopaje para los países de Centroamérica, se pudo realizar una investigación formativa con el fin de evaluar el conocimiento y las actitudes de los participantes ante la problemática de Dopaje en el deporte y generar información que sirva como base para el diseño de programas en educación antidopaje.

Se obtuvo información de 53 participantes 32% personal médico, 27% entrenadores, 18% deportistas, y el resto miembro de organizaciones deportivas y otros.

Relación de los participantes con el deporte



Análisis de actitudes de los participantes contra el dopaje

A continuación, se reproducen los datos obtenidos en relación con las preguntas relativas a las actitudes de los participantes contra el dopaje antes y después del Seminario exceptuando las preguntas 3, 4, 6, 7, 9 y 10, cuyos resultados no requieren una comparación.

No.	Preguntas	Antes del Seminario		Después del seminario	
		De acuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	En desacuerdo
1	El dopaje es necesario para ser competitivo	9%	91%	14%	86%
2	Se exageran los riesgos relacionados con el dopaje	16%	84%	45%	55%
3	En mi país, todavía no existe una cultura antidopaje muy extendida	82%	18%		
4	Los deportistas y personas de apoyo al deportista de mi país conocen lo suficiente sobre el dopaje	37%	63%		
5	Los deportistas no deberían sentirse culpables por saltarse las reglas	16%	84%	12%	88%
6	Los deportistas son presionados para tomar fármacos que mejoran el rendimiento	24%	76%		
7	El deporte es la única alternativa profesional para los deportistas	34%	66%		
8	El dopaje es una parte inevitable del deporte competitivo	32%	68%	29%	71%
9	Doparse no es hacer trampas, ya que la mayoría de los deportistas lo hace	5%	95%		
10	Los deportistas pueden dar positivo en cualquier momento, ya que las sustancias dopantes están en todas partes	52%	48%		
11	No existen garantías suficientes de que en el proceso de control de dopaje no se produzcan manipulaciones	27%	73%	33%	67%
12	Solo debería valorarse la calidad del rendimiento, no la manera en que los deportistas lo logren	22%	78%	12%	88%
13	Mi posición como persona relacionada con el deporte es contraria al dopaje	67%	33%	61%	39%

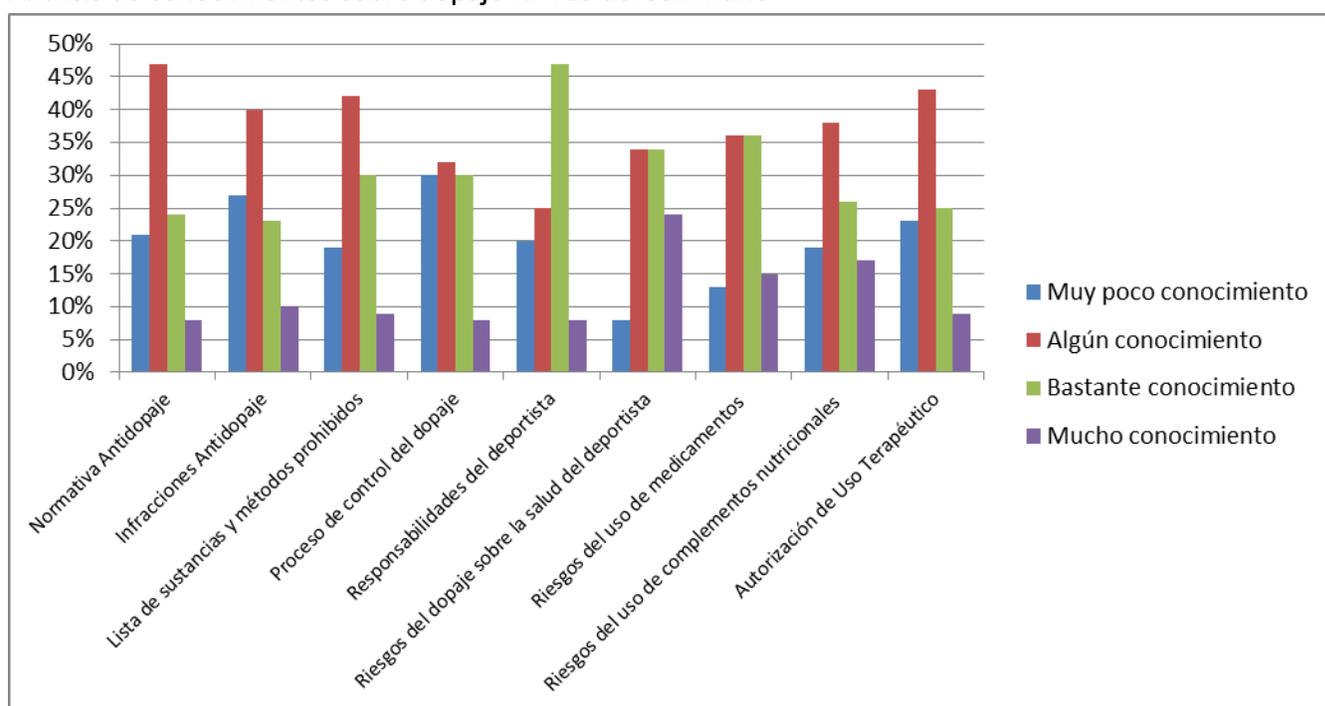
Entre los principales hallazgos de la investigación podemos observar que el 82% de los participantes consideraron que no existe una cultura antidopaje extendida; Además para 22% de los encuestados se debe considerar la calidad del rendimiento y no la manera en la que los deportistas lo logren.

