



EDITORIALE GLI INTEGRATORI ALIMENTARI NELLO SPORT

A cura di Roberta Pacifici e Ilaria Palmi, Osservatorio fumo, alcol e droga – Iss

Quando si parla di integratori alimentari per sportivi spesso si fa riferimento non solo a tutti quei prodotti che vengono assunti per reintegrare ciò che si è perso durante un intenso sforzo fisico (es. sali minerali) o per ottenere energia prontamente disponibile durante lo sforzo (es. zucchero), ma anche a quei prodotti utilizzati per *“fornire all'organismo un "surplus" di sostanze energetiche allo scopo di aumentare la massa muscolare, la forza e/o la resistenza”*, dimenticando (o facendo finta di dimenticare) che l'allenamento è l'unico mezzo utile e scientificamente provato per migliorare la prestazione atletica.

Infatti, secondo la legislatura vigente, ad un integratore non possono essere attribuite proprietà terapeutiche e/o curative.

A partire dal 2010 l'Iss, in collaborazione con il Comando carabinieri per la tutela della salute, ha provveduto ad effettuare un monitoraggio farmaco-tossicologico degli integratori dedicati ai praticanti attività sportiva. Sono stati effettuati degli acquisti simulati di prodotti diversificati per provenienza (nazionale e internazionale) e per canali di distribuzione (palestre, negozi specializzati in articoli sportivi, siti web, sexy shop, farmacie online, grande distribuzione ecc.). Questo lavoro di monitoraggio e mappatura dell'offerta ha portato all'acquisto e successiva indagine analitica di oltre 450 diversi prodotti.

I risultati delle analisi eseguite presso l'Iss hanno evidenziato che gli integratori acquistati presso i normali canali di distribuzione (farmacie, grande distribuzione) sono quali-quantitativamente conformi con quanto dichiarato in etichetta e adeguati alla normativa vigente che regola gli integratori alimentari. In alcuni dei prodotti acquistati on-line o presso i sexy shop, invece, si è riscontrata la presenza di principi farmacologicamente attivi (es. sildenafil) ed estratti vegetali (es. yohimbina) vie-

tati dalla normativa vigente, ma anche di anabolizzanti (es. testosterone), modulatori ormonali e metabolici (es. tamoxifene, clomifene) o stimolanti (idrossiamfetamina, metilexaneamina), inseriti nell'elenco delle sostanze vietate per doping secondo quanto previsto dalla legge 376/00 (Disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping).

La presenza di principi farmacologicamente attivi non dichiarati in etichetta costituisce un importante fattore di rischio per la salute del consumatore in generale e specificatamente per la tutela della salute del praticante attività sportiva, in particolar modo quando questi principi attivi sconfinano nel farmaco vero e proprio. L'assunzione talvolta inconsapevole di queste sostanze, infatti, soprattutto quando in eccesso o in assenza di prescrizione medica, è spesso associata alla comparsa di effetti collaterali acuti e/o cronici, alcuni dei quali rilevanti e in alcuni casi fatali.