

ΟΜΑΔΑ 1^η

Σουμπάκης Αναστάσιος

Κίτσα Ελόνα

Βατάϊ Γκυλιανα

Καουρ Χαρντιπ

ΟΜΑΔΑ 2^η

Κίτσα Φεστιμ

Σκουρτανιώτης Σπύρος

Αθανασίου Κατερίνα

Κουμαρ Μανις

Υπεύθυνη καθηγήτρια :

Τόλου Όλγα ΠΕ78

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

A ' ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 1^ο

- 1.1 Ορισμός του ντόπινγκ .
- 1.2 Ιστορία του ντόπινγκ .
- 1.3 Κατηγορίες του ντόπινγκ .

Κεφάλαιο 2^ο

- 2.1 Ανάγκη για ορθή ενημέρωση .
- 2.2 Πως θα αντιληφθείτε ότι κάποιος χρησιμοποιεί στεροειδή αναβολικά .
- 2.3 Συνέπειες των αναβολικών στους άνδρες .
- 2.4 Συνέπειες των αναβολικών στις γυναίκες .
- 2.5 Πιθανές συνέπειες και για τα δύο φύλα .
- 2.6 Γιατί οι νέοι κάνουν χρήσης τέτοιων ουσιών .

B ' ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 3^ο

- 3.1 Αισθητικές επεμβάσεις .
- 3.2 Τα πλεονεκτήματα των αισθητικών επεμβάσεων .
- 3.3 Τα μειονεκτήματα των αισθητικών επεμβάσεων .

Γ ' ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 4^ο

- 4.1 Συμπεράσματα
- 4.2 Αξιολόγηση
- 4.3 Επίλογος
- Παράρτημα
- Ερωτηματολόγιο
- Αφίσα
- Πηγές

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Στην εποχή μας, οι νέοι βομβαρδίζονται καθημερινά με πρότυπα που είναι πολλά και πολλές φορές αντιφατικά. Ζούμε σε μια εποχή, που όλα γίνονται πολύ γρήγορα και οι άνθρωποι επιδιώκουν να αντικαταστήσουν, αυτό που οι αρχαίοι Έλληνες έλεγαν, γρήγορα, ψηλά, δυνατά με το γρηγορότερα, ψηλότερα και δυνατότερα με οποιοδήποτε κόστος.

Σήμερα το ντόπινγκ είναι ένα φαινόμενο με πολλές και διαφορετικές διαστάσεις σε τομείς όπως: στην ιατρική, στην ηθική, στην νομική καθώς και στην παιδαγωγική.

Οι απαγορευμένες ουσίες όπως αυτές ορίζονται στους πίνακες του Παγκόσμιου Οργανισμού Αντιντόπινγκ (worldAntidopingAgency)WADA, προκαλούν προβλήματα υγείας στους ανθρώπους καθώς και καταγεγραμμένους θανάτους.

Με την χρήση των ουσιών αυτών οι αθλητές αποκτούν ένα αθέμιτο ανταγωνιστικό πλεονέκτημα.

Υπάρχει νομοθετικό πλαίσιο που απαγορεύει όχι μόνο τη χρήση αλλά την εμπορία και την διακίνηση αυτών των ουσιών.

Χρειάζεται να σχεδιαστούν εκπαιδευτικά προγράμματα που θα θωρακίσουν την κοινωνία και τους νέους απέναντι σε αυτό το φαινόμενο.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Σήμερα το ντόπινγκ έχει διεισδύσει έντονα στην κοινωνία και επεκτείνεται πέρα από τον αθλητισμό. Άνθρωποι χρησιμοποιούν αυτές τις ουσίες για να χάσουν βάρος, να φτιάξουν ένα μυώδες σώμα, να διασκεδάσουν σε ρέιβ πάρτι κ.ά.

Η πρωτιά σε οτιδήποτε, αναδεικνύει τον ανταγωνιστικό χαρακτήρα της εποχής μας. Πρωταθλητισμός όχι μόνο στα αθλήματα αλλά και στο σχολείο, στην εμφάνιση, στις σχέσεις κ.τ.λ. κυριαρχεί σε όλες τις εκφάνσεις της ζωής μας.

ΣΤΟΧΟΙ

Στόχος της έρευνας είναι: να γνωρίσουν οι μαθητές, τι είναι το ντόπινγκ, να αναγνωρίζουν τα είδη του, να συνειδητοποιήσουν τις πραγματικές συνέπειες από την χρήση του στην υγεία τους και τέλος να αντιληφθούν τα μεγάλα κέρδη που έχουν κάποιες εταιρείες και κατά συνέπεια κάποιοι που προωθούν αυτά τα σκευάσματα. Να γνωρίσουν κάποιες από τις αισθητικές επεμβάσεις και να αντιληφθούν τους κινδύνους –παρενέργειες- που πιθανόν κρύβουν.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Οι μαθητές, αφού χωρίστηκαν σε δύο ομάδες, συνέταξαν το συμβόλαιο και προχώρησαν στην συλλογή δεδομένων, για κάθε ερευνητικό ερώτημα, από το διαδίκτυο. Ακολούθησε επιλογή και περίληψη των δεδομένων και κατασκεύασαν η μία ομάδα ένα συννεφόλεξο και η άλλη μια αφίσα. Στην συνέχεια οι μαθητές εκδήλωσαν ενδιαφέρον και για τις αισθητικές επεμβάσεις. Έτσι λοιπόν, στο δεύτερο τετράμηνο προχώρησαν στην διερεύνηση των συμπληρωματικών ερευνητικών ερωτημάτων που προέκυψαν.

Δημιούργησαν ένα ερωτηματολόγιο με δέκα ερωτήσεις σχετικές με το θέμα, το μοίρασαν στο σχολείο τους σε όλες τις τάξεις εκτός από την πρώτη γυμνασίου. Αποδελτίωσαν το ερωτηματολόγιο και κατασκεύασαν πίτες με τα δεδομένα που συνέλεξαν.

Τέλος έγραψαν σε ένα word την περίληψη και έκαναν ένα power point μία παρουσίαση της ερευνητικής τους εργασίας.



A ´ Μέρος

Κεφάλαιο 1^ο

1.1 Ορισμός ντόπινγκ

Ντόπινγκ στον αθλητισμό ορίζεται ως «η χορήγηση ή η χρήση από ένα υγιές άτομο οποιουδήποτε παράγοντα ή ουσίας που φυσιολογικά δεν εντοπίζεται στο σώμα και η οποιοδήποτε φυσιολογικού παράγοντα ή ουσίας όταν χορηγείται σε αντικανονικές επιπρόσθετες ποσότητες και/ή μέσω αντικανονικής οδού και/ή με αντικανονικό τρόπο, με σκοπό και αποτέλεσμα τη τεχνητή αύξησης και με αθέμιτο τρόπο της απόδοσης του ατόμου κατά τη διάρκεια του αγώνα .

1.2 Ιστορία του ντόπινγκ

Στην Αρχαία Ελλάδα το ντόπινγκ πρωτοεμφανίστηκε κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων τον 3ο Αιώνα Π.Χ. οι αθλητές προσπαθούσαν να αυξήσουν την απόδοσή τους χρησιμοποιώντας μανιτάρια. Ο Φιλόστρατος αναφέρει ότι οι ιατροί ήταν σημαντικά χρήσιμοι στην προετοιμασία των αθλητών για τους αγώνες και οι μάγεις ετοίμαζαν ψωμί με αναλγητικές ιδιότητες. Τον 1ο αιώνα Μ. Χ., αναφέρεται επίσης ότι οι Έλληνες δρομείς έπιναν ένα αφέψημα βοτάνων για να αυξήσουν τη δύναμή τους και να είναι ικανοί να αποδώσουν σε αθλήματα μεγάλης διάρκειας. Περισσότερες αναφορές σχετικά με αυτήν την περίοδο είναι δύσκολο να βρεθούν καθώς «η γνώση για το ντόπινγκ» ήταν καλά από τους ιερείς .

Ειδικοί περιγράφεται να προσφέρουν στους αθλητές διατροφικά συστατικά προκειμένου να βελτιώσουν τη φυσική τους απόδοση. Αυτό θεωρούνταν απολύτως απαραίτητο και οι τότε προμηθευτές μπορούν να συγκριθούν με τους σημερινούς εξειδικευμένους αθλητίατρους. Επιπλέον, αναφέρεται πως οι αθλητές προσπαθούσαν να αυξήσουν τη φυσική τους δύναμη καταναλώνοντας διάφορων ειδών κρέας ή ζωμό αίματος πριν από τους αγώνες.



1.3 Κατηγορίες του ντόπινγκ

1) Συμπληρώματα Διατροφής –Πολυβιταμινούχα Σκευάσματα:

Η χρήση τους είναι ευρύτατα διαδεδομένη όχι μόνο στους αθλητές αλλά και από το ευρύ κοινό. Έχουν ευεργετική επίδραση στους αντιοξειδωτικούς μηχανισμούς, προστατεύοντας από τη φθορά, το γήρας και διατηρώντας το σφρίγος και την ομορφιά. Επίσης διαφημίζονται οι ευεργετικές τους επιδράσεις στην κόπωση και την τόνωση της άμυνας.



Συχνά δεν ανταποκρίνονται σε αυτά που υπόσχονται και συνήθως οι ποσότητες πέρα από τις ημερήσιες απαραίτητες αποβάλλονται. Στις περιπτώσεις που χρησιμοποιούνται πολύ μεγάλες δόσεις μπορεί να υπάρξουν παρενέργειες. Όσα από τα σκευάσματα αυτά παρασκευάζονται από γνωστές μεγάλες εταιρείες, σε λογική χρήση, είναι ακίνδυνα μια και τα αναγραφόμενα είναι ταυτόσημα με το περιεχόμενο. Τα προϊόντα άγνωστων εταιρειών είναι δυνατό να περιέχουν ουσίες που δεν αναγράφονται αλλά και άλλες "πονηρές" που έχουν προστεθεί.

2) Αναψυκτικά τύπου Sports drinks και Energy drinks:



Χρησιμοποιούνται από τους αθλητές καθώς και από αυτούς που γυμνάζονται συστηματικά στα γυμναστήρια. Έχουν ευχάριστη γεύση και δεν ενοχλούν το πεπτικό σύστημα. Επίσης έχουν πολύ λιγότερες θερμίδες από την πλειονότητα των φρουτοχυμών. Τα Energydrinks (ενεργειακά ποτά) περιέχουν κυρίως καφεΐνη αλλά και άλλες ουσίες όπως βιταμίνες, ταυρίνη, κ.τ.λ. Λόγω της υψηλής τους περιεκτικότητας σε καφεΐνη προκαλούν διέγερση. Επίσης μπορεί να δημιουργηθούν ανεπιθύμητες ενέργειες όπως η αποκαλούμενη "ενεργητική μέθη" λόγω του περιεργου συνδυασμού μιας ουσίας που διεγείρει με άλλη που προκαλεί χαλάρωση.

3) Αναβολικά Στεροειδή :

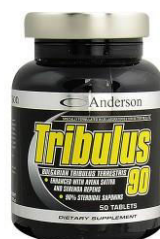
- Τεστοστερόνη
- Διδροτεστοστερόνη
- Αιθυλοστρενόλη
- Διδροεπιανδροστερόνη
- Μεθαδιενόνη
- Ναδρολόνη
- Κλενβουτερόλη

Προκαλούν αύξηση της μυϊκής δύναμης, της μυϊκής μάζας και βελτίωση της αντοχής, με την άνοδο της τιμής της αιμοσφαιρίνης και την αύξηση της παροχής οξυγόνου στους ιστούς (αναβολική δράση). Η χρήση τους είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη. Στις γυναίκες προκαλείται μικρό μέγεθος μαστών, υπερτρίχωση, αύξηση του μεγέθους της κλειτορίδας, διαταραχές της εμμηνορρυσίας και αλλοίωση της φωνής (ανδρογονική δράση). Στους άντρες παρατηρείται γυναικομαστία, ατροφία των όρχεων, ολιγοσπερμία και αλωπεκία. Και στα δύο φύλα προκαλείται πρόωρη σύγκληση των επιφύσεων και περιορισμός της αύξησης σε ύψος. Πολλές φορές για να περιοριστούν τα παραπάνω προβλήματα συνδυάζονται με άλλα φάρμακα. Επίσης μπορεί να προκληθούν : αύξηση της αρτηριακής πίεσης, δερματίτιδες, βλάβες στο ήπαρ και τους νεφρούς, ψυχολογικά προβλήματα, όπως διαταραχές προσωπικότητας, επιθετική συμπεριφορά. κ.α. Σοβαρότατες παρενέργειες αποτελούν η στεφανιαία νόσος και η αυξημένη πιθανότητα ανάπτυξης κακοήθων επεξεργασιών.



4) Διεγερτικά :

- Αμφεταμίνες
- Εφεδρίνη
- Κοκαΐνη
- Καφεΐνη
- Φενφλουραμίνη



Αυξάνουν την αντοχή. Προκαλούν αίσθημα αυτοπεποίθησης και ενισχύουν την αυτοσυγκέντρωση. Στις παρενέργειες περιλαμβάνονται: Αύξηση της θερμοκρασίας του σώματος, υπέρταση, διέγερση, τρόμος, αρρυθμίες, , απώλεια γεύσης,. Σε παρατεταμένη και υπερβολική χρήση μπορεί να προκληθεί ακόμα και θάνατος .

5) **Ναρκωτικά Αναλγητικά:**

- Κωδεΐνη
- Οπιούχα
- Μορφίνη
- Πεθιδίνη
- Μεθαδόνη



Χρησιμοποιούνται για την ελάττωση του πόνου και του άγχους. (κυρίως πυγμαχία). Προκαλούν εθισμό. Επίσης μπορεί να προκαλέσουν διαταραχές στο καρδιαγγειακό σύστημα, αρρυθμίες, εγκεφαλική αιμορραγία, απώλεια μνήμης ή προσανατολισμού καθώς και ψυχικές διαταραχές. Ειδική κατηγορία της ομάδας αυτής αποτελούν τα παράγωγα της Ινδικής Κάνναβης όπως το χασίς και η μαριχουάνα. Μπορεί να προκαλέσουν υπόταση, αρρυθμίες, βραδύπνοια, αϋπνία, διαταραχές της ισορροπίας καθώς και διαταραχές στην ψυχολογία.

6) **Διουρητικά :**

- Σπιρονολακτόνη
- Φουροσεμίδη
- Υδροχλωροθειαζίδη



Χρησιμοποιούνται για ταχεία απώλεια βάρους (κυρίως άρση βαρών, πάλη κ.α.) αλλά και για αποβολή ή αραιώση διαφόρων ουσιών στο αίμα. Σε αλόγιστη χρήση μπορεί να προκαλέσουν αφυδάτωση, μυϊκές διαταραχές καθώς και διαταραχές από το καρδιαγγειακό σύστημα.. Για τον έλεγχο του βάρους εκτός από τα διουρητικά χρησιμοποιούνται και άλλα φάρμακα όπως τα καθαρτικά, τα χάπια διαίτης κ.τ.λ.

