

# ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΜΕ Λ.Τ. ΑΣΩΠΙΑΣ

## ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2018-2019

### ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ Β' ΛΥΚΕΙΟΥ



**ΘΕΜΑ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:**

**ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΠΡΟΤΥΠΑ: ΝΤΟΠΙΝΓΚ - ΕΠΕΜΒΑΣΕΙΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ**

## ΟΜΑΔΑ 1η

- Σουμπάκης Αναστάσιος
- Κίτσα Ελόνα
- Βατάϊ Γκυλιανα
- Καουρ Χαρντιπ

## ΟΜΑΔΑ 2η

- Κίτσα Φεστιμ
- Σκουρτανιώτης Σπύρος
- Αθανασίου Κατερίνα
- Κουμαρ Μανις

Υπεύθυνη καθηγήτρια :  
Τόλου Όλγα ΠΕ78

# ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ DOPING (ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ)

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΤΟΥ DOPING

Συμπληρώματα Διατροφής – Πολυβιταμινούχα Σκευάσματα:



# 1. Αναψυκτικά τύπου Sports drinks και Energy drinks:

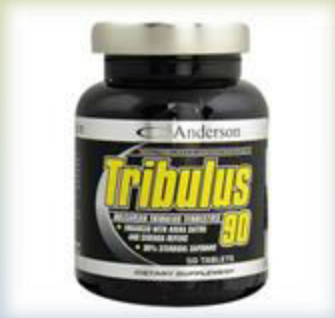




## 2. Αναβολικά Στεροειδή :



### 3. Διεγερτικά :



### 4. Ναρκωτικά Αναλγητικά:



### 5. Διουρητικά :



### 6. Β-Αναστολείς :



## 7. Κρεατίνη :



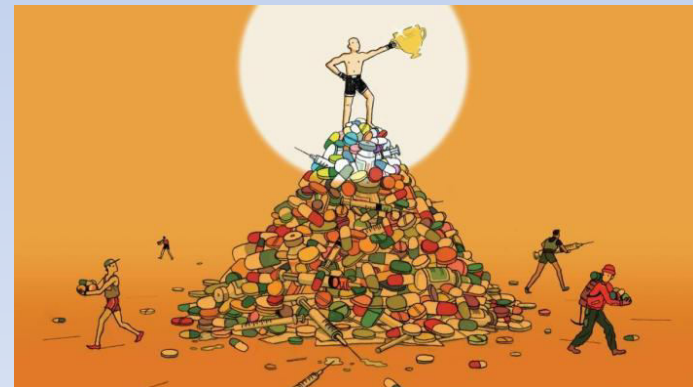
## 8. Ινσουλίνη :



## 9. Πεπτιδικές Ορμόνες:



## 10. Γονιδιακό Ντόπινγκ:



## 11. Φυσικό Ντόπινγκ :

## **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.



# ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΕΠΕΜΒΑΣΕΙΣ

## Βλεφαροπλαστική



## Λιποαναρρόφηση



## Η διάτρηση (Piercing)



# Το υαλουρονικό οξύ

