



## التنظيم القانوني لتناول المنشطات في رياضة بناء الاجسام

ا.م.د. سامر حميد سفر<sup>1</sup>

الجامعة التقنية الجنوبية – المعهد التقني الناصرية، العراق

[samer.alrikabi@stu.edu.iq](mailto:samer.alrikabi@stu.edu.iq)

**ملخص.** حاولنا من خلال هذا البحث بيان الجانب السلبي في الاستعانة بالمنشطات الرياضية وبالأخص في رياضة بناء الاجسام تلك التي بدأت بالانتشار بطريقة يصعب السيطرة عليها في كثير من القاعات الرياضية؛ ذلك ان الاستعمال غير المشروع لها بدأ يتجاوز الحدود وينتشر بين الشباب بطريقة مخفية لكل مرتادي تلك القاعات دون وجود رقابة من قبل البعض من أصحاب هذه القاعات ودون وجود نصوص قانونية رادعه. حيث ان اغلب الدول قد اعتمدت على الاتفاقيات الدولية الخاصة بتنظيم هذا الامر تاركة الباب مفتوح على مصرعيه بعدم المحاسبة الجنائية دون وجود نصوص صريحة تجرم او تعاقب بعقوبات رادعه بالمقابل هناك البعض الاخر من الدول التي بدأت تؤمن بضرورة المحاسبة وان كانت خجولة كونها اقتصرت على العقوبات التأديبية التي تقتصر عندما تظهر المخالفة في المناسبات الرياضية فقط وليس على مستوى الاستعمال الشخصي في تلك القاعات ؛ كما اننا حاولنا في هذا البحث بيان التسمية الصحيحة لهذه الرياضة في ظل الاختلافات الفقهية كما اننا بينا التنظيم القانوني في العراقي الذي للأسف اقتصر على تبني النصوص الدولية فقط واعتبار الاتفاقيات الدولية واجبة التطبيق كأنها نصوص قانونية داخلية والتي تقتصر للعقوبات الرادعة.

الكلمات المفتاحية: المنشطات – الهرمونات – بناء – القانون





**Abstract.** Through this research, we tried to show the negative side in the use of sports steroids, especially in the sport of bodybuilding, which began to spread in a way that is difficult to control in many sports halls; because the illegal use of them began to go beyond the limits and spread among young people in a hidden way for all visitors to those halls without the presence of control by some of the owners of these halls and without the presence of legal provisions to deter it. Since most countries have relied on international conventions to regulate this matter, leaving the door open to the death of criminal accountability without the existence of explicit provisions criminalizing or punishing deterrent penalties, on the other hand, there are some other countries that have begun to believe in the need for accountability, although they are shy because they were limited to disciplinary sanctions, which are limited when the violation appears in sports events only and not at the level of personal use in those halls; we also tried in this research to indicate the designation The correct for this sport in light of the jurisprudential differences as we have shown the legal organization in Iraq, which unfortunately was limited to the adoption of international texts only and the consideration of international conventions as applicable as if they were internal legal texts that lack deterrent penalties.

Keywords: Steroids – Hormones – Building – Law

## المقدمة

الرياضة هو ذلك النشاط الإنساني ذا الطابع الثقافي الاجتماعي والذي يعكس شعور بالمسؤولية تجاه النفس الإنسانية وانها ملزمة بالمحافظة على وجودها من الناحية الصحية بممارسة الرياضة وفي أوقات معينة ومدد محددة لأجل تحقيق اكثر وقاية ممكنة للحيلولة دون الإصابة بالأمراض، ومن بين هذه الرياضة تلك التي تستهوي الشباب والكبار لدرجة الغرام بها هي رياضة بناء الاجسام تلك التي تعد حق للجميع يمارسها ذلك الذي يرغب في الحصول على الجسم المثالي كونها تؤدي الى زيادة عضلات جسمه وتمنحه القوة والتناسق كما أنها تؤدي الى تحسين أعضاء الجسم الداخلية، فمما لا شك فيه ان هذه الرياضة تمنح صاحبها القوة والعزم والثقة بالنفس للوصول به الى نشوة النجاح. لهذا نرى أن هناك الكثير من الأشخاص يسعون الى الوصول للجسم المثالي والذي يجعله بمنظر جذاب ومميز وهذا لن ولم يتأتى من الفراغ بل من خلال العمل الدؤوب الذي يتمثل في العمل على تطبيق جميع الوصفات



والتركيبات والبروتينات والمكملات التي يتم تناولها عن طريق الفم أو بالحقن العضلي لأجل تحقيق النجاح وبوقت قياسي ذلك ما يسعى اليه من يلجأ الى القاعة الرياضية أو الى التمرين لأجل الوصول الى الفوز .