7) **Β-Αναστολείς :**

- Προπλανολόλη
- Ακετοβουτυλόλη
- Σοταλόλη

B2-Διεγέρτες : Κλενβουτερόλη Οι β-αναστολείς προκαλούν βραδυκαρδία, ελάττωση του μυϊκού τρόμου κ.τ.λ. Σε μικρές δόσεις δεν προκαλούν ιδιαίτερα προβλήματα. Σε παρατεταμένη χρήση και μεγάλες δόσεις υπάρχει πιθανότητα εγκεφαλικών επεισοδίων. Η Κλενβουτερόλη είναι βρογχοδιασταλτικό που χρησιμοποιείται στην αντιμετώπιση βρογχικού άσθματος. Θεωρείται ότι είναι αποτελεσματική σε αθλητές που πάσχουν από βρογχικό άσθμα, επιτρέποντας έτσι τη συμμετοχή τους στον πρωταθλητισμό. Η θετική της δράση σε μη ασθματικούς αθλητές αμφισβητείται. Συχνά συνδυάζεται με αναβολικά. Χρησιμοποιήθηκε ευρέως στην ολυμπιάδα της Βαρκελώνης. Προκαλεί ταχυκαρδία, αρρυθμίες κ.τ.λ.

8) Κρεατίνη :

Αυξάνει τη μυϊκή μάζα. Χρησιμοποιείται κυρίως από τους μπόντιμπάλιντερς. Σε μεγάλες δόσεις και παρατεταμένη χρήση προκαλεί διαταραχές στην καρδιά και τους νεφρούς.



9) Ινσουλίνη :

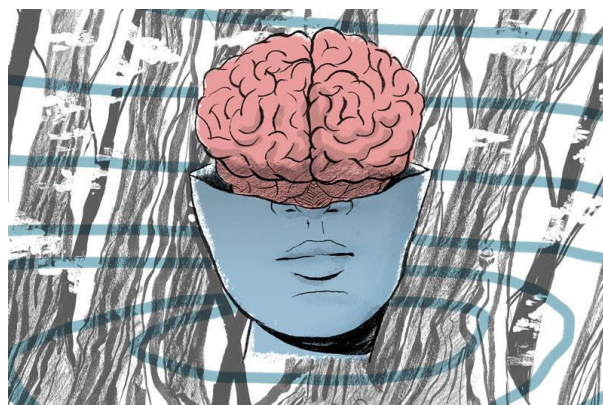
Χρησιμοποιείται σαν αναβολική ορμόνη στα αθλήματα δύναμης. Δεν υπάρχει βιβλιογραφική τεκμηρίωση ως προς τη θετική της επίδραση, τουναντίον υπάρχουν αναφορές για υπογλυκαιμικά επεισόδια. Συνδυάζεται συχνά με αναβολικά στεροειδή. Η νόμιμη χρήση της επιτρέπεται σε αθλητές με ινσουλινοεξαρτώμενο σακχαρώδη διαβήτη.



10) Πεπτιδικές Ορμόνες:

- Ερυθροποιητίνη
- ACTH
- Αυξητική ορμόνη

Η Ερυθροποιητίνη επιτυγχάνει την αύξηση των ερυθρών αιμοσφαιρίων και τη μεταφορά οξυγόνου στους ιστούς. Από το 1998 έχει παρασκευαστεί συνθετική Ερυθροποιητίνη, συμπληρώνοντας το ντόπινγκ του αίματος (σε εφαρμογή από το 1970) που σε συνδυασμό με μεταγγίσεις από αίμα του ίδιου του πρωταθλητή, χρησιμοποιείται για την βελτίωση των επιδόσεων στις αερόβιες ασκήσεις και αθλήματα όπως η ποδηλασία, το σκι, η κολύμβηση, οι δρόμοι μεγάλων αποστάσεων κ.α. Λόγω της αυξημένης γλοιότητας του αίματος (υψηλές τιμές αιμοσφαιρίνης και απώλεια υγρών με την έντονη εφίδρωση) μπορεί να προκληθούν έμφραγμα του μυοκαρδίου και θρομβοεμβολικά επεισόδια στα εγκεφαλικά ή άλλα αγγεία.

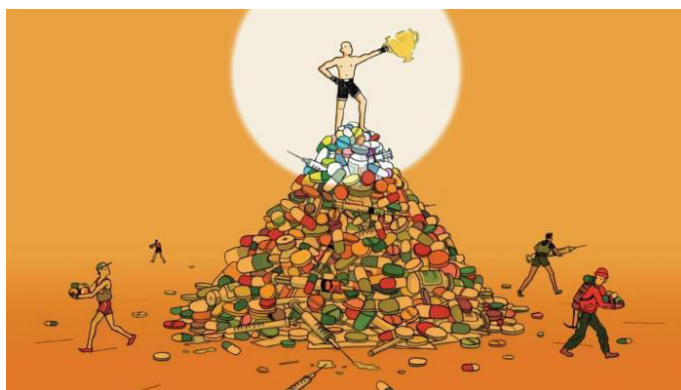


Η ACTH αυξάνει τη μυϊκή μάζα και τη μυϊκή ισχύ με την αύξηση των κορτικοστεροειδών στο αίμα. Προκαλεί επίσης ευφορία. Σε παρατεταμένη χρήση προκαλεί αλλοίωση των χαρακτηριστικών του φύλου, υπέρταση, οστεοπόρωση κ.τ.λ. Η αυξητική ορμόνη

χρησιμοποιείται συνήθως σε συνδυασμό με αναβολικά στεροειδή για την αύξηση της μυϊκής δύναμης. Παρά την σχετικά ευρεία χρήση της δεν υπάρχουν αποδείξεις για την αύξηση της απόδοσης στα διάφορα αθλήματα (κυρίως άρση βαρών). Προτιμάται από τις αθλήτριες διότι δεν προκαλεί αρρενοποίηση. Παρ' όλο που η προμήθειά της είναι δαπανηρή, επιλέγεται από τους υψηλού επιπέδου πρωταθλητές διότι η ανίχνευση της στα ούρα είναι δύσκολη. Στις παρενέργειες συμπεριλαμβάνονται η υπέρταση, ο γιγαντισμός, η μεγαλακρία κ.τ.λ.

11) Γονιδιακό Ντόπινγκ:

Οι γονιδιακές θεραπείες χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση νοσημάτων όπως οι αναιμίες, η μυϊκή δυστροφία, οι παθήσεις των περιφερικών αγγείων κ.τ.λ. Η χρήση τους για τη βελτίωση της απόδοσης των αθλητών είναι απαγορευμένη. Επεμβαίνοντας γονιδιακά είναι δυνατόν να μετατραπεί η αναλογία των μυϊκών ινών με αυξημένη ή ελαττωμένη συσταλτικότητα, βοηθώντας έτσι τους αθλητές των δρόμων για μικρές (σπρίντερ) ή για μεγάλες (μαραθωνοδρόμοι) αποστάσεις. Στα πλαίσια του γονιδιακού ντόπινγκ υπάρχουν μελέτες όπως αυτή για την προσπάθεια αναστολής της λειτουργίας της μυοστατίνης, η οποία έχει σαν αποτέλεσμα την αυξημένη μυϊκή ανάπτυξη, δύναμη και αντοχή.



12) Φυσικό Ντόπινγκ :

Η έννοια "φυσικό ντόπινγκ" χρησιμοποιείτε για τις αθλήτριες που μένουν έγκυες και στη συνέχεια διακόπτουν την εγκυμοσύνη στον τρίτο ή τέταρτο μήνα, 1 έως 2 μήνες πριν από τους αγώνες. Επωφελούνται με τον τρόπο αυτό από την αύξηση των οιστρογόνων-προγεστερόνης που παρατηρείται στις πρώτες εβδομάδες της εγκυμοσύνης, η οποία ασκεί αναβολική δράση. Μετά από τη διακοπή της κύησης και μέχρι τους αγώνες η στάθμη των ορμονών μειώνεται σταδιακά. Οι αθλήτριες επίσης χρησιμοποιούν ορμονικά σκευάσματα για την ρύθμιση του εμμηνορροϊκού τους κύκλου. Όσα αναγράφονται στις προηγούμενες παραγράφους, αποτελούν ένα σχετικά μικρό δείγμα των μέσων που χρησιμοποιούνται για ντόπινγκ. Επίσης πρέπει με ιδιαίτερη έμφαση να τονιστεί ότι πολλά από τα σκευάσματα, κυρίως αυτά που δεν ανήκουν στην κατηγορία των φαρμάκων, διατίθενται ελεύθερα από τα ειδικά καταστήματα, το διαδίκτυο ή τα φαρμακεία.

Τέλος θα πρέπει να αναφερθεί ότι το ντόπινγκ είναι ιδιαίτερα διαδεδομένο και στα ζώα, κυρίως στα άλογα αγώνων κ.τ.λ. Βέβαια δεν πρέπει να μας διαφεύγει ότι ένα είδος "ντόπινγκ" είναι και ο καφές που πίνουμε καθημερινά, το τσάι, η κόκα κόλα, η σοκολάτα ή ακόμα και το Βιάγκρα!

Κεφάλαιο 2

2.1 Ανάγκη για ορθή ενημέρωση

Πολλοί από τους χρήστες των αναβολικών ουσιών έχουν λανθασμένη αντίληψη για τις επιδράσεις τους στον ανθρώπινο οργανισμό. Δεν είναι γνώστες των επικίνδυνων και μόνιμων επιδράσεων που έχουν τα στεροειδή αναβολικά στον ανθρώπινο οργανισμό, ιδιαίτερα όταν βρίσκεται σε φάση ανάπτυξης.

Παρασύρονται από πληροφόρηση και διηγήσεις άλλων για τα θετικά αποτελέσματα που μπορεί να έχει η λήψη αναβολικών. Όμως συνήθως σε τέτοιες καταστάσεις παραγνωρίζονται οι επικίνδυνες και μόνιμες επιπτώσεις που προκύπτουν από την εν λόγω χρήση.

Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό οι νέοι και έφηβοι να ενημερώνονται ότι τα θετικά που μπορεί να προκύψουν παροδικά, είναι ασήμαντα και αμελητέα συγκρινόμενα με τις μεγάλες και μόνιμες επιπλοκές που είναι σε θέση να προκαλούν.

Παράλληλα είναι καλό να συζητούνται οι εναλλακτικές λύσεις για βελτίωση της σωματικής τους εικόνας και για να πετύχουν το ποθούμενο. Η καλή διατροφή και σωματική αγωγή, μπορούν να τους βοηθήσουν να πετύχουν τους στόχους τους χωρίς να διακινδυνεύουν την υγεία τους τόσο στο παρόν όσο και στο μέλλον.

2.2 Πώς θα αντιληφθείτε ότι κάποιος χρησιμοποιεί στεροειδή αναβολικά

Οι γονείς, οι προπονητές, οι εκπαιδευτικοί, οι επαγγελματίες της υγείας, πρέπει να είναι ενήμεροι για τα σημεία και συμπτώματα που δείχνουν ότι κάποιος χρησιμοποιεί αναβολικά. Μεταξύ αυτών περιλαμβάνονται:

1. Γρήγορη αύξηση του βάρους σώματος.
2. Αλλαγές στη δομή του σώματος με αξιοσημείωτη αύξηση της μυϊκής μάζας.
3. Φουσκωμένο πρόσωπο.
4. Μεγαλύτερη ανάπτυξη του πάνω μέρους του σώματος.
5. Αύξηση της ακμής.
6. Σημεία ενέσεων στους μεγάλους μυς (γλουτοί, μηροί).
7. Αύξηση μεγέθους των μαστών σε αγόρια και νέους άνδρες.
8. Μείωση μεγέθους των μαστών σε κορίτσια και νέες γυναίκες.
9. Αλλαγές της φωνής.
10. Αύξηση της τριχοφυΐας στο σώμα και στο πρόσωπο των κοριτσιών και γυναικών.
11. Αλλαγές στη συμπεριφορά, στην ψυχολογία και συναισθηματική κατάσταση.

2.3 Συνέπειες των αναβολικών στους άνδρες

1. Ανεξέλεγκτη επιθετικότητα
2. Μόνιμη αύξηση του μεγέθους των μαστών και γυναικομαστία
3. Μόνιμη απώλεια των μαλλιών
4. Μείωση του μεγέθους των όρχεων
5. Μείωση της παραγωγής σπέρματος.

2.4 Συνέπειες των αναβολικών στις γυναίκες

1. Βαθύτερη φωνή που παραμένει έτσι μόνιμα
2. Μόνιμη αύξηση του μεγέθους της κλειτορίδας
3. Αύξηση της τριχοφυΐας του προσώπου που είναι μόνιμη
4. Μείωση της συχνότητας της περιόδου
5. Μείωση του μεγέθους των μαστών.

2.5 Πιθανές συνέπειες και για τα δύο φύλα

1. Ψυχολογικά προβλήματα: Απότομες και συχνές αλλαγές της ψυχικής διάθεσης, ευερεθιστικότητα, επιθετικότητα, μείωση της ικανότητας κρίσης, προβλήματα ύπνου, ψευδαισθήσεις, παράνοια. Επίσης η κατάθλιψη μετά από τη διακοπή των στεροειδών αναβολικών έχει συσχετισθεί με αυτοκτονίες
2. Αύξηση της πίεσης
3. Υπερπηκτικότητα του αίματος
4. Ανωμαλίες του ήπατος
5. Αύξηση της κακής χοληστερόλης LDL
6. Μείωση της καλής χοληστερόλης HDL
7. Ψηλή πίεση
8. Αυξημένος κίνδυνος για καρδιακά και εγκεφαλικά επεισόδια
9. Σοβαρή μορφή ακμής
10. Μόλυνση λόγω κοινής χρήσης βελονών για τη χορήγηση των αναβολικών
11. Πιθανή ανάπτυξη εξάρτησης σε ναρκωτικά.

Βλέπουμε λοιπόν ότι οι κίνδυνοι των αναβολικών είναι πολλοί. Δυστυχώς παρατηρείται αύξηση της χρήσης τους μεταξύ των νέων. Οι αρνητικές συνέπειες στον οργανισμό παραμένουν για μεγάλο χρόνο μετά τη διακοπή λήψης τους ή ακόμη παραμένουν μόνιμα.

Είναι πολύ σημαντικό να ενημερώνονται οι έφηβοι και οι νέοι για την πραγματική δράση των αναβολικών. Η πληροφόρηση τους δεν πρέπει να αφήνεται σε αμφίβολες πηγές ή στο έλεος άλλων που θέλουν να εκμεταλλευθούν τις νεανικές τους ανησυχίες και προσδοκίες.