Después del seminario el 45% consideró que se exageran los riesgos relacionados con el dopaje y el 29% consideró el dopaje inevitable en el deporte competitivo.

Análisis de conocimientos de los participantes sobre dopaje

Antes del seminario los participantes consideraron tener “muy poco conocimiento” principalmente en el proceso de control de dopaje (30%), infracciones antidopaje (27%), Autorización de Uso Terapéutico (23%) y Normativa Antidopaje. (21%)

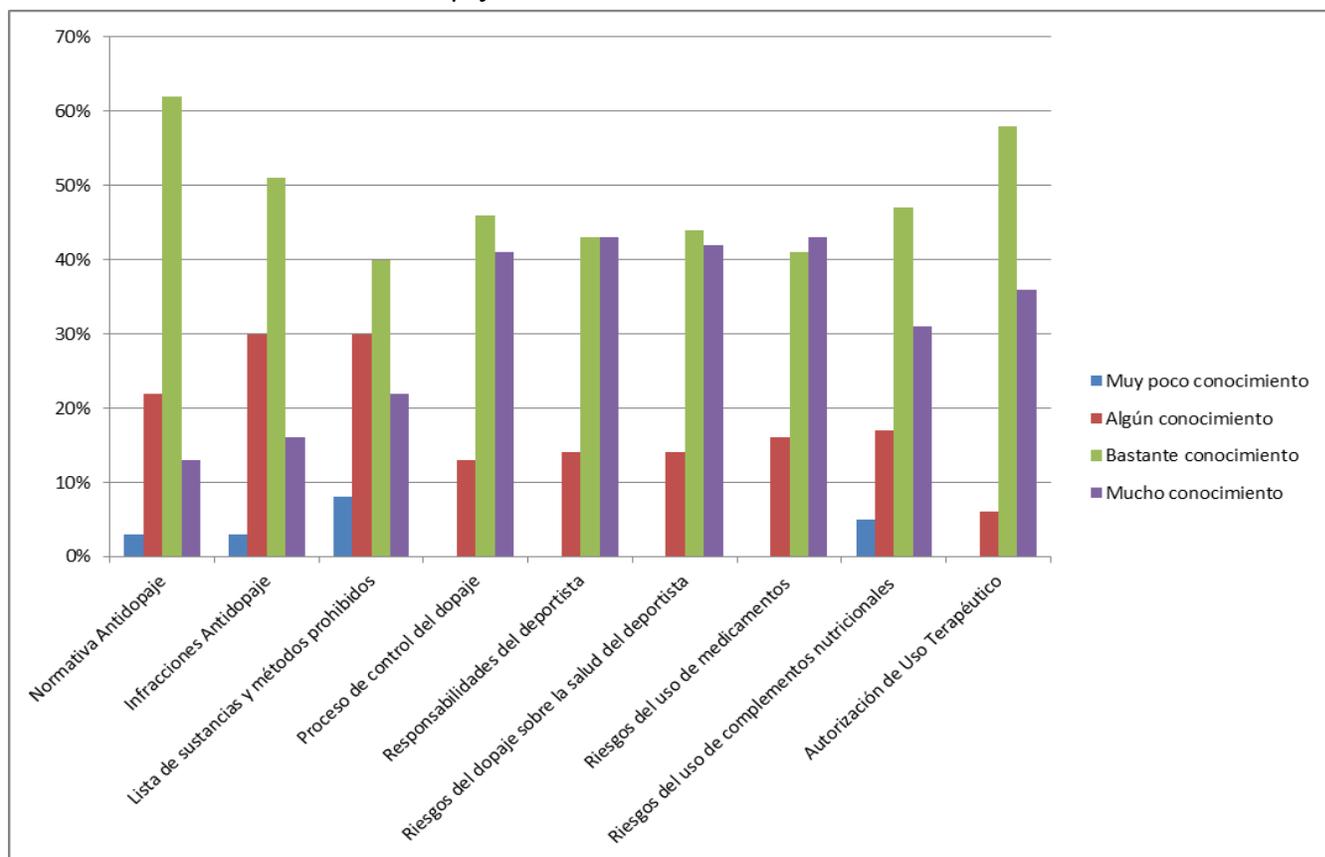
Análisis de conocimientos sobre dopaje ANTES del seminario