على ان الوصول الى المراكز المتقدمة وعلى المستويات الكافة يتطلب وسائل ترفع من مستوى أداءهم الى اعلى حد ممكن قد يصل الى مرحلة عكسية تصل لمرحلة الاضرار بصحة الشخص عندما يتناول كميات كبيرة وغير متناسبة مع جسمه وهذا الجانب المظلم والاثر السيء الذي يتسبب من جراء تناول مثل هذه المنشطات، لهذا نرى ان الوسط الرياضي يشهد سباق عنيف من اجل الحصول على تلك الوسائل والتي تؤمن له التطور السريع في اقل وقت ممكن وملاحظ لدى الجميع، ذلك ان البعض او قله قليله تلجأ الى هذا الأسلوب والبعض الاخر يلجأ الى ذلك عندما يكون في مرحلة التحضير لأجل الدخول في مسابقة لضمان تأهله بالفوز والنتيجة هي ان هناك عدد لا يستهان به من الأشخاص الذي يرتادون تلك القاعات الرياضية يتناولون هذه المنشطات فتلك التركيبات الكيميائية والتي يتم اعدادها من قبل شركات تسعى الى تحقيق الربح المادي دون الاكتراث بالآثار السلبية التي تكمن وراء تناولها لفترات قد تطول او تقصر وتؤدي الى بعض الوفيات في حالة اخر .

### مشكلة الدراسة:

ان دراستنا لهذا الموضوع تكمن في بيان التنظيم القانوني لتناول تلك المنشطات والتي تؤدي الى زيادة غير طبيعية في القوة الجسمانية فمن دون شك ان السعي الدؤوب لأجل تحسين الطاقة الجسمانية والعضلية يعد من بين الأولويات التي تتطلب متابعة وحرص من قبل المعني لغرض تحقيق اكثر قدر من الاستعادة للغذاء وللجهد العضلي على ان ذلك لا يقتصر فقط على ممارسة الرياضة بل تناول المنشطات بكل الطرق وبكل السبل التي تؤدي الى الزيادة السريعة في القوة والمنافسة مع الكبار في ميادين السباقات لذا فإن مشكلة الدراسة تكمن في بعض التساؤلات التي هي:

1. هل هناك نصوص قانونية تحاسب على بيع او تناول مثل هذه المنشطات ؟

2. هل يدرك الرياضي الاثار السلبية ويستمر بتناولها ؟

### أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على جانب من الجوانب الرياضية والمتمثلة برياضة بناء الاجسام تلك التي تعتبر حلم لكل شاب يسعى الى تحقيق جمالية لجسمه وقوة لبدنه والتي تمارس بكثرة



من قبلهم وتكون هذه الممارسة غير مقتصرة على الممارسة البدنية بقدر ما يتم تعاطيه وتناوله من المنشطات والمكملات التي تعتبر في اغلبها كيميائية بحته تؤدي الى اضرار كثيرة كما انها تباع ويتم تداولها بطرق شرعية للبعض منها وطرق غير شرعية للبعض الاخر لتصل لدرجة الحقن الموضوعي والذي يتسبب في زيادة مفرطة للكتلة العضلية وذلك كله يتم دون محاسبة او رادع اخلاقي قانوني اجتماعي من قبل العائلة.

خطة البحث:

المبحث الاول: ماهية بناء الاجسام

المطلب الاول: التعريف ببناء الاجسام

المطلب الثاني: التعريف بالمنشطات

المبحث الثاني: التنظيم القانوني لتعاطي المنشطات

المطلب الأول: التنظيم الدولي

المطلب الثاني: التنظيم الداخلي

### 1. المبحث الأول ماهية بناء الاجسام والمنشطات

بدأت رياضة بناء الاجسام باعتبارها اول لعبة رياضية نشأت في أواخر القرن التاسع عشر وبدايات القرن العشرين مبدأها تضخيم عضلات الجسم وابدازها واستعراضها مقارنة بالآخرين وفق قواعد محدد يخضع لها هؤلاء المنافسين لهذا نرى ان هذه الرياضة كغيرها من الرياضيات الأخرى تحتاج الى قوة وصبر لكي يحصل من يرتادها على الصحة الجسمانية التي يبتغيها من وراء ذلك وهي تعتمد بالدور الأول والاساس على العنصر الشخصي فهي تعتمد على القدرات الذاتية للأفراد في سبيل الوصول الى هدفهم المنشود لذا فأنتنا سوف نحاول في هذا الفصل التعريف ببناء الاجسام من خلال المبحث الأول ثم نتناول في المبحث الثاني المنشطات.