Επιστημονικές έρευνες έχουν αποκαλύψει ότι το 14,8% των συμπληρωμάτων διατροφής που καταναλώνονται παγκοσμίως σε γυμναστήρια περιέχουν στεροειδή αναβολικά. Στην Ευρώπη, το ποσοστό των συμπληρωμάτων διατροφής με στεροειδή αναβολικά υπερδιπλασιάζεται και εκτινάσσεται στο 30%! Σύμφωνα με τα ίδια στοιχεία σε ποσοστό 58%, οι αθλητές βεβαιώνουν ότι αν και γνωρίζουν το νόμο και τις συνέπειές του, παρά ταύτα δεν τους ενδιαφέρει η ποινή και η ηθική μείωση που θα υποστούν, αρκεί να ανέβουν στο ψηλότερο σκαλί του βάρους και να μην έχουν οικονομική βλάβη. Στα πορίσματα του 7ου Διεθνούς Συνεδρίου Αθλητικού Δικαίου καταγράφηκε ότι οι αθλητές, αν και γνωρίζουν ότι λαμβάνοντας απαγορευμένες ουσίες βλάπτουν σε μεγάλο βαθμό την υγεία τους, με πιθανή συνέπεια τον πρόωρο θάνατό τους, σε ηλικία 40 ετών, δηλώνουν ότι αυτό δεν τους ενδιαφέρει προκειμένου να γευτούν τη μέγιστη δόξα κατάκτησης ολυμπιακής νίκης.

Όμως, όλα αυτά, φαίνεται πως αφορούν πλέον κάθε οικογένεια που έχει παιδιά που θέλουν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό. Τα κρούσματα από τη χρήση αναβολικών συνεχώς αυξάνονται. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, 3.500.000 νέοι απάντησαν ότι έκαναν χρήση αυτών των

ουσιών. Στις ΗΠΑ το 3% - 11% των μαθητών Γυμνασίου ανέφεραν ότι έκαναν χρήση τέτοιων απαγορευμένων ουσιών.

Στοιχεία παλιότερης έρευνας της Α' Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών πριν από μερικά χρόνια έδειξε ότι το ποσοστό των μαθητών που κάνουν χρήση αναβολικών ανέρχεται σε 5%. Στις ΗΠΑ, σύμφωνα με τα υπάρχοντα στοιχεία, το 5% - 11% των αγοριών και το 0,5% - 2,5% των κοριτσιών στις ΗΠΑ χρησιμοποιούν αναβολικά στεροειδή.

2.6 Γιατί οι νέοι κάνουν χρήση τέτοιων ουσιών

Όπως αναφέρθηκε, περίπου το 50% των νέων ξεκινούν τη χρήση πριν από την ηλικία των 16 ετών, ενώ η μέση ηλικία έναρξης είναι τα 14 έτη. Οι νέοι δε γνωρίζουν τις επιπτώσεις των ουσιών αυτών για την υγεία τους και ενθαρρύνονται στη χρήση έχοντας βέβαια σαν παράδειγμα διάσημους αθλητές που φέρονται ως χρήστες. Μόνο που οι παρενέργειες είναι δραματικές. Μερικές από αυτές; Η μη αναστρέψιμη αρρενοποίηση των κοριτσιών. Η ολιγοσπερμία. Η ατροφία των όρχεων και η γυναιοκομαστία στους άνδρες. Η ηπατική επιβάρυνση, η υπεργλυκαιμία και η υπέρταση.

Τι είναι αυτό που κάνει ένα νέο άνθρωπο που θέλει να γυμναστεί να πάει σε ένα γυμναστήριο και να κάνει χρήση τέτοιων ουσιών; Τι είναι αυτό που ωθεί αγόρια νεαρής ηλικίας να θέλουν να γίνουν ή να μοιάσουν σε φουσκωτούς και να αναζητήσουν σκευάσματα για γρήγορα αποτελέσματα; Πολλές από αυτές τις απαντήσεις μπορούμε να τις αναζητήσουμε σε μια κοινωνική πραγματικότητα που προβάλλει συγκεκριμένα πρότυπα, αξίες και ιδανικά εντελώς σάπια. Που αντιπροσωπεύουν έναν τρόπο ζωής που ξεφεύγει τελείως από το αθλητικό αντικείμενο. Άλλωστε, όπως δείχνουν τα στοιχεία, πλέον αυτές οι ουσίες διακινούνται σε πολύ μεγάλο ποσοστό ανάμεσα σε ανήλικα παιδιά ή και ενήλικες που δεν έχουν καμία σχέση με τον αθλητισμό ή ακόμα και τη γυμναστική. Είναι πλέον πραγματικότητα, πριν ακόμα ξεκινήσει κάποιος να πηγαίνει έστω και λίγες ώρες τη βδομάδα σε ένα γυμναστήριο, αναζητά τα συμπληρώματα διατροφής που πρέπει να πάρει! Κι αν υποθέσουμε ότι μια πρωτεΐνη ή κάποιες βιταμίνες - που στη μεγάλη πλειοψηφία των περιπτώσεων είναι απολύτως άχρηστες εάν υπάρχει μια καλή και ισορροπημένη διατροφή για κάποιον που αθλείται - θεωρούνται υποτίθεται «αθώες», η συνέχεια είναι σε μεγάλο βαθμό προδιαγεγραμμένη. Σε πολλά γυμναστήρια είναι πολύ εύκολο να προχωρήσει κάποιος και σε άλλα σκευάσματα... Το πρώτο πράγμα που θα δει ένα παιδί που θα πάει να γυμναστεί σε κάποιο συνοικιακό γυμναστήριο είναι η βιτρίνα με τα συμπληρώματα διατροφής. Το πρώτο πράγμα που θα δει ένα παιδί που θα μπει σε κάποιο κατάστημα αθλητικών ειδών για να αγοράσει δύο αλτήρες ή ένα μονόζυγο, είναι τα ράφια με αυτά τα προϊόντα και τα διαφημιστικά φυλλάδια στον πάγκο του ταμείου, ώστε να εξασφαλιστεί η επαφή ακόμα και του αμύητου με τις σκόνες και τα χάπια.

B ' ΜΕΡΟΣ

Κεφάλαιο 3^ο

3.1 Αισθητικές επεμβάσεις

Η αύξηση των επιπέδων ποιότητας ζωής στη σύγχρονη εποχή έχει δώσει τη δυνατότητα σε όλους μας να χρησιμοποιούμε τις τεχνολογικές ή ιατρικές δυνατότητες, ώστε να γίνουμε πιο υγιείς, πιο δυνατοί ή πιο όμορφοι. Μέσα στα πλαίσια αυτά, η κοσμετική - αισθητική πλαστική δίνει τη δυνατότητα βελτίωσης των εξωτερικών χαρακτηριστικών μας, με τις ευνόητες συνέπειες στην αύξηση της αυτοεκτίμησης, καθώς και τη βελτίωση των κοινωνικών μας δυνατοτήτων. Το μεγαλύτερο μέρος των ατόμων που ζητούν αισθητικές επεμβάσεις φαίνεται να εντάσσεται στην περίπτωση της αναζήτησης ρεαλιστικών λύσεων της εμφάνισής τους. Αναμφισβήτητα ρεαλιστικές βέβαια είναι οι επανορθωτικές επεμβάσεις που απαιτούνται σε περιστατικά λόγω τραυματισμού, τροχαίων, κλπ. Επίσης, αισθητικές επεμβάσεις μύτης, αυτιών, ρυτίδων, στήθους, είναι συχνές, σε γυναίκες, αλλά πλέον και σε άνδρες. Η προσπάθεια βελτίωσης του εαυτού, σε συνδυασμό με τις δυνατότητες της εποχής μας, δίνουν σίγουρα ένα ασφαλές δικαίωμα επέμβασης στο σώμα. Δεν είναι λίγα όμως τα περιστατικά που αναζητούν και επιτυγχάνουν εύκολα επαναλαμβανόμενες επεμβάσεις, οι περισσότερες από τις οποίες είναι περιττές. Η πολλαπλή χρήση τέτοιων επεμβάσεων είναι φυσικό να αυξάνει τον κίνδυνο επιπλοκών ή και λαθών.

- **Βλεφαροπλαστική**



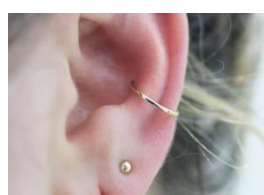
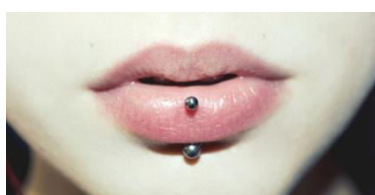
Η βλεφαροπλαστική είναι αισθητική χειρουργική επέμβαση. Πραγματοποιείται τόσο στα άνω όσο και στα κάτω βλέφαρα. Κατά την επέμβαση αφαιρούνται τόσο οι χαλαρές πτυχές του δέρματος, όσο και το λίπος που προβάλλει από το κογχικό διάφραγμα και δημιουργεί τις «σακούλες».

- **Λιποαναρρόφηση**



Η λιποαναρρόφηση είναι μία επέμβαση που σκοπό έχει να αφαιρέσει το τοπικό λίπος από διάφορα μέρη του σώματος, δίνοντάς του αρμονία και συμμετρία. Η εξέλιξή της τα τελευταία χρόνια είναι ραγδαία με κύριο γνώμονα το καλύτερο αισθητικό αποτέλεσμα και την πιο γρήγορη αποθεραπεία των ασθενών.

- **Η διάτρηση (Piercing)**



Είναι πολύ διαδεδομένη και για συγκεκριμένα σημεία του σώματος κοινωνικά αποδεκτή. Για παράδειγμα το σκουλαρίκι στο αυτί και κυρίως στα κορίτσια θεωρείται κάτι το φυσιολογικό και πολλές φορές και όμορφο. Ανάλογα με το σημείο του σώματος και το είδος του σκουλαρικού, το τρύπημα του δέρματος γίνεται με ειδικό πιστολάκι, ή με βελόνες ή με το ίδιο το σκουλαρίκι. Το μέταλλο που χρησιμοποιείται είναι συνήθως ασήμι και χρυσός, αλλά και άλλα πολύτιμα μέταλλα ή ατσάλι.

- **Το υαλουρονικό οξύ**



Αποτελεί ένα συστατικό του δέρματος, βρίσκεται σε κάθε κύτταρο και είναι υπεύθυνο για την παρουσία νερού και υγρασίας στην επιδερμίδα μας. Καθώς τα χρόνια περνούν, η παραγωγή του μειώνεται, και τότε παρατηρείται η γήρανση του δέρματος. Έτσι, η κοσμετολογία εφάρμοσε τα μεγάλα μέσα της και εφηύρε τη χρήση του υαλουρονικού οξέως. Σκευάσματα τα οποία στη σύνθεσή τους περιέχουν το αναζωογονητικό υαλουρονικό οξύ: καταπολεμά την ξηρότητα και συμβάλλει στην διατήρηση της ελαστικότητας και νεανικότητας του δέρματος. Διεγείρει την παραγωγή οξυγόνου και καθορίζει τα επίπεδα του νερού στο δέρμα.

3.2 Τα πλεονεκτήματα των αισθητικών επεμβάσεων

Βρίσκεται σε πολλά καλλυντικά – κρέμες, κραγιόν, τζελ, λοσιόν, αναπλαστικές κρέμες, αντηλιακά. Η χρήση των οποίων χαρίζει όμορφη χροιά στο δέρμα, το κάνει απαλό και ελαστικό. Παράλληλα, το **υαλουρονικό** μπορεί να έχει και άλλη χρήση, ως ενέσιμο με ανορθωτικό ή συσφυγκτικό σκοπό. Προσαρμόζει το σχήμα της μύτης, των χειλιών ή βοηθά στο να λειανθούν οι ρυτίδες. Ως ενέσιμο διαθέτει μια ισχυρή ενυδατική δράση και προστατεύει το δέρμα από τις υπεριώδεις ακτινοβολίες. Όμως, αυτές οι ενέσεις στην πορεία θα πρέπει να επαναληφτούν διορθωτικά. Ορατά αποτελέσματα θα δείτε κιόλας από την πρώτη συνεδρία.

3.3 Τα μειονεκτήματα των αισθητικών επεμβάσεων

Η συνεχής χρήση τέτοιων προϊόντων παρόλα αυτά, μπορεί να σταματήσει τη φυσική παραγωγή κολλαγόνου και το δέρμα χωρίς αυτά να μην μπορεί να αντεπεξέλθει και άρα να μη φαίνεται όμορφο. Ωστόσο, μπορεί να υπάρξουν κάποιες επιπλέον αρνητικές συνέπειες: θεωρητικά πρόκειται για μια ανώδυνη διαδικασία, η οποία όμως, μπορεί και να αποδειχθεί σχετικά επώδυνη. Το οποίο εξαρτάται από την ευαισθησία του δέρματος σας. Θα πρέπει να έχετε υπόψη πως υπάρχει η πιθανότητα εμφάνισης οιδήματος ή μολώπων – ιδίως, στην περίπτωση υπερδοσολογίας. Αν εμφανίσετε αυτά τα συμπτώματα θα πρέπει να επικοινωνήσετε αμέσως με το γιατρό σας.

Επίσης, αντενδείκνυται η χρήση και έγχυση υαλουρονικού οξέως κατά τη διάρκεια κύησης και γαλουχίας. Όπως και σε περιπτώσεις κακής κυκλοφορίας του αίματος, κακής πήξης ή αν έχετε παθήσεις του δέρματος. Τέλος, πριν από κάποια συνεδρία υαλουρονικού οξέως αντενδείκνυται το πίνινγκ ή το laser – το δέρμα απαγορεύεται να είναι ερεθισμένο.