El mayor conocimiento se puede observar en los temas relacionados a los riesgos del dopaje en la salud del deportista (24%), riesgo del uso del complementos nutricionales (17%) y riesgo de usos de medicamentos (15%)

Posterior al seminario se evaluaron nuevamente los conocimientos sobre dopaje en los participantes donde se observó un aumento general en todos los temas siendo la “Lista de sustancias y métodos prohibidos” (8%) el tema que fue considerado con menor conocimiento.

Análisis de conocimientos sobre dopaje DESPUÉS del seminario



Las responsabilidades del deportista (43%) y el riesgo del uso de medicamentos (43%) fueron los tópicos en los que se consideraron el mayor conocimiento posterior al seminario. En la normativa antidopaje se observó el menor aumento de conocimiento posterior al seminario (8%-13%)

5. IDENTIFICACION DE LOS TIPOS DE DESTINATARIOS

Atletas y personal de apoyo afiliados a Asociaciones, Organizaciones, Federaciones y/o al Instituto Panameño de Deporte (PANDEPORTES)

- Atletas de alto rendimiento Nacional
- Deporte amateur (eventos deportivos)
- Atletas en formación (escuelas, centros deportivos)
- Personal de equipos multidisciplinarios
- Niños, adolescentes y profesores de educación física

6. METODOLOGÍA

En este documento se indican los temas necesarios en la formación de una cultura antidopaje en los atletas y su personal de apoyo, así como la metodología PRPS según los conceptos que serán desarrollados.

En este programa, el mensaje de prevención al dopaje es transversal a todos los temas y será utilizado en cada una de las sesiones. Por tal motivo, dada su importancia y su efecto, no se lo encasilla en una sola sesión.

6.1 Seminarios, pláticas y conferencias

Se realizarán seminarios, pláticas y conferencias presenciales en atletas de alto rendimiento, atletas en formación y personal de equipo multidisciplinario que tendrán en su contenido educativo, las siguientes secciones:

- Historia y concepto del Dopaje.
- Los Valores en el Deporte.
- Regulación Nacional e Internacional.
- Infracciones de las normas.
- Sustancias, métodos prohibidos, y repercusión de la salud (peligros)
- Derechos y Responsabilidades del Deportista.
- Uso de Suplementos.
- Autorización de Uso terapéutico. (AUT)
- Procesos del control de dopaje. Gestión de resultados
- Pasaporte Biológico.

Al inicio y al final cada sesión, los participantes deberán responder un cuestionario acerca de los conceptos desarrollados. Del mismo modo se realizará un cuestionario anónimo para evaluar el trabajo de los expositores, a manera de tener un mensaje de retorno que será considerado en futuras sesiones.

6.2 Programa Outreach

Para la fase de sensibilización se desarrollará un programa Outreach durante los Juegos Deportivos Estudiantiles Nacionales 2020 a realizarse en Ciudad de Panamá, se utilizarán mensajes cortos sobre el juego limpio y se invitará a los participantes a jugar el Play True Quiz de AMA, mismo que evalúa conocimientos básicos sobre tema de dopaje y emite una

calificación con base a las preguntas que fueron respondidas correctamente otorgando un premio incentivo a las calificaciones altas.

Con base a los datos estadísticos obtenidos en el Play True Quiz, se identificarán los temas que se deberán reforzar en los atletas panameños y su personal de apoyo.