#### 1.1. المطلب الاول: التعريف ببناء الاجسام

##### 1.1.1. أولاً: النشأة التاريخية لرياضة بناء الاجسام

إن الحديث عن تاريخ رياضة كمال الأجسام لا يمكن فصله عن تاريخ البشرية بصفة عامة وتاريخ الرياضة بصفة خاصة، فقبل بزوغ فجر الحضارة الإنسانية عرف الإنسان مدى اهمية قوة العضلات وصحتها وكان يعرف أنه يمكن تطوير العضلات عن طريق رفع الأثقال فمنذ ما يقارب 400 سنة قبل



الميلاد كان الأشوريون والبابليون والصينيون يتمنون باستعمال أثقال إضافية كما تدل عليه بعض الرسومات والمنحوتات الموجودة في معازل الحضارات، كما لا ننسى الحضارة الفرعونية حيث وجدت رسومات لأشخاص يتمنون باستخدام أدوات في الأهرامات؛ لكن اليونانيون والرومان تفوقوا على باقي الحضارات في الرياضة بصفة عامة والتدريب باستعمال الأثقال بصفة خاصة وما نسميه اليوم بالتقوية كان يعرف لدى اليونانيون باسم الجمباز (*Gymnastique*) وكان يمارسها الرياضيون الذين يودون المشاركة في الألعاب التي كانت مزدهرة عندهم، أو الانضمام إلى المدارس العسكرية، كما يعتبرون أول من استخدم المرايا المساعدة على تصحيح الأخطاء أثناء التمرينات (التكريتي وآخرون، 2011: 34) أما وسائل التدريب فبدأت تستعمل مع مجيء الحضارة الرومانية التي أولت اهتماما كبيرا لتقوية العضلات وفي الحضارة الإسلامية فكانت رياضة كمال الأجسام نجدها على شكل رياضة حمل الأثقال والتي كان لها دور كبير في تقوية عضلات الساقين واليدين والبطن، ولم ينكر الرسول الأكرم على من يمارس هذا النشاط، لما فيه من جوانب ترويحوية وإجمام للنفس، إضافة إلى دورها في تقوية البدن (الزادي والطباخي، 1978: 253) لملاقاة الأعداء ومنازلتهم ويعد أول ظهور لبناء الأجسام في سنة 1811 على يد "فريدريك لود وين جان" من بروسيا حيث كان يدرّب رجاله بواسطة الجمباز وتقوية ضعاف البنية بواسطة أثقال ضعيفة، حيث منع "نابليون (سحساسي، 2010: 61) جميع أنواع النشاط الرياضي إلا للجنود فقط بعد أن احتل بروسيا. أما في فرنسا فإن التطور الحقيقي للثقافة البدنية كان في عهد "مبيوليت 1813-1881" حيث برز عدة أشخاص في ميدان القوة العضلية وتتناسق عضلات الجسم مثل "أبولو راوول موسون، جون فرنسوان، أوبارستون"، وعلى الصعيد العالمي (سالم، 1987) أمثال "بوتار ماكس فيقر، سترونغ لينز الملقب بـ *Kasso* ويعتبر الأمريكيون باعثي هذه الرياضة فكمال الأجسام، ثم التعرف عليه من خلال الجولات الفنية، المسرح التعبيري والذي عرف رواجاً كبيراً خلال القرن 19 ميلادي حيث كان الممثلون عبارة عن رياضيين يقدمون عروضاً تعتمد على القوة ومقاومة ثقل الجسم أو ثقل زملائهم، أمثال "لويس، أتيليا، شارل، سوزان، إيقوين ساندو"، هذا الأخير قام بجولة فنية إلى الولايات المتحدة فكانت البداية الحقيقية لرياضة بناء الأجسام الحديثة ومهد الطريق لهذه الرياضة التي انتقلت فيما بعد إلى أوروبا وبقية أنحاء العالم. ويعود الفضل الكبير لإشهارها إلى السينما، حيث ظهرت أفلام تعتمد على ممثلين ذوي عضلات مفتولة في سنوات الخمسينيات مثل جبار الشاشة "Hercule"، ثم بعد ذلك نقص بريق هذه الرياضة بعد أن كانت موضة العصر؛ وفي سنة 1977 تمكن "أرنولد شوارزنيغر" من إعادة البريق لهذه الرياضة من خلال إنجازة لفيلم تناول التعريف بالثقافة