Γ ' ΜΕΡΟΣ

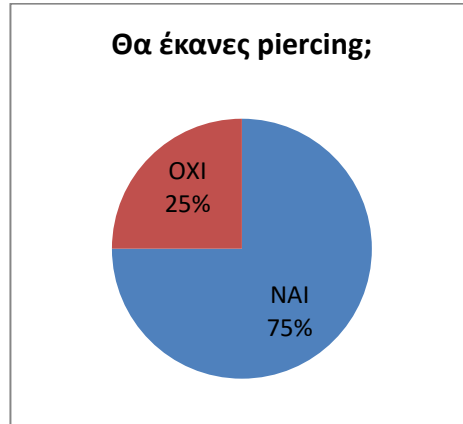
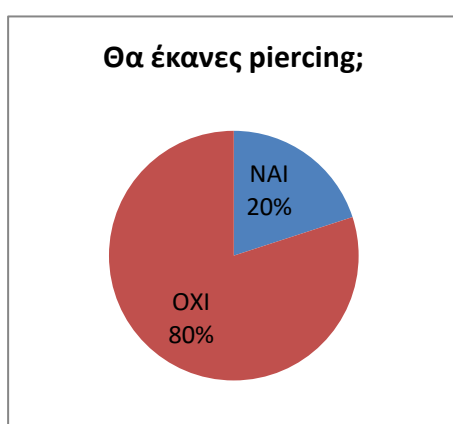
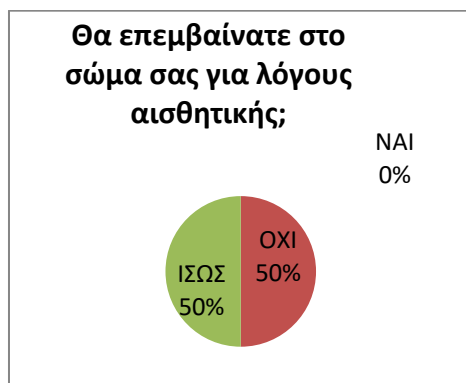
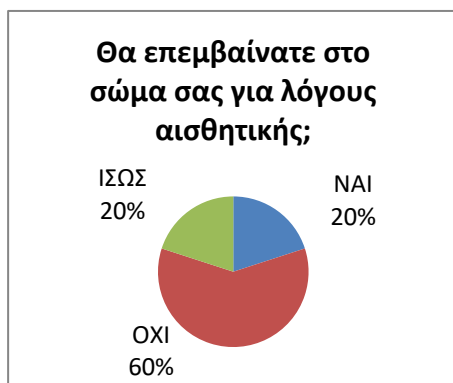
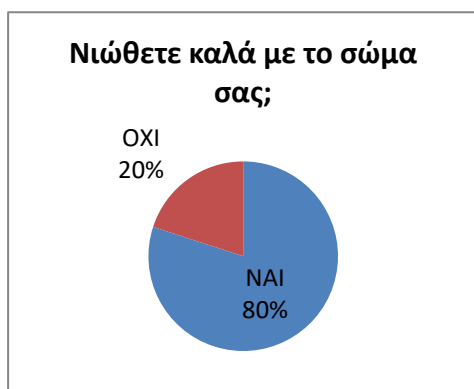
4.1 Συμπεράσματα

Στην μικρή μας έρευνα, η οποία έγινε στο σχολείο μας συμμετείχαν συνολικά 81 μαθητές εκ των οποίων 38 κορίτσια και 43 αγόρια ηλικίας δεκατέσσερα μέχρι δεκαοχτώ χρονών. Παρακάτω σας παρουσιάζουμε τα αποτελέσματα της έρευνας. Αριστερά απεικονίζονται οι πίτες των αγοριών και δεξιά των κοριτσιών.

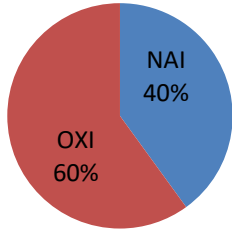
Β ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΑΓΟΡΙΑ

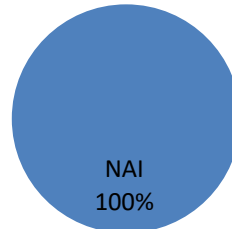
ΚΟΡΙΤΣΙΑ



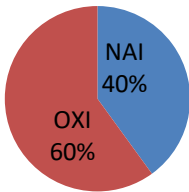
Θα έκανες tattoo;



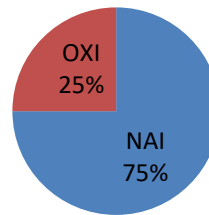
Θα έκανες tattoo;
ΟΧΙ 0%



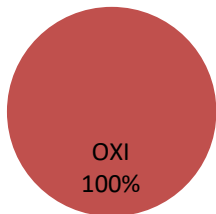
**Γνωρίζετε για τις
χρήσεις του
υαλουρονικού οξέος;**



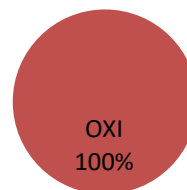
**Γνωρίζετε για τις χρήσεις
του υαλουρονικού οξέος;**

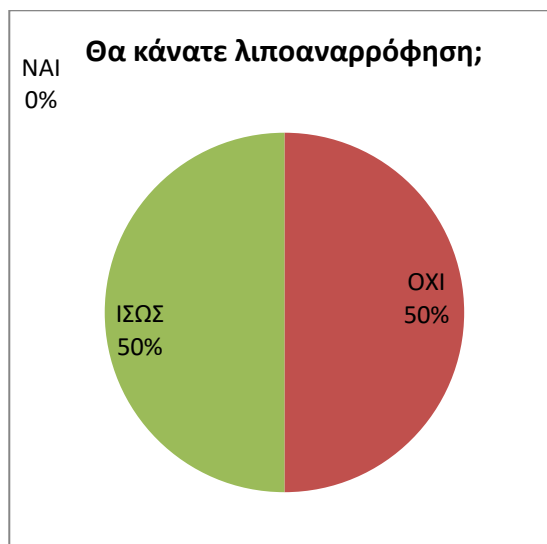
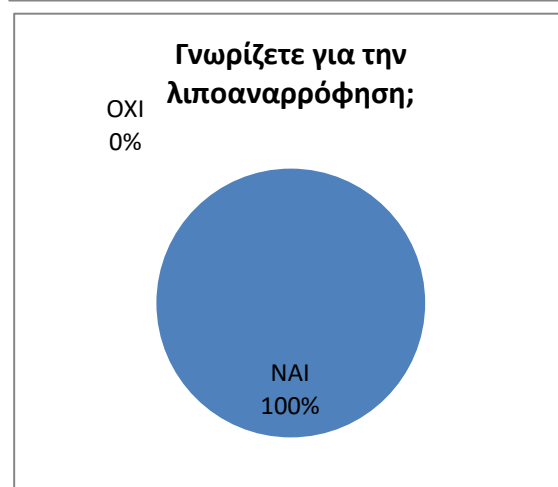
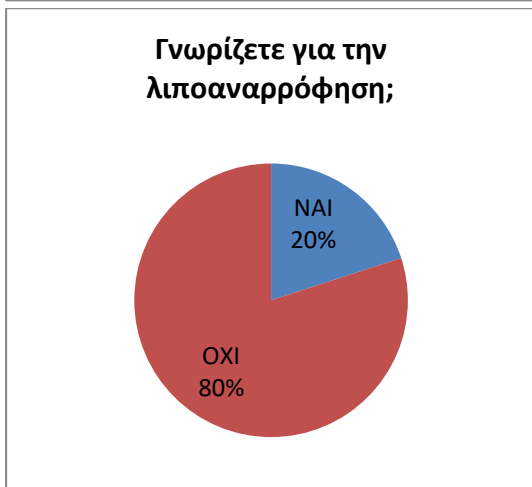
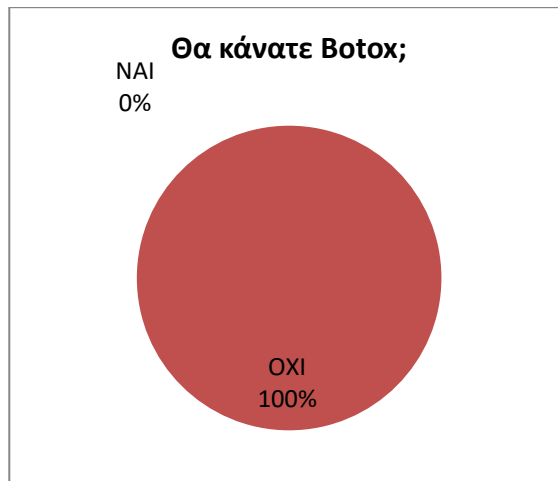


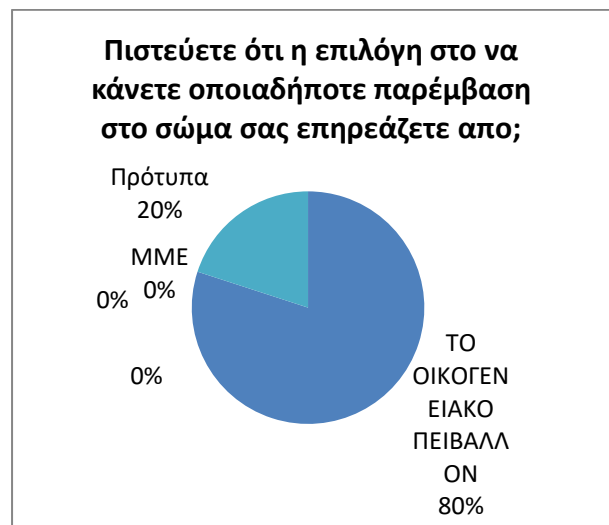
**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να
γίνεται πιο ελκυστικοί;**
ΝΑΙ 0%



**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να
γίνεται πιο ελκυστικοί;**
ΝΑΙ 0%







Η Β΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΑΠΑΝΤΗΣΕ:

Στην πρώτη ερώτηση «Νιώθετε καλά με το σώμα σας;» το 80% των αγοριών απάντησε ΝΑΙ και το 20% ΟΧΙ αντίστοιχα το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το 25% ΟΧΙ.

Στην δεύτερη ερώτηση «Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής» το 60% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το 20% ίσως. Στα κορίτσια το ποσοστό μοιράστηκε το 50% απάντησαν ΟΧΙ και το υπόλοιπο 50% ΙΣΩΣ, ενώ καμία δεν απάντησε ΝΑΙ.

Στην Τρίτη ερώτηση «Θα έκανες piercing ». Από τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ το 80% και το 20% ΝΑΙ, ενώ το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το υπόλοιπο 25% ΟΧΙ.

Στην τέταρτη ερώτηση «Θα έκανες tattoo». Το 60% απάντησε ότι δεν θα έκανε , ενώ το 40% , θα έκανε. Αντίστοιχα τα κορίτσια απάντησαν ΝΑΙ σε ποσοστό 100% .

Στην πέμπτη ερώτηση «Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέως», το 60% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει ενώ το 40% απάντησε θετικά, αντίστοιχα το 75% των κοριτσιών απάντησε θετικά και το 25% αρνητικά.

Στην έκτη ερώτηση «Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό οξύ για να γίνετε πιο ελκυστικοί», όλα τα αγόρια αλλά και όλα τα κορίτσια, δηλαδή το 100% απάντησαν αρνητικά, ΟΧΙ.

Στην έβδομη ερώτηση «Θα κάνατε Botox», αγόρια και κορίτσια απάντησαν ΟΧΙ, το 100% των ερωτηθέντων έδωσε αρνητική απάντηση.

Στην όγδοη ερώτηση «Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση», το 80% των αγοριών δεν γνωρίζει, ενώ το 20% γνωρίζει. Αντίστοιχα το 100% των κοριτσιών γνωρίζει για την λιποαναρρόφηση.

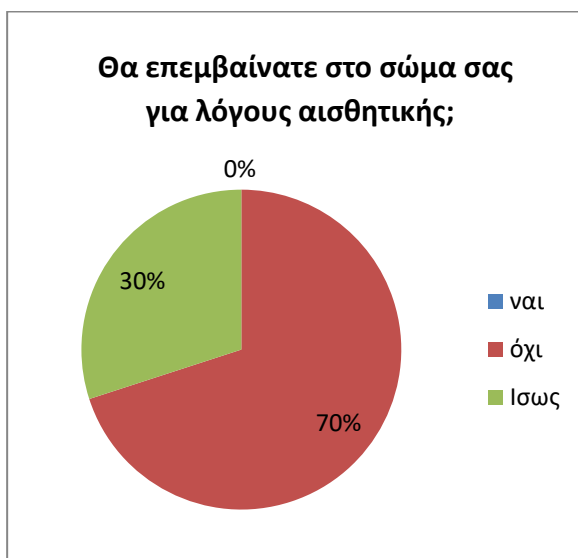
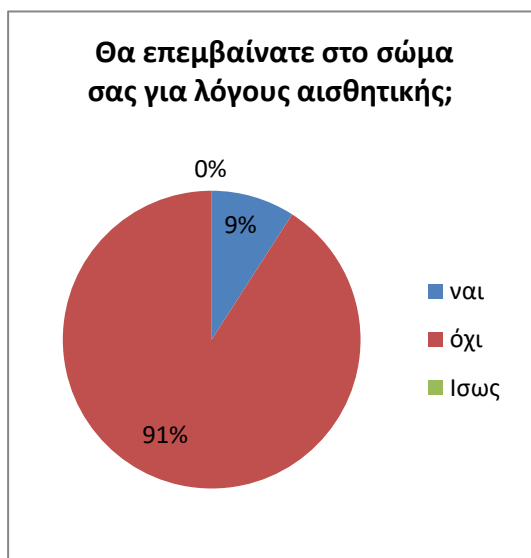
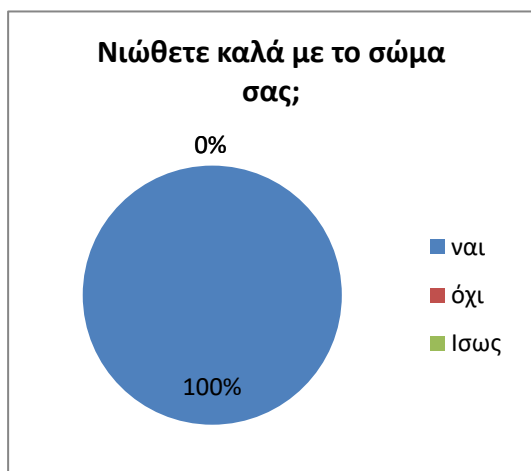
Στην ένατη ερώτηση «Θα κάνατε λιποαναρρόφηση», το 100% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, ενώ από τα κορίτσια το 50% έδωσε ως απάντηση ΙΣΩΣ και το υπόλοιπο 50% απάντησε ΟΧΙ.