6.3 Talleres dirigidos a atletas en formación y profesores de educación física

Se llevarán a cabo dieciocho (18) talleres de enseñanza en seis (6) provincias, recalcando los valores del deporte e involucrando a los profesores de educación física como líderes en el trabajo antidopaje a nivel nacional.

Se dividirán las fechas en tres (3) días de trabajo por provincia, un día dedicado únicamente a los profesores de educación física con el objetivo de capacitar y sensibilizar a efectos de que sean los transmisores del mensaje a los atletas que forman el grupo objetivo. Un día dedicado para el grupo de atletas establecidos de 12 a 15 años y un día dedicado para el grupo de atletas establecidos de 16 a 18 años.

De igual forma los expertos nacionales, el Sr. Manuel Villalobos, Sr. Julio Chang y el Sr. Carlos Naranjo, quienes han recibido capacitación en prevención de dopaje en el deporte actuarán interactivamente con los atletas y entrenadores, para el éxito esperado en cada participación a lo largo y ancho del país.

6.4 Historieta gráfica educativa

Se diseñará una historieta gráfica educativa en formato físico y digital dirigida a niños entre 8 y 12 años cuyo objetivo será la promoción de los valores del deporte (honestidad, esfuerzo, autodisciplina, superación, sinceridad, compañerismo, respeto) y la importancia del juego limpio, adaptada al entorno Panameño para lograr una mayor identificación por parte de la población objetivo.

6.5 Educación e información antidopaje on-line

Impulsar el uso de ADeL: Plataforma de aprendizaje electrónico antidopaje, ofrece acceso a todos los temas relacionados con el deporte limpio y el antidopaje; cursos para atletas, entrenadores, médicos, administradores y cualquier persona interesada en aprender más sobre el antidopaje y proteger los valores del deporte limpio.

Utilizar videos en las charlas interactivas y seminarios, así como la difusión de los mismos redes sociales; Se planea crear nuevos videos diseñados por la ONAD-PAN utilizando

contextos específicos de atletas Panameños y la frase “Dile Sí al juego Limpio”

7. CALENDARIO DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD A REALIZAR	1er Trim	2do Trim	3er. Trim	4to. Trim	Total
1) Seminarios, pláticas y conferencias sobre temas educativos antidopaje	3	3	3	3	12
2) Programa Outreach	0	1	0	0	1
3) Talleres dirigidos a atletas en formación y profesores de educación física	0	6	6	6	18
4) Mensajes informativos en medios de comunicación y plataformas digitales “Di Sí al juego limpio”	3	3	3	3	12
5) Difusión de la plataforma AdEL en redes sociales y medios digitales	3	3	3	3	12
6) Diseño y difusión de la historieta gráfica educativa	-	✓	✓	✓	

8. EVALUACIÓN

Con el fin de poder medir los resultados del Programa de Educación, se definen indicadores de eficacia y de impacto para los objetivos previamente establecidos. Para cada uno de ellos se precisa la fuente de información a utilizar, considerando los instrumentos ya existentes o aquellos diseñados por la ONAD-PAN.

La obtención de los datos se llevará a cabo a través de fuentes de información primaria y secundaria considerándose la aplicación de los instrumentos seleccionados para cada una de las actividades. Éstos serán completados por el personal de la ONAD-PAN.

Objetivo	Instrumento de recolección	Indicador	Dimensión a medir	Unidad de Medida	Frecuencia de medición
Proveer a los atletas y a su personal de apoyo de información antidopaje que sea útil en su carrera amateur y/o profesional	Porcentaje de la población deportiva que ha recibido educación en temas de dopaje	Número de personas que han recibido educación en temas de dopaje- Universo de población deportiva * 100	Impacto	Número	Anual