البدنية من النواحي المعيشية والتدريب والمنافسات، ومن ثم إبراز الرياضيين كأشخاص استثنائيين وليس كصورة كاريكاتورية بجمل من العضلات كما كان يطلق عليهم. ودخل المنافسة في مهرجان "كان" السينمائي وتم اختياره كأحسن فيلم استطاع تغيير نظرة العالم إلى هذه الرياضة، وأصبحت موضة العصر، وحاليا تعتبر كمال الأجسام الرياضة رقم "6" عالميا ضمن ترتيب الرياضات من حيث عدد الممارسين، ويقام المنافسات الدولية تحت إشراف اتحادية دولية لهذه الرياضة (سالم، 1987).

### 1.1.2. ثانياً: ما المقصود ببناء الاجسام

هي تلك الرياضة التي تتصف بالصعوبة والتي تعتمد بالدرجة الأولى على القدرة الجسمانية لمن يمارسها كما انها تتطلب التغذية السليمة باستمرار لضمان المواظبة عليها ومن خلال الدراسة تبين لنا ان هناك الكثيرين من الذين يختلفون في التعريف بهذه الرياضة فهناك البعض من يسميها برياضة كمال الاجسام نتيجة لوصول اللاعب الى الكمال في جسمه والبعض الاخر يسميها برياضة جمال الاجسام وكلا اللفظين معنويان وذلك لأن الكمال والجمال امر نسبي يختلف من شخص الى اخر كما ان الجمال بالشيء هو ذلك الإحساس الداخلي الذي ينبع من أعماق نفوس البشر وهو مختلف عن الغير (سالم، 1987: 12). ألا أننا اذا ما بحثنا في اصل الكلمة الإنجليزية وترجمتها للعربية نرى ان كلمة (*Bodybuilding*) المكونة من مقطعين هما (*Body*) أي الجسم و (*building*) البناء أي انها رياضة بناء الاجسام وليست كما هو متعارف عليه من الترجمة الخاطئة لهذه الكلمة بكمال الاجسام ذلك ان كلمة (*building*) تعني بناء وهي الترجمة الدقيقة لهذه الرياضة اما المشاع من استعمال عبارة كمال الاجسام فهو غير صحيح ذلك ان كلمة (كمال) او (الكمال) ترجمتها بالإنجليزية هي (*Perfection*) والتي تعني (كمال - تحسين - اتقان) وكذلك كلمة (*completeness*) تعني (كمال تكملة - تميم) او كلمة (*integrity*) وترجمتها هي (سلامة - نزاهة - استقامة - كمال - تمام) بالتالي فإن هذه العبارة هي الصحيحة التي يجب تداولها وهي (بناء الاجسام) كونها الترجمة الدقيقة لكلمة (*Bodybuilding*) بدلاً من عبارة كمال الاجسام لأنها خاطئة ولأن الكمال لله وحده.

وبعض النظر عن الخلافات في الترجمة بتعريف هذه الرياضة نرى بالمقابل لذلك هناك من عرفها على انها (هو ذلك الاعداد البدني الذي يتم بناء على أسس سليمة للوصول الى الحجم العضلي والقوة العضلية نتيجة تتاسق تحمل مرونة ودقة وتركيز) (وهيبة، 2021: 366) فهذه الرياضة تتصف بالخصوصية كونها تعتمد وبالدرجة الأولى على الجانب الشخصي من حيث الاستعداد النفسي قبل الذهاب الى التمرين إضافة الى التركيز وقوة التحمل في رفع الاوزان ودقة التمرين والتي توصف من