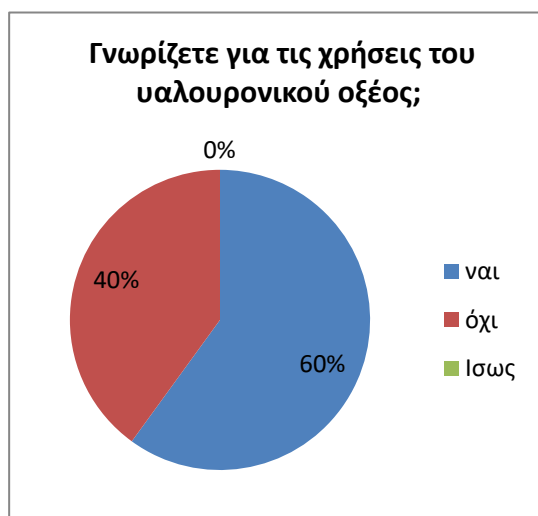
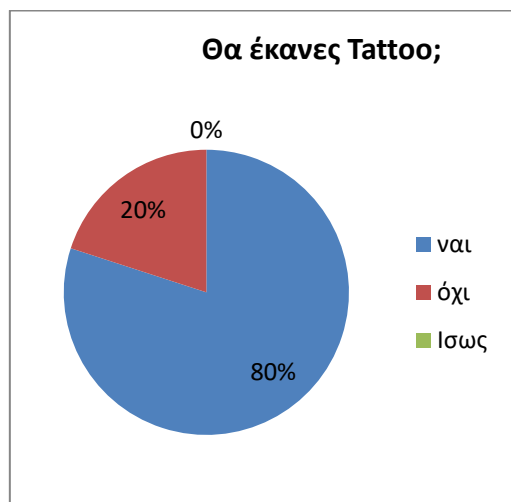
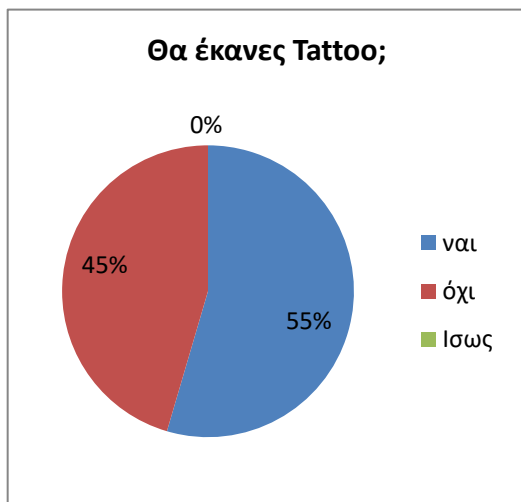
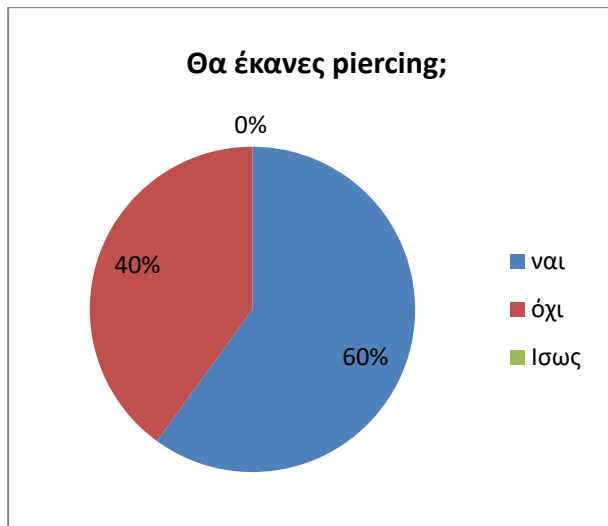
Στην δέκατη και τελευταία ερώτηση «πιστεύετε ότι η επιλογή στο να κάνετε οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:», τα αγόρια απάντησαν 80% από το οικογενειακό περιβάλλον και το 20% από τα πρότυπα και 0% από τα Μ.Μ.Ε. Τα κορίτσια απάντησαν 60% από τα πρότυπα, το 20% από τα Μ.Μ.Ε. και το υπόλοιπο 20% από το οικογενειακό περιβάλλον.

Α ΛΥΚΕΙΟΥ

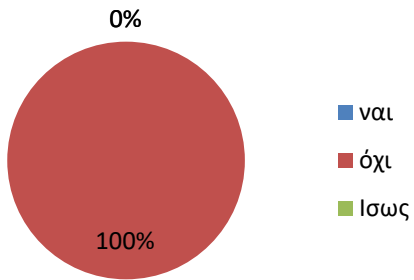
ΑΓΟΡΙΑ

ΚΟΡΙΤΣΙΑ

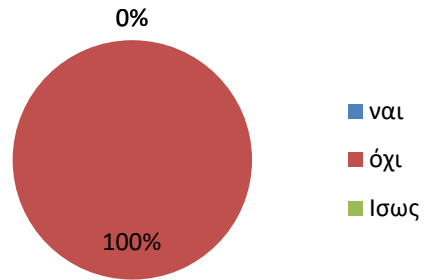




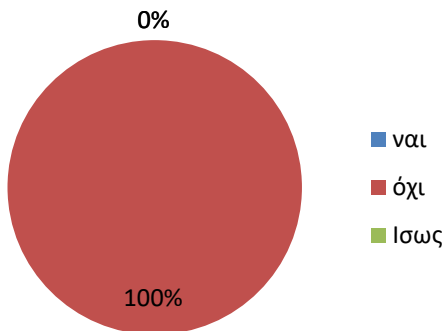
**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να γίνετε
πιο ελκυστικοί;**



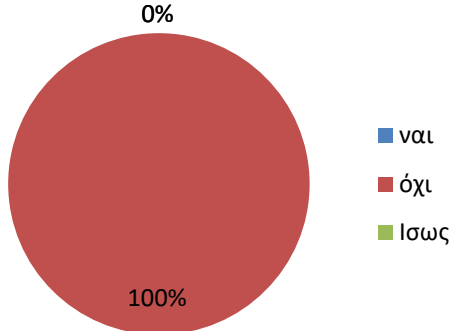
**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να γίνετε
πιο ελκυστικοί;**



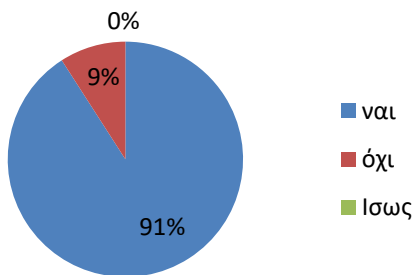
Θα κάνατε Botox;



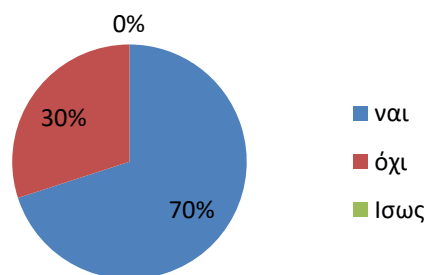
Θα κάνατε Botox;

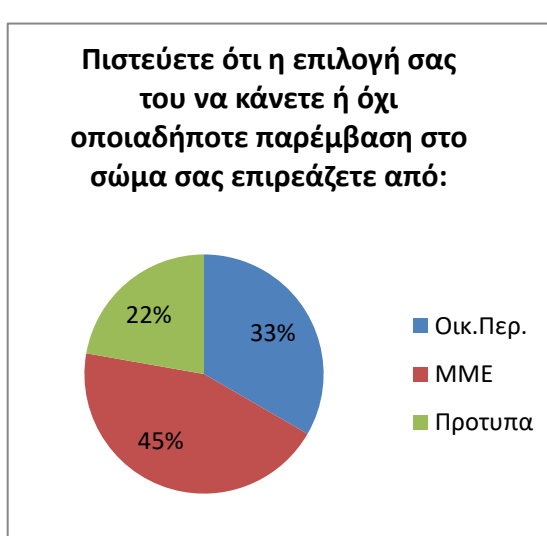
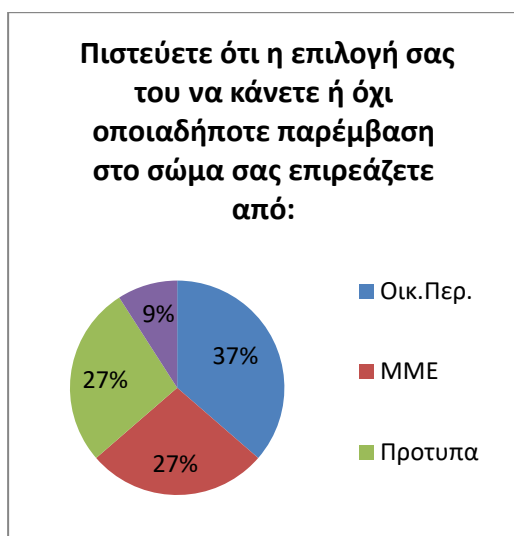
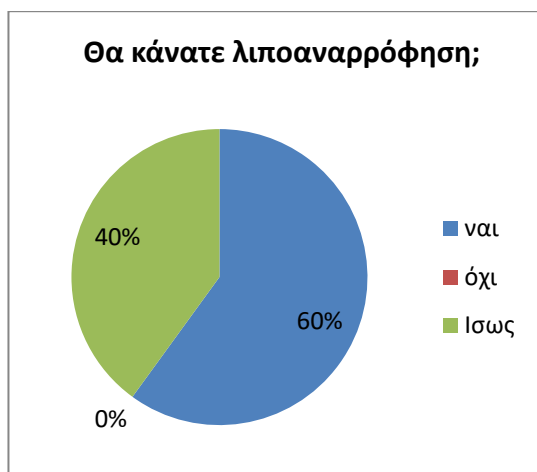
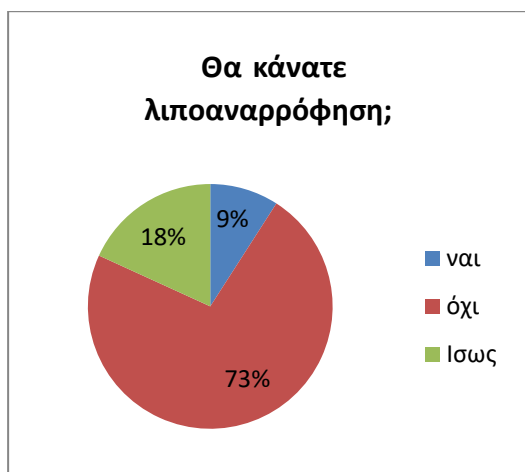


**Γνωρίζετε για την
λιποαναρρόφηση;**



**Γνωρίζετε για την
λιποαναρρόφηση;**





Η Α ΛΥΚΕΙΟΥ ΑΠΑΝΤΗΣΕ

Στην πρώτη ερώτηση «Νιώθετε καλά με το σώμα σας;» το 100% των αγοριών απάντησε ΝΑΙ, αντίστοιχα το 90% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το 10% ΟΧΙ.

Στην δεύτερη ερώτηση «Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής» το 91% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το 9% ΝΑΙ. Τα κορίτσια σε ποσοστό 70% απάντησαν ΟΧΙ και το υπόλοιπο 50% ΙΣΩΣ.

Στην Τρίτη ερώτηση «Θα έκανες piercing ». Από τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ το 100% ενώ το 60% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το υπόλοιπο 40% ΟΧΙ.

Στην τέταρτη ερώτηση «Θα έκανες tattoo». Το 45% απάντησε ότι δεν θα έκανε , ενώ το 55% , θα έκανε. Αντίστοιχα τα κορίτσια απάντησαν ΝΑΙ σε ποσοστό 80% και 20% ΟΧΙ.

Στην πέμπτη ερώτηση «Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέως», το 45% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει ενώ το 55% απάντησε θετικά, αντίστοιχα το 60% των κοριτσιών απάντησε θετικά και το 40% αρνητικά.

Στην έκτη ερώτηση «Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό οξύ για να γίνετε πιο ελκυστικοί», όλα τα αγόρια αλλά και όλα τα κορίτσια, δηλαδή το 100% απάντησαν αρνητικά, ΟΧΙ.

Στην έβδομη ερώτηση «Θα κάνατε Botox», αγόρια και κορίτσια απάντησαν ΟΧΙ, το 100% των ερωτηθέντων έδωσε αρνητική απάντηση.

Στην όγδοη ερώτηση «Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση», το 9% των αγοριών δεν γνωρίζει, ενώ το 91% γνωρίζει. Αντίστοιχα το 70% των κοριτσιών γνωρίζει για την λιποαναρρόφηση και το 30% δεν γνωρίζει.

Στην ένατη ερώτηση «Θα κάνατε λιποαναρρόφηση», το 73% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το 18% ΙΣΩΣ και το 9% ΝΑΙ, ενώ από τα κορίτσια το 40% έδωσε ως απάντηση ΙΣΩΣ και το υπόλοιπο 60% απάντησε ΝΑΙ.

Στην δέκατη και τελευταία ερώτηση «πιστεύετε ότι η επιλογή στο να κάνετε οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:», τα αγόρια απάντησαν 37% από το οικογενειακό περιβάλλον και το 27% από τα πρότυπα και 27% από τα Μ.Μ.Ε. Τα κορίτσια απάντησαν 22% από τα πρότυπα, το 45% από τα Μ.Μ.Ε. και το υπόλοιπο 33% από το οικογενειακό περιβάλλον.

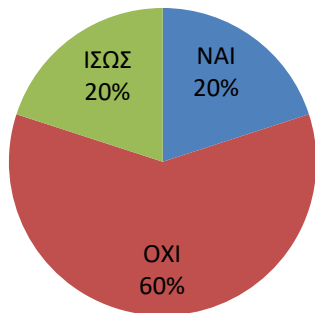
Β ΛΥΚΕΙΟΥ

ΑΓΟΡΙΑ

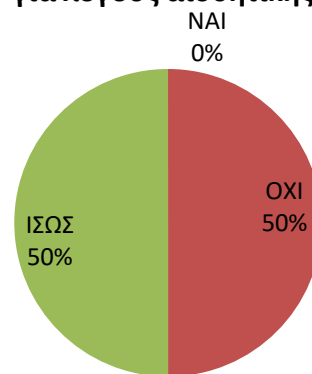
ΚΟΡΙΤΣΙΑ



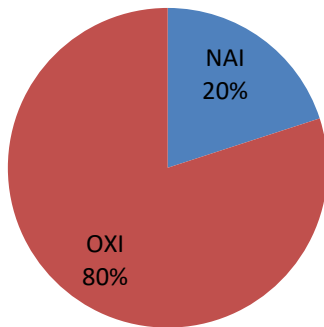
Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής;



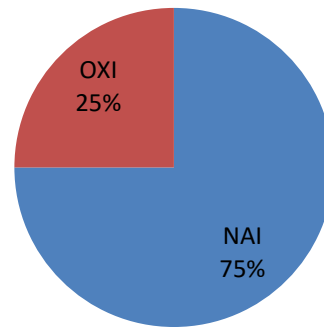
Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής;



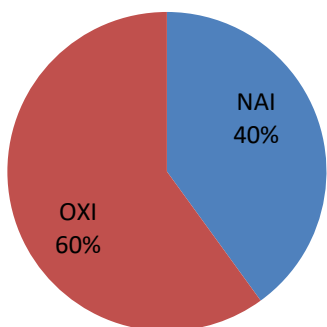
Θα έκανες piercing;



Θα έκανες piercing;

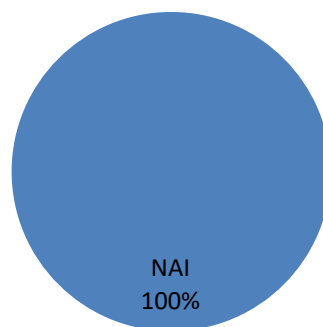


Θα έκανες tattoo;

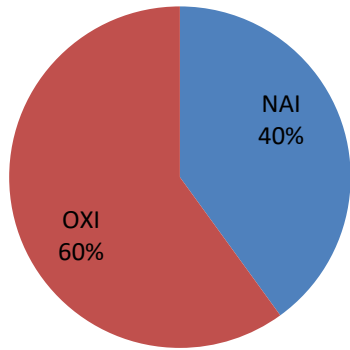


Θα έκανες tattoo;

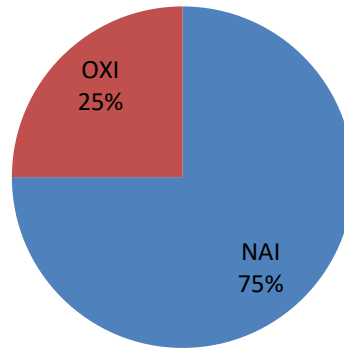
OXI
0%



Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέος;