Objetivo	Instrumento de recolección	Indicador	Dimensión a medir	Unidad de Medida	Frecuencia de medición
Sensibilizar e informar por lo menos a 500 participantes durante los Juegos Deportivos Estudiantiles Nacionales 2020 en temas esenciales de dopaje y juego limpio	Estadísticas ONAD-PAN	Número de participantes en el Outreach en juegos Deportivos Estudiantiles*100 /500	Eficacia	Porcentaje	Anual
Dar información al menos a treientos (300) atletas miembros de las selecciones nacionales y atletas en formación en todo lo concerniente al tema del dopaje en el deporte	Estadísticas ONAD-PAN	Número de atletas que han recibido seminarios, pláticas o conferencias*100 /300	Eficacia	Porcentaje	Anual
Capacitar y sensibilizar al menos noventa (90) entrenadores y profesores de educación física, en temas de valores y juego limpio, a efectos de que sean los transmisores del mensaje a los atletas en selecciones nacionales y en formación.	Estadísticas ONAD-PAN	Número de entrenadores y profesores de educación física capacitados*100/ 90	Eficacia	Porcentaje	Anual
Sensibilizar por lo menos a 3,000 niños panameños entre 8-12 años para que adquieran, aprecien y apliquen los valores del deporte y juego limpio en todas las situaciones de su vida; honestidad, esfuerzo, autodisciplina, superación, sinceridad, compañerismo, respeto y promoción de la salud.	Estadísticas ONAD-PAN	Número de niños que han recibido educación basada en valores *100/3,000	Eficacia	Porcentaje	Anual

ACTIVIDAD A REALIZAR	Instrumento de recolección	Indicador	Dimensión a medir	Unidad de Medida	Frecuencia de medición
1) Seminarios, pláticas y conferencias sobre temas educativos antidopaje	“Quiz Antidopaje” aplicado antes y después de la actividad	Porcentaje promedio inicial de conocimiento sobre dopaje - porcentaje promedio final	Eficacia- Resultados	Porcentaje	En cada sesión
2) Programa Outreach	“Quiz Antidopaje” durante la actividad	Porcentaje promedio de conocimiento sobre dopaje	Eficacia- Resultados	Porcentaje	En cada sesión

ACTIVIDAD A REALIZAR	Instrumento de recolección	Indicador	Dimensión a medir	Unidad de Medida	Frecuencia de medición
3) Talleres dirigidos a atletas en formación y profesores de educación física	Cuestionario de conocimientos adquiridos diseñado por la ONAD-PAN	Porcentaje promedio inicial de conocimiento sobre dopaje - porcentaje promedio final	Eficacia-Resultados	Porcentaje	En cada sesión
4) Mensajes informativos en medios de comunicación y plataformas digitales “Di Sí al juego limpio”	Registros en página web y redes sociales	Número de visitas en cada mensaje informativo	Eficacia	Número #	Mensual
5) Difusión de la plataforma AdEL en redes sociales y medios digitales	Estadísticas de la cuenta de administrador AdEL	Número de atletas que han realizado el curso Alpha- Número de atletas federados*100	Eficacia	Porcentaje	Trimestral
6) Diseño y difusión de la historieta gráfica educativa	Registros en página web y redes sociales	Número de vistas de la historieta gráfica digital Número de historieta gráfica entregada en físico	Eficacia	Número #	Trimestral

8.1 EDUCACIÓN E INFORMACIÓN ANTIDOPAJE; CONTINUA/ROTATIVA

La continua evaluación de los resultados se informarán a través de cuadros comparativos donde se analice el nivel de participación y el nivel de conocimiento de cada grupo. Esto nos permitirá conocer el grado de efectividad de nuestro programa, ayudando a la toma de decisiones para una continua mejora. Y atacar las áreas donde presentemos más debilidad o dificultad para que los conocimientos sean de todo efectivo en los controles y muestras a tomar.

9. CONCLUSIÓN

Contemplando los compromisos nacionales e internacionales, nuestro plan educativo tiene como principal objetivo valorar, diseñar, planificar, implementar y evaluar, con todos los miembros de organizaciones, asociaciones y federaciones deportivas nacionales, que ven a nuestra Organización, como el brazo en la lucha contra el antidopaje; un órgano fiscalizador y educativo, no tanto persecutor, que conjuntamente con el gobierno Local y Comité Olímpico, buscan el apoyo a los atletas en la igualdad a la hora de realizar deporte de alta rendimiento como su lema “Juego Limpio”.

Es importante, mejorar los programas Educativos en Temas de Dopaje tradicionales, mismos que eran únicamente enfocados en la entrega de información, logrando poco impacto en la población; por lo que consideramos necesario integrar de manera importante la educación basada en valores, utilizando metodologías de enseñanzas que se ha demostrado cuentan con alto índice de efectividad, por ejemplo la Estructura del Programa de Responsabilidad Personal y Social (PRPS) sin olvidar, valorar el interés de los atletas y cuerpo técnico o médico, por llevar un curso antidopaje, informarse de que deben o no suministrar para lograr no infringir en una falta antidopaje.