قبل البعض بكلمة الـ (*technique*) فالتدريب المستمر والمواظبة على التواجد في القاعة الرياضية والتمرين الذي يعتمد على تكرارات معينة يؤدي النتيجة. (رياض، 1998: 78). كما انها بالوقت نفسه تتم عن طريق التكيف اليومي وبشكل منتظم على ضرورة ارتياد القاعة الرياضية وان يعتاد ممارستها وبأوقات محددة لدرجة يشعر بها في اليوم الذي يتغيب فيه الى عدم الرضى عن نفسه فالتدريب المستمر يؤدي الى نتائج ملحوظة يراها الشخص في نفسه ويراها الاخرون، على ان ذلك ليس وحده بل بالمقابل لذلك يجب ان يكون هناك تدرج والتدرج المقصود في حمل الاوزان وعلى ان تكون هناك زيادة وبطريقة مستمرة لتك الاوزان متى ما كان الشخص قادر على ذلك وبمعنى اخر الزيادة تكون في المجموعة الثانية والثالثة والرابعة اذا ما كان يمارس كل تمرين اربع مجاميع فهذا من شأنه أن يؤدي زيادة في الكتلة العضلية كما أنه يساعد على التحسن المستمر في العضلة وازدياد قوة تحملها على ان الزيادة في الاوزان تكون بشكل بطيء وتعتمد بالدرجة الأولى على قدرة الشخص بالتحمل وهذا لتحقيق الغاية المبتغاة من هدفه الأساسي وهو الوصول الى الجسم المثالي.

### 1.2. المطلب الثاني: التعريف المنشطات

#### 1.2.1. أولاً: ما المقصود بالمنشطات:

هي كل مادة أو دواء يدخل جسم الانسان وبكميات غير اعتيادية لغرض زيادة الكفاءة البدنية للحصول على انجاز رياضي اعلى وبطرق غير مشروعة ويسبب أضرار صحية عند الاستمرار بتعاطيها، أو هي عقاقير منشطة يتناولها بعض من الناس لرفع أدائهم الرياضي وتعني كلمة منشط تنشيط بناء أنسجة الجسم وتساعد المنشطات على بناء وزيادة كتلة الجسم (شفيق، 1997: 5). والمنشطات هي تلك الادوية المصنعة التي تحاكي تأثيرات هرمون التستوستيرون الذكري، والتي يتم تناولها من قبل بعض الرياضيين ورافعي الأثقال وبناء الأجسام لتحسين أدائهم البدني، وبناء أجسامهم، وزيادة كتلة العضلات؛ ولكنها تسبب العديد من الآثار الجانبية، كما تسبب الإدمان. (رياض، 1981: 81). فهي تعد من بين أهم المشاكل التي طرأت على المجتمع الدولي في السنوات الأخيرة فقد بدأ استخدامها يزداد يوماً بعد يوم بهدف الحصول على تركيبه الجسم المثالي بأسرع وقت ممكن ودون بذل جهد في ذلك، لهذا نرى أن هناك اهتمام دولي لمثل هذه المشكلة الامر الذي جعل اللجنة الطبية التابعة للجنة الأولمبية الدولية تتولى تعريفها بالقول أنها كل ادخال او استخدام دواء ضمن قائمة ومجاميع العقاقير المحظورة رياضياً أو أي وسيلة أخرى ممنوعة تعد من قبيل المنشطات، ومن بين التعريفات التي وردت بهذا



الصدد والتي تمثل وجهة النظر العربية في تعريف المنشطات على أنها " الحالة التي يتناول فيها الشخص السليم مواد معينة بهدف زيادة مصطنعة لقدراته بمناسبة مسابقة رياضية، بحيث يكون من شأن ذلك الاضرار بكيانه المدني والنفسي " (كبيش، 1991: 47)