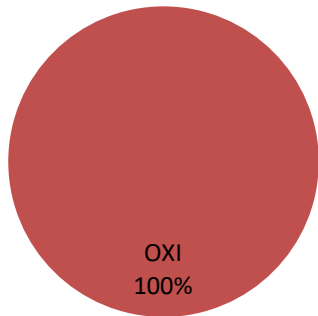


Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέος;



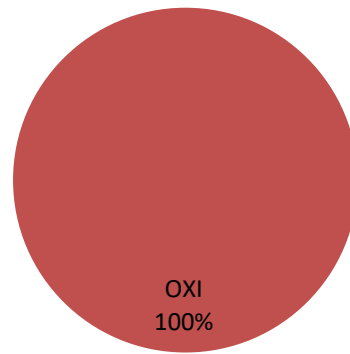
Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό για να γίνεται πιο ελκυστικοί;

ΝΑΙ
0%



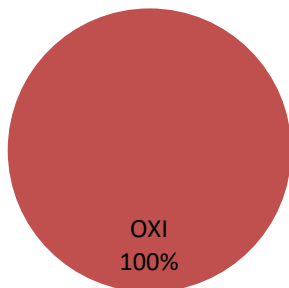
Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό για να γίνεται πιο ελκυστικοί;

ΝΑΙ
0%



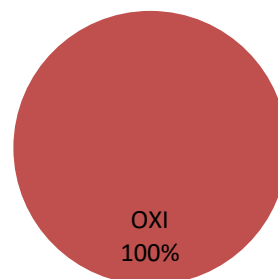
Θα κάνατε Βotox;

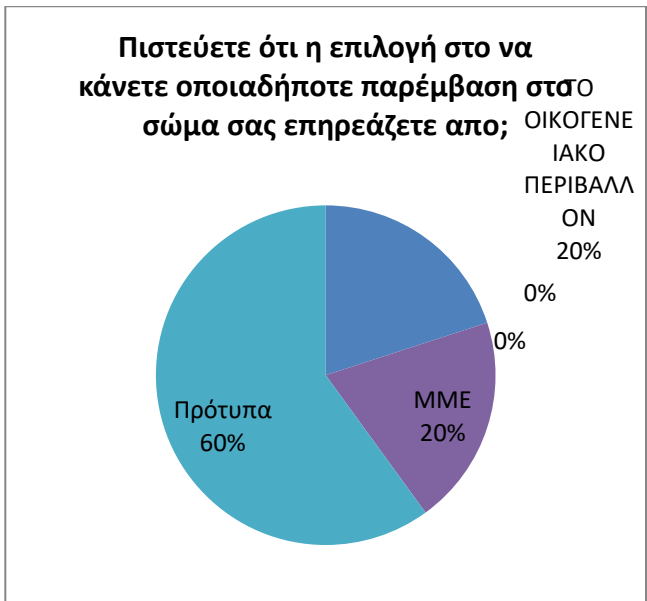
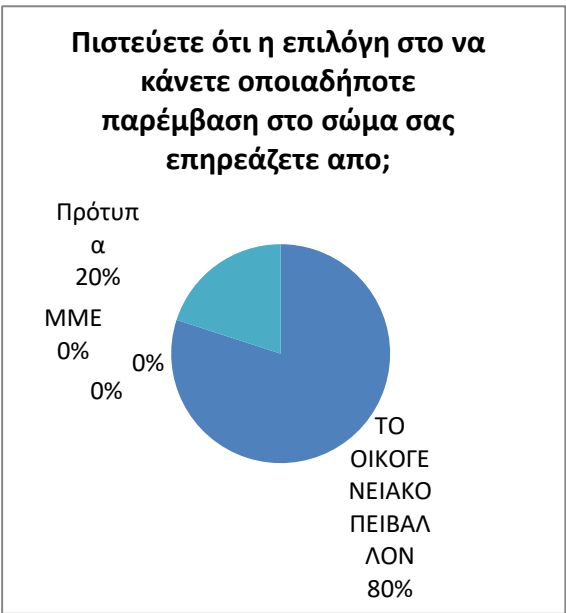
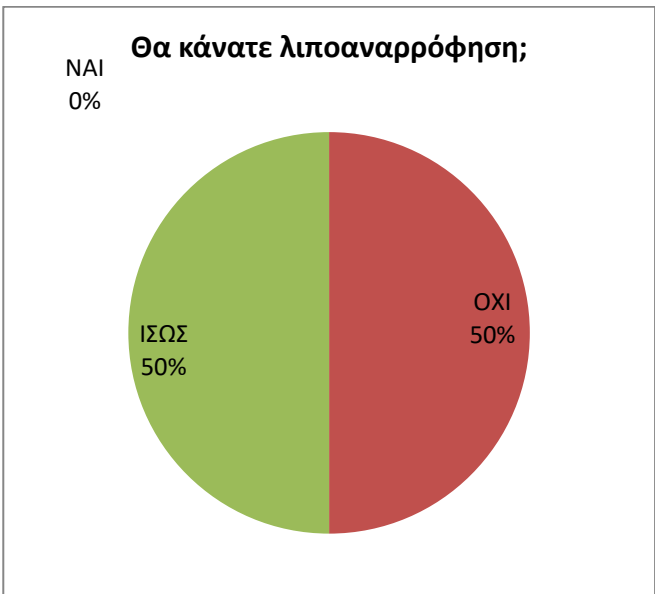
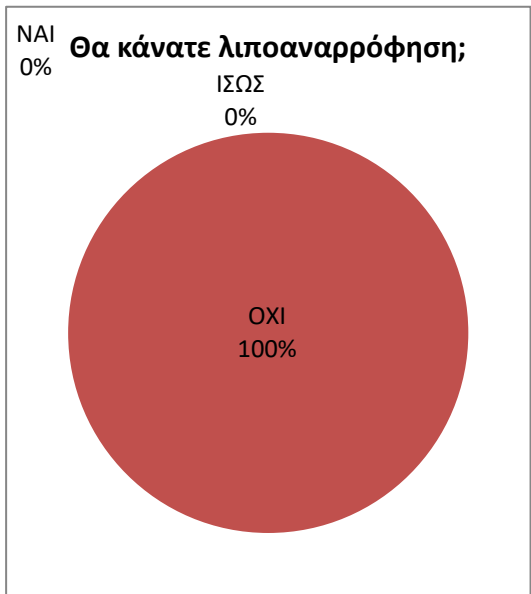
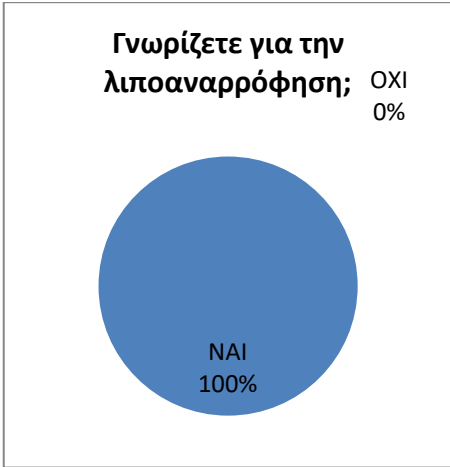
ΝΑΙ
0%



Θα κάνατε Βotox;

ΝΑΙ
0%





ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ Β΄ ΛΥΚΕΙΟΥ

Στην πρώτη ερώτηση «Νιώθετε καλά με το σώμα σας;» το 80% των αγοριών απάντησε ΝΑΙ και το 20% ΟΧΙ, αντίστοιχα το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το 25% ΟΧΙ.

Στην δεύτερη ερώτηση «Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής» το 60% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το 20% ΝΑΙ και το υπόλοιπο 20% ΙΣΩΣ. Τα κορίτσια σε ποσοστό 50% απάντησαν ΟΧΙ και το υπόλοιπο 50% ΙΣΩΣ.

Στην Τρίτη ερώτηση «Θα έκανες piercing ». Από τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ το 80% και το 20% ΝΑΙ, ενώ το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το υπόλοιπο 25% ΟΧΙ.

Στην τέταρτη ερώτηση «Θα έκανες tattoo». Το 60% απάντησε ότι δεν θα έκανε , ενώ το 40% , θα έκανε. Αντίστοιχα τα κορίτσια απάντησαν ΝΑΙ σε ποσοστό 80% και 20%.

Στην πέμπτη ερώτηση «Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέως», το 60% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει ενώ το 40% απάντησε θετικά, αντίστοιχα το 75% των κοριτσιών απάντησε θετικά και το 25% αρνητικά.

Στην έκτη ερώτηση «Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό οξύ για να γίνετε πιο ελκυστικοί», όλα τα αγόρια αλλά και όλα τα κορίτσια, δηλαδή το 100% απάντησαν αρνητικά, ΟΧΙ.

Στην έβδομη ερώτηση «Θα κάνατε Botox», αγόρια και κορίτσια απάντησαν ΟΧΙ, το 100% των ερωτηθέντων έδωσε αρνητική απάντηση.

Στην όγδοη ερώτηση «Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση», το 80% των αγοριών δεν γνωρίζει, ενώ το 20% γνωρίζει. Αντίστοιχα το 100% των κοριτσιών γνωρίζει για την λιποαναρρόφηση.

Στην ένατη ερώτηση «Θα κάνατε λιποαναρρόφηση», το 100% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, ενώ από τα κορίτσια το 50% έδωσε ως απάντηση ΙΣΩΣ και το υπόλοιπο 50% απάντησε ΝΑΙ.

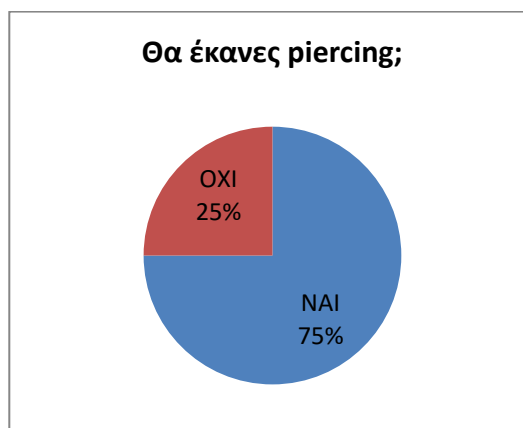
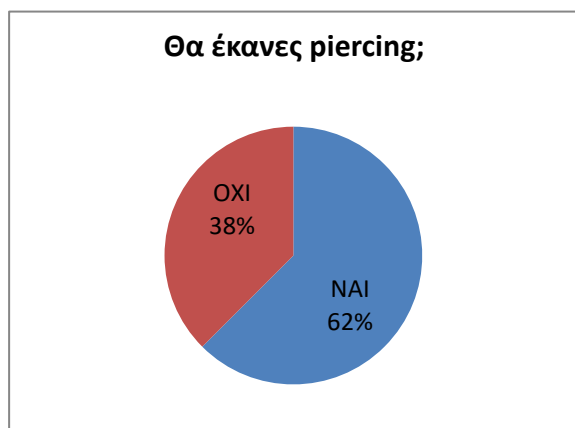
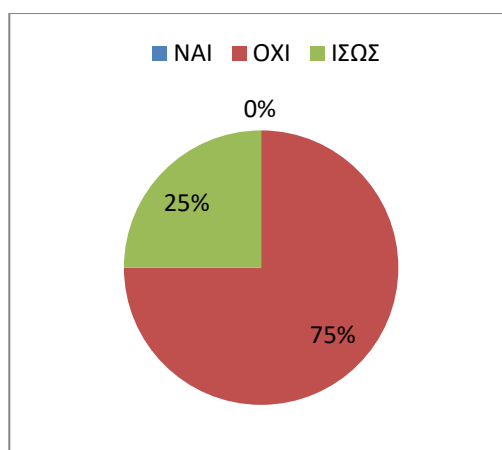
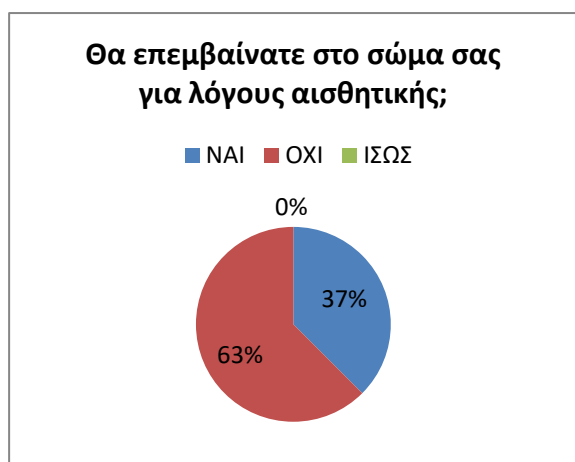
Στην δέκατη και τελευταία ερώτηση «πιστεύετε ότι η επιλογή στο να κάνετε οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:», τα αγόρια απάντησαν 80% από το οικογενειακό περιβάλλον και το 20% από τα πρότυπα και 0% από τα Μ.Μ.Ε. Τα κορίτσια απάντησαν 60% από τα πρότυπα , το 20% από τα Μ.Μ.Ε. και το υπόλοιπο 20% από το οικογενειακό περιβάλλον.

Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ

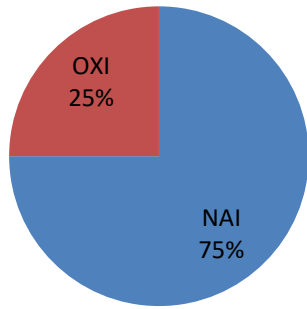
ΑΓΟΡΙΑ



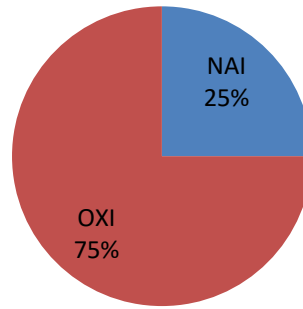
ΚΟΡΙΤΣΙΑ



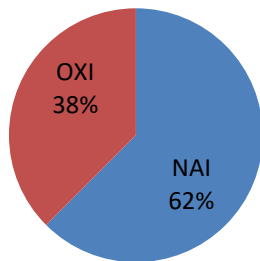
Θα έκανες tattoo;



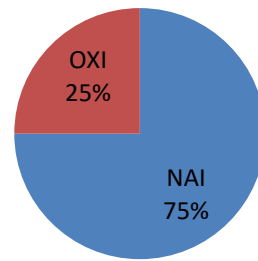
Θα έκανες tattoo;



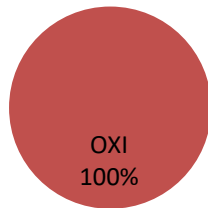
**Γνωρίζετε για τις χρήσεις του
υαλουρονικού οξέος;**



**Γνωρίζετε για τις χρήσεις του
υαλουρονικού οξέος;**

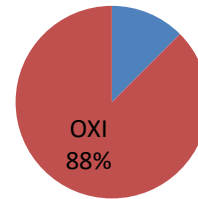


**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να γίνετε πιο
ελκυστικοί;**

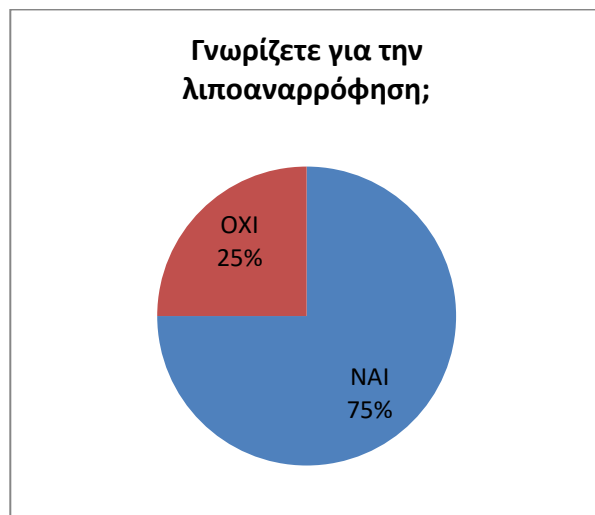
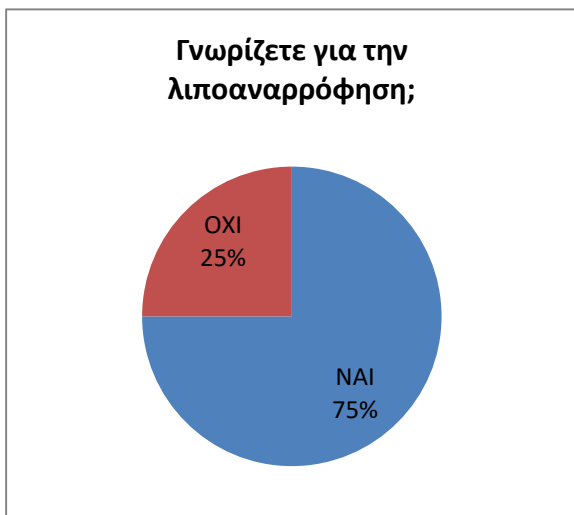
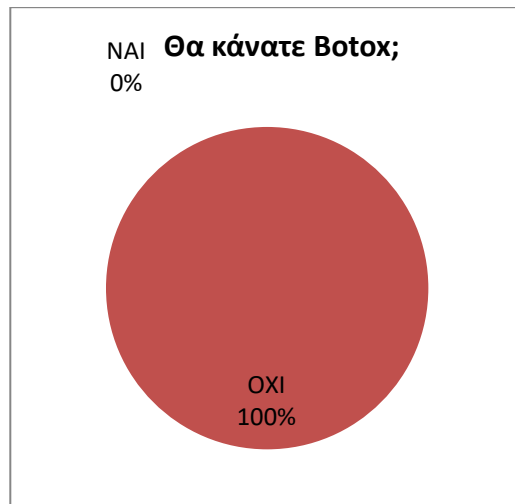


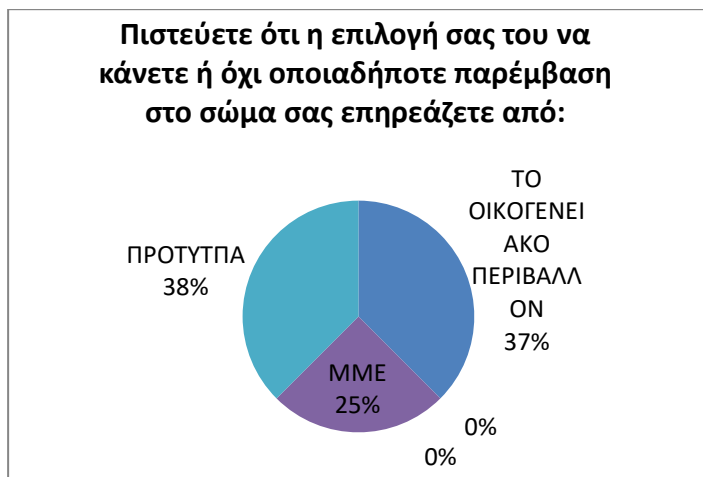
NAI
0%

**Θα χρησιμοποιούσατε
υαλουρονικό για να γίνετε πιο
ελκυστικοί;**



NAI
12%





ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ

Στην πρώτη ερώτηση «Νιώθετε καλά με το σώμα σας;» το 50% των αγοριών απάντησε ΝΑΙ και το άλλο 50% ΟΧΙ, αντίστοιχα το 100% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ.

Στην δεύτερη ερώτηση «Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής» το 63% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το υπόλοιπο 37% ΝΑΙ. Τα κορίτσια σε ποσοστό 75% απάντησαν ΟΧΙ και το υπόλοιπο 25% ΙΣΩΣ.

Στην Τρίτη ερώτηση «Θα έκανες piercing». Από τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ το 38% και το 62% ΝΑΙ, ενώ το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το υπόλοιπο 25% ΟΧΙ.

Στην τέταρτη ερώτηση «Θα έκανες tattoo». Το 25% απάντησε ότι δεν θα έκανε, ενώ το 75%, θα έκανε. Αντίστοιχα τα κορίτσια απάντησαν ΝΑΙ σε ποσοστό 25% και 75% ΟΧΙ.

Στην πέμπτη ερώτηση «Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέως», το 38% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει ενώ το 62% απάντησε θετικά, αντίστοιχα το 75% των κοριτσιών απάντησε θετικά και το 25% αρνητικά.

Στην έκτη ερώτηση «Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό οξύ για να γίνετε πιο ελκυστικοί», όλα τα αγόρια 100% απάντησαν αρνητικά, ενώ τα κορίτσια το 88% απάντησαν ΟΧΙ και το 12% ΝΑΙ.

Στην έβδομη ερώτηση «Θα κάνατε Botox», τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ, το 75% και ΝΑΙ το 25%, τα δε κορίτσια απάντησαν 100% αρνητικά.

Στην όγδοη ερώτηση «Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση», το 25% των αγοριών όσο και των κοριτσιών δεν γνωρίζει, ενώ το 75% γνωρίζει για την λιποαναρρόφηση.

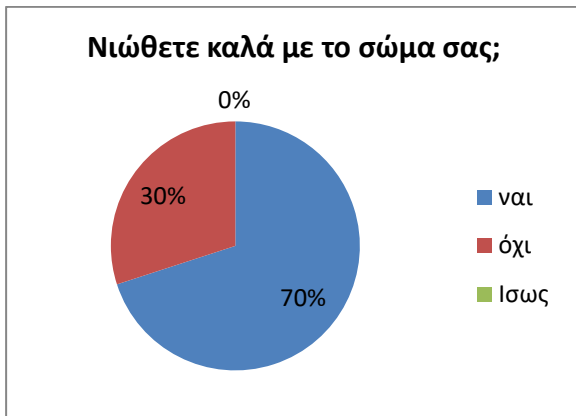
Στην ένατη ερώτηση «Θα κάνατε λιποαναρρόφηση», το 63% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, και το 37% ΝΑΙ ενώ από τα κορίτσια το 13% έδωσε ως απάντηση ΙΣΩΣ και το υπόλοιπο 87% απάντησε ΟΧΙ.

Στην δέκατη και τελευταία ερώτηση «πιστεύετε ότι η επιλογή στο να κάνετε οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:», τα αγόρια απάντησαν 34% από το οικογενειακό

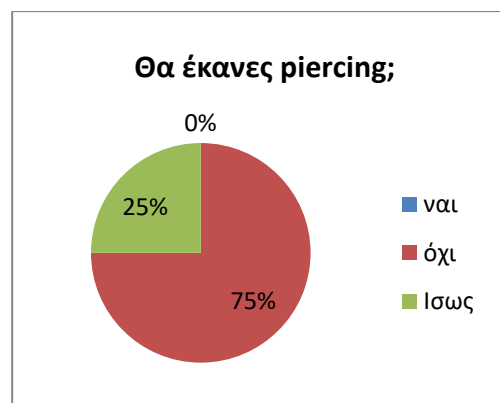
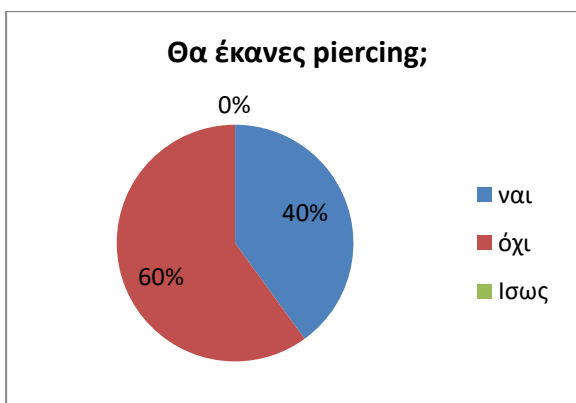
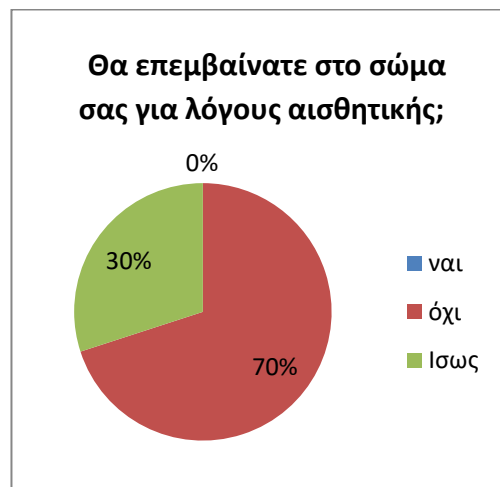
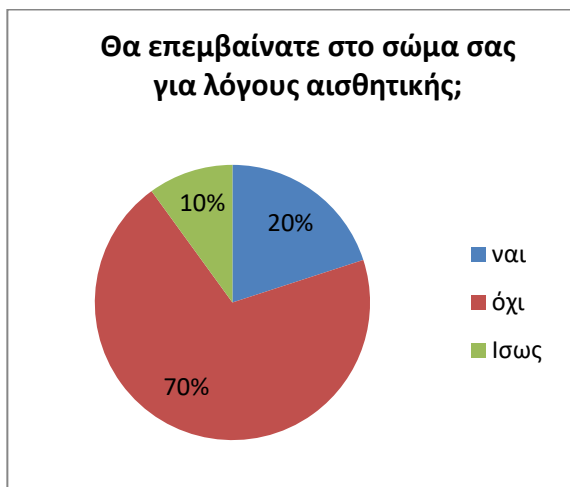
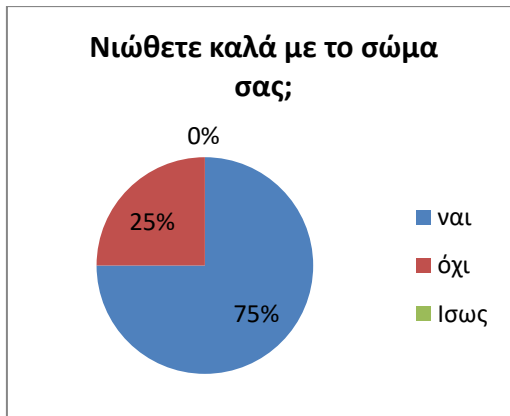
περιβάλλον και το 33% από τα πρότυπα και 33% από τα Μ.Μ.Ε. Τα κορίτσια απάντησαν 38% από τα πρότυπα, το 25% από τα Μ.Μ.Ε. και το υπόλοιπο 37% από το οικογενειακό περιβάλλον.

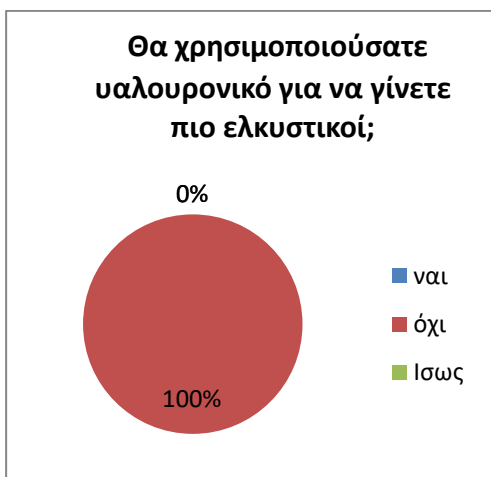
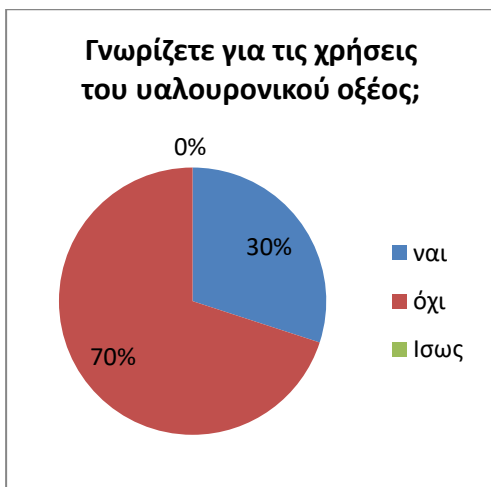
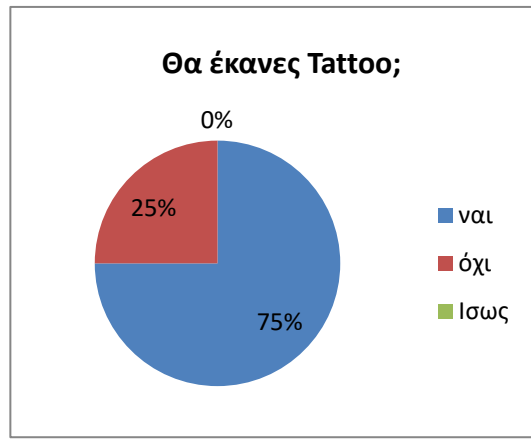
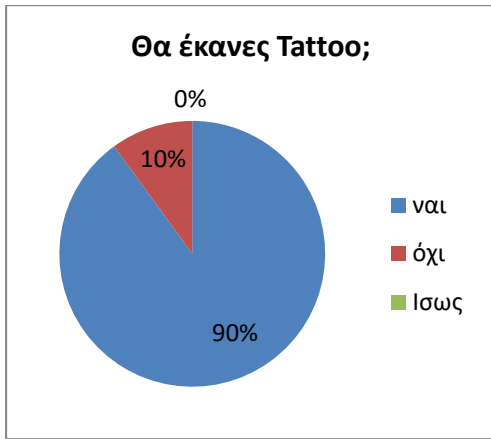
Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