فهي تلك المواد التي يتم تعاطيها لتحسين الأداء الرياضي مثل زيادة حجم العضلات وقوتها وقدرة التحمل، تعد مواد غير قانونية، إذ عادة يعاقب متعاطوها بالاستبعاد من البطولات الرياضية، كما أنها تحمل مخاطر صحية كبيرة على الجسم قد تصل بصاحبه إلى الموت. كما عرّفت المنشطات بأنها "عقار أو تركيب يتعاطاه اللاعب المشارك في مسابقات أو لعبة رياضية معينة، بنفسه أو بمساعدة غيره، بأية طريقة، ومهما اختلف مصدر دخوله إلى الجسم، سواء عن طريق الفم أم الأنف أم الحقن، ومهما كان التركيب سائلاً أم صلباً أم غازياً، مرئياً أم غير مرئي، يُعدّه القانون أو اللوائح الرياضية المعمول بها محظور الاستخدام للمشاركين في المسابقات الرياضية، من شأنه -إذا أثبت الفحص الطبي المعتمد- أن يزيد من قدرة اللاعب أو المتسابق على الحركة، ويزيد من نشاطه زيادة غير طبيعية بُغية تحقيق الفوز في المسابقة الرياضية، مع اللاعب المتسابق أو مسؤول الفريق المتسابق". (الأحمد، 2002: 204). أما العراق فقد تمثل بالتالي حيث سعى العراق لمكافحة المنشطات ذلك انه بالاعتماد على اللائحة العالمية لمكافحة المنشطات سنة (2021) تم اعتماد قواعد قانونية بهذا الصدد والتي كانت نتيجة موافقة العراق على إعلان كوينهاجن لسنة (2003) كما انه قد سعى الى إقرار قانون رقم (17 لسنة 2021) والخاص بأنضمام العراق للدول الموقعة على اتفاقية اليونسكو الدولية لمكافحة المنشطات في (2012/4/30) والتي تم ايداعها لدى مكتب اليونسكو في باريس وبذلك تم اعتماد هذه القواعد لأجل تنظيم مسألة المنشطات في العراق وبالاطلاع على هذه القواعد نرى انها في المادة رقم (1) منها لم تعرف المنشطات بالمعنى الدقيق والمتعارف عليه بل اكتفت باعتبار المنشطات هي الانتهاك الواحد او الأكثر لأنظمة الرقابة على تلك العناصر واحالت في مسألة بين المنشطات الى المواد (1-2) والمواد (11-2) من القواعد المنصوص عليها في اللائحة العالمية لمكافحة المنشطات أي اعتماد اللائحة السابقة كقواعد واجبة التطبيق في العراق وملزمة في المناسبات الرياضية (وهيبة، 2021: 369). من خلال العرض السابق نرى ان اغلب التعريفات التي تم عرضها سابقاً اتفقت فيما بينها من حيث اعتبار ان المنشطات هو تصرف غير صحي وغير مقبول على الصعيد الرياضي لكونه ينطوي على نوع من العش والتدليس الامر الذي يؤثر على نتيجة المسابقة التي يخضوها اللاعب الذي يتعاطى مثل تلك الأنواع كما ان الامر لا يقتصر على صعيد المنافسة بل يذهب ابعد من



ذلك الى تحول تلك المواد الى سموم تضر باللاعب وقد تؤدي بحياته، وخير مثال على ذلك الكثير من الحالات الرياضية التي شهدها العالم قد وصلت الى مرحلة الموت بسبب تأثير تلك المواد فهذا الامر شكل ناقوس الخطر وانذار للجميع مدى الضرر الصحي الكامن في استخدامها (شفيق، 1993: 8).  
اما التشريعات الجزائرية العربية فمن خلال محاولة تصفح تلك التشريعات تبين لنا ان اغلب الدول العربية لم تتناول أي تعريف لها بقدر ما اكتفت تلك القوانين بتعداد لهذا المواد واعتبرت ان استخدامها يعد مخالفة قانونية.

### 1.1.2.2. ثانياً: أنواع المنشطات الرياضية:

هي عبارة عن مركبات كيميائية مصنعة تشابه الهرمونات التي ينتجها الجسم بشكل طبيعي، تُستخدَم لبناء الأجسام وزيادة كتلة العضلات وزيادة القوة، مثل هرمون النمو وهرمون الغدة الدرقية والإريثروبويتين وغيرها، وتشمل المنشطات كلاً من الستيروئيدات الابتنائية الأندروجينية التي تقلد هرمون التستوستيرون والستيروئيدات القشرانية التي تعمل عمل هرمون الكورتيزول (الخضير، 1990: 78). وهناك أنواع كثيرة جداً من الهرمونات والمنشطات، منها ما يؤخذ عن طريق الفم، ومنها ما يؤخذ عن طريق الحقن، ومن أسمائها التجارية: الدرايف، والديكا، والأكوابوز، والساستانون، والبولينون، والكلين بترول، وغيرها. وهي تصنّف ضمن مجموعتين أساسيتين:

الأنابوليك (*anabolic*): هذه الهرمونات تعمل على بناء وتنظيم الجزيئات لزيادة البروتين في الخلايا خاصة في العضلات والهيك العظمي، ومنها: هرمون النمو، الأنسولين، الأستروجين، التستوستيرون.