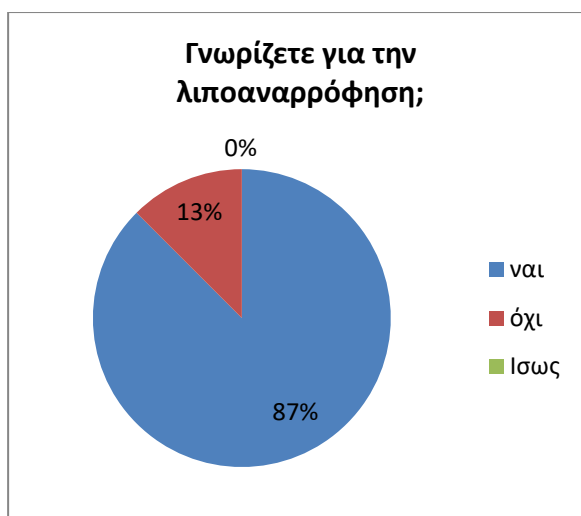
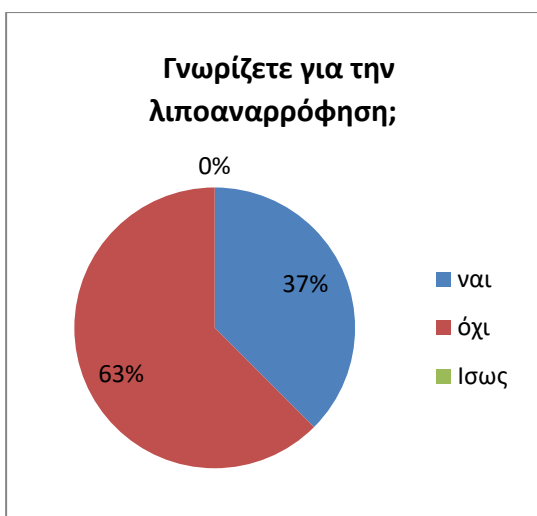
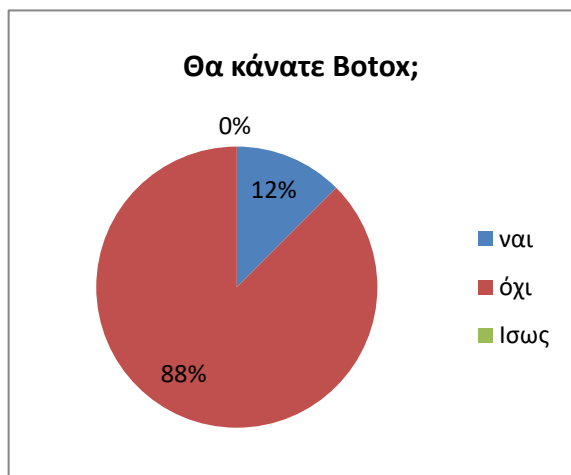
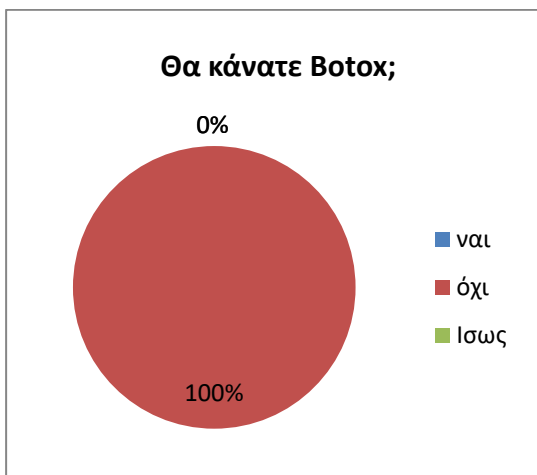
ΑΓΟΡΙΑ

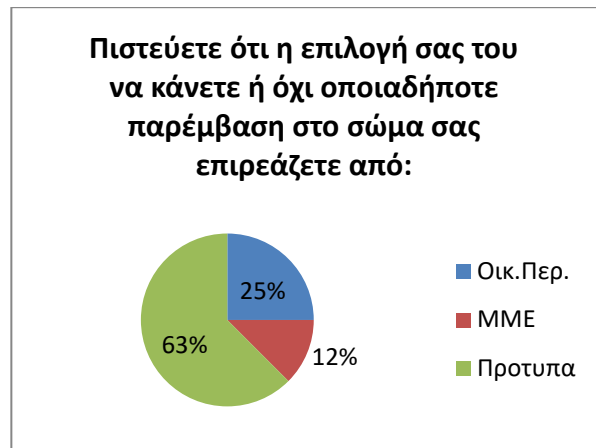
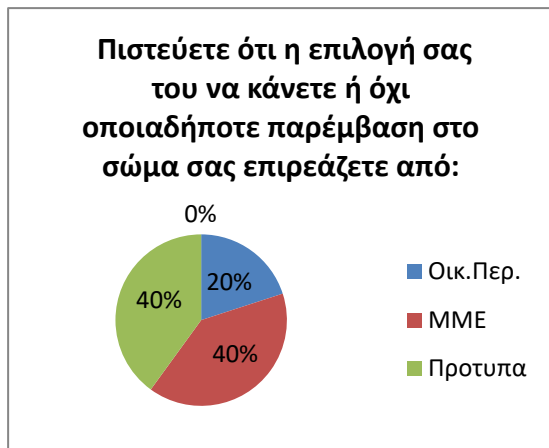


ΚΟΡΙΤΣΙΑ









ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Στην πρώτη ερώτηση «Νιώθετε καλά με το σώμα σας;» το 70% των αγοριών απάντησε ΝΑΙ και το 30% ΟΧΙ, ενώ το 75% των κοριτσιών απάντησε ΝΑΙ και το υπόλοιπο 25% ΟΧΙ.

Στην δεύτερη ερώτηση «Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής» το 70% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, το 20% ΝΑΙ και το 10% ΙΣΩΣ. Τα κορίτσια σε ποσοστό 70% απάντησαν ΟΧΙ και το υπόλοιπο 30% ΙΣΩΣ.

Στην Τρίτη ερώτηση «Θα έκανες piercing». Από τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ το 60% και το 40% ΝΑΙ, ενώ το 75% των κοριτσιών απάντησε ΟΧΙ και το υπόλοιπο 25% ΙΣΩΣ.

Στην τέταρτη ερώτηση «Θα έκανες tattoo». Το 10% απάντησε ότι δεν θα έκανε, ενώ το 90% θα έκανε. Αντίστοιχα τα κορίτσια απάντησαν ΝΑΙ σε ποσοστό 75% και 25% ΟΧΙ.

Στην πέμπτη ερώτηση «Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέως», το 70% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει ενώ το 30% απάντησε θετικά, αντίστοιχα το 50% των κοριτσιών απάντησε θετικά και το υπόλοιπο μισό 50% αρνητικά.

Στην έκτη ερώτηση «Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό οξύ για να γίνετε πιο ελκυστικοί», όλα τα αγόρια 100% απάντησαν αρνητικά, ενώ τα κορίτσια το 75% απάντησαν ΟΧΙ και το 25% ΝΑΙ.

Στην έβδομη ερώτηση «Θα κάνατε Botox», τα αγόρια απάντησαν ΟΧΙ, το 100% τα δε κορίτσια απάντησαν 88% αρνητικά και το 12% θετικά.

Στην όγδοη ερώτηση «Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση», το 63% των αγοριών απάντησε ότι δεν γνωρίζει, ενώ το 37% γνωρίζει για την λιποαναρρόφηση. Το 87% των κοριτσιών έχει γνώση και το 13% δεν γνωρίζει για το θέμα.

Στην ένατη ερώτηση «Θα κάνατε λιποαναρρόφηση», το 80% των αγοριών απάντησε ΟΧΙ, και το 20% ΙΣΩΣ ενώ από τα κορίτσια το 25% έδωσε ως απάντηση ΙΣΩΣ το 12% ΝΑΙ και το υπόλοιπο 63% απάντησε ΟΧΙ.

Στην δέκατη και τελευταία ερώτηση «πιστεύετε ότι η επιλογή στο να κάνετε οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:», τα αγόρια απάντησαν 20% από το οικογενειακό περιβάλλον και το 40% από τα πρότυπα και 40% από τα Μ.Μ.Ε. Τα κορίτσια απάντησαν 63% από τα πρότυπα , το 12% από τα Μ.Μ.Ε. και το υπόλοιπο 25% από το οικογενειακό περιβάλλον.

4.2 Αξιολόγηση

Οι στόχοι που τέθηκαν στην αρχή της ερευνητικής εργασίας επιτεύχθηκαν . Οι μαθητές χωρίστηκαν σε ομάδες και μέσα από την κατανομή ρόλων έδειξαν πνεύμα συνεργασίας και υπευθυνότητας για την πραγματοποίηση των εργασιών .

Κατανόησαν τι είναι το ντόπινγκ , ποιες είναι οι κατηγορίες του , συνειδητοποίησαν τις συνέπειες από την χρήση του στην υγεία και αντιλήφθηκαν τις πραγματικές διαστάσεις του φαινομένου .

Τέλος ενημερώθηκαν για τις αισθητικές επεμβάσεις και τους κινδύνους που ελλοχεύουν.

4.3 Επίλογος

Σε εκδήλωση στο τέλος της σχολικής χρονιάς έγινε διάχυση της ερευνητικής μας εργασία στην μαθητική κοινότητα και στην τοπική κοινωνία .

Τελειώνοντας παραθέτουμε το ερωτηματολόγιο και την αφίσα μας .

Ερωτηματολόγιο για το project της Β' λυκείου
Σχολικό έτος 2018/19 Γυμνάσιο με Λ.Τ. Ασωπίας

Τα στοιχεία του ερωτηματολογίου είναι σημαντικά για την εργασία μας. Η διεξαγωγή σωστών συμπερασμάτων έχει σχέση και με την δική σας υπευθυνότητα γι αυτό σας παρακαλούμε να απαντήστε υπεύθυνα και ανώνυμα.

Φύλο: Αγόρι Κορίτσι

Ηλικία: 14-16 16-18

Ερώτηση 1η

Νιώθετε καλά με το σώμα σας ;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 2η

Θα επεμβαίνατε στο σώμα σας για λόγους αισθητικής;

ΝΑΙ ΟΧΙ ΙΣΩΣ

Ερώτηση 3η

Θα έκανες piercing;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 4η

Θα έκανες tattoo;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 5η

Γνωρίζετε για τις χρήσεις του υαλουρονικού οξέος;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 6η

Θα χρησιμοποιούσατε υαλουρονικό για να γίνετε πιο ελκυστικοί;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 7η

Θα κάνατε Botox;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 8η

Γνωρίζετε για την λιποαναρρόφηση;

ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερώτηση 9η

Θα κάνατε λιποαναρρόφηση;

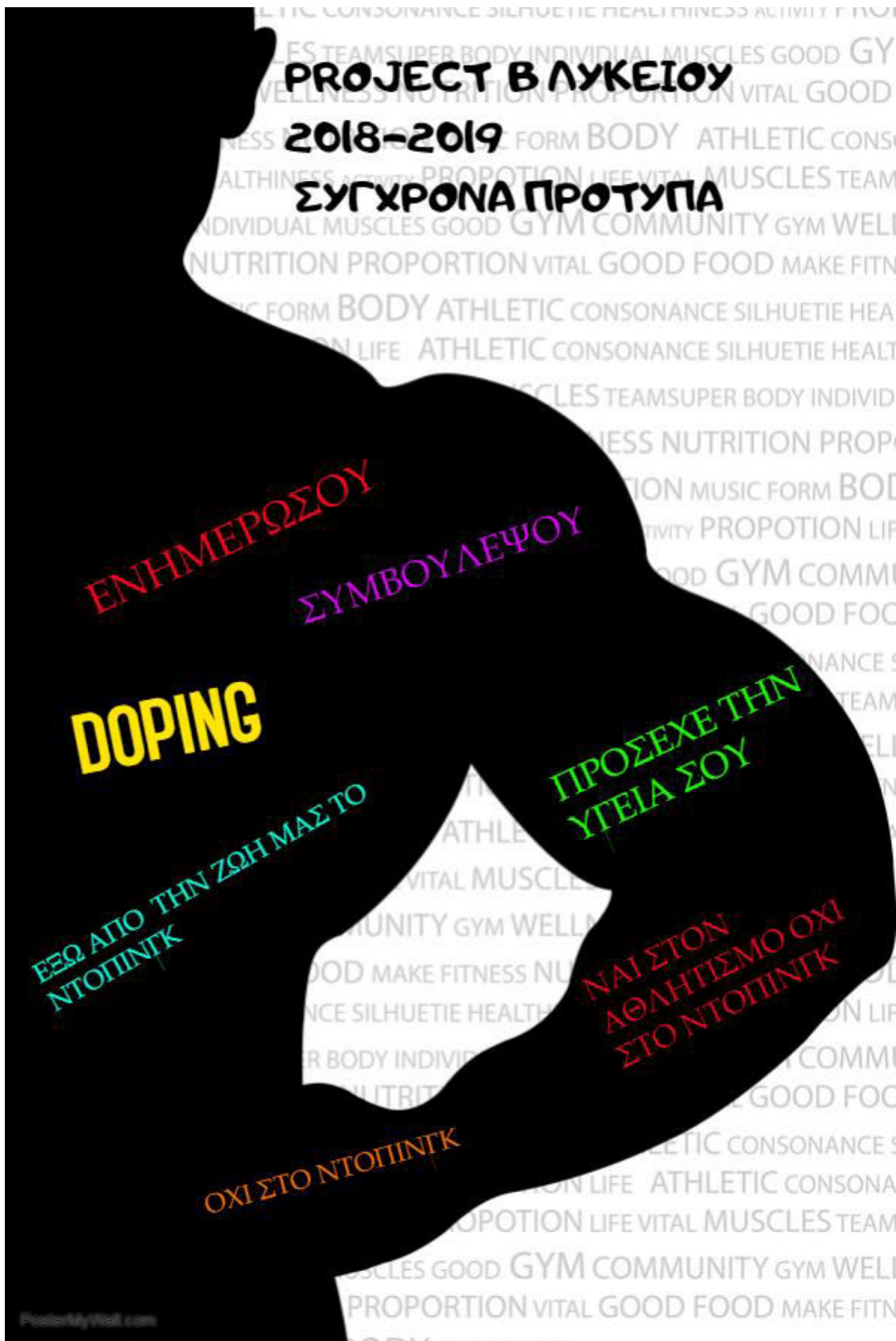
ΝΑΙ ΟΧΙ ΙΣΩΣ

Ερώτηση 10η

Πιστεύετε ότι η επιλογή σας του να κάνετε ή όχι οποιαδήποτε παρέμβαση στο σώμα σας επηρεάζεται από:

Το οικογενειακό σας περιβάλλον ΜΜΕ Πρότυπα

Ευχαριστούμε πολύ για την συμμετοχή σας



Πηγές:

<http://www.doping-prevention.com>

<http://apocalypsejohn.com>

<http://www.doping-prevention.com>

<http://www.nsph.gr>

<https://gimnastirio.gr>

<https://www.rizospastis.gr>

<https://www.hsioirs.org>

<https://www.iatronet.gr>

<https://mydoctorlipoanarofisis.gr>

<https://marymary.gr>