الكatabوليك (*catabolic*): هذه الهرمونات تعمل على هدم أغلب المواد الغذائية الرئيسة كالدّهنيات والكريوهيدرات والبروتينات، وبعد هدمها يتم تحويلها إلى جزيئات بسيطة للحصول على الطاقة، ومنها: الأدرينالين، الكورتيزول، الجلوكاكون.

وتلك التي يستخدمها بعض لاعبي كمال الأجسام منها (شفيق ويوسف، 1997: 90):

### 1. هرمون النمو (HGH) (Rogers, 2002)

يُفرز هرمون النمو بشكل طبيعي من الغدة النخامية في الدماغ، ويعد واحداً من أهم الهرمونات المسؤولة عن بناء وتجديد الخلايا بالجسم، لكن لم تثبت قدرته بشكل قاطع على تحسين القوة أو القدرة على التحمل، لذلك يستخدمه اللاعبون لزيادة كتلة العضلات كونه المسؤول عن حرق الدهون في



الجسم، وتكوين البروتين، كما أنه يساعد على تقليل هدم خلايا العضلات، وهو يُعطى عن طريق الحقن.

### 2. هرمون الأنسولين (Insulin) (The role of cortisol in the body)

يُفرز في الجسم من البنكرياس، ويعمل على خفض مستوى سكر الجلوكوز في الدم، وهو السكر الذي يستخدمه الجسم لتوليد الطاقة، كما يزيد من تخليق البروتين الضروري لكبر العضلات عن طريق تحريك الأحماض الأمينية، ويستخدمه لاعبو كمال الأجسام لتضخيم العضلات ولإبراز شكلها (التشيف)، فعندما ينخفض مستوى السكر في الدم، لعدد من الرياضيين، سوف يشعرون بالرغبة في النوم، بعد الحقن (الأنسولين *INSULIN*)، وهذا ربما يكون أحد أعراض نقص معدل السكر في الدم، وهنا يجب على الرياضي تناول قدر أكبر من الكربوهيدرات، وبعد الحقن ألا يذهب الرياضي إلى النوم في هذه الحالة، حيث يقوم (الأنسولين *INSULIN*) بأعلى تأثير أثناء النوم، مما يؤدي إلى حدوث نقص في معدل السكر في الدم بشكل أكبر ويؤدي إلى الوفاة. فعدم المعرفة بتلك التحذيرات قد يذهب بالرياضي إلى حالة خطيرة من نقص معدل السكر في الدم، دون أن يدرك ذلك أحد.

و يظل *R Humulin* يعمل في الجسم لمدة 4 ساعات بعد الحقن، ويكون أعلى تأثير له بعد ساعتين من الحقن، ولذلك يجب على الرياضي أن يظل متيقظاً لمدة 4 ساعات بعد الحقن.

### 3. هرمون الكورتيزول (Adrenaline Rush: Everything You Should Know)

يُفرز في الجسم بواسطة الغدة الكظرية، وله دور مهم في وظيفة كل جزء من أجزاء الجسم تقريباً، ويُعرف باسم هرمون الإجهاد، حيث يتم إفرازه عندما يتعرض الجسم للإجهاد، أو التوتر، أو الضغط العصبي الشديد، أو التعرض للمرض، أو ارتفاع درجة الحرارة، ولذلك يستخدمه الرياضيون من أجل حرق الدهون الموجودة في الجسم.

### 4. هرمون الأدرينالين (Ernst & Santos-Longhurst, 2018)

يتم إنتاج هذا الهرمون من نخاع الكظري، ويسمى هرمون السعادة، لأنه يساعد الإنسان على التخلص التام من جميع القلق والتوتر، كما أنه يساعد الجسم على النوم العميق لساعات طويلة، وهو هرمون يفرزه الجسم عند التعرض للمواقف المفاجئة، فيعمل على رفع كمية الدم التي تضخ إلى القلب ويقوي عضلة القلب، كما يساعد على مد عضلات الجسم بالدم المؤكسد، كذلك يقوم هذا الهرمون بتكسير الجليكوجين الموجود بالكبد وتحويله إلى طاقة تمد الجسم وتقويه، ولذلك يستخدمه لاعبو كمال الأجسام لزيادة الطاقة والتركيز في أثناء القيام بالعمليات القتالية.



### 5. هرمون الغدة الدرقية (Biggers & Werner, 2019)

هذا الهرمون مهم جداً لرفع مستوى الاستقلاب في الجسم، ويحافظ على مستوى الطاقة، والشهية، والمزاج، وهذا مهم للتخلص من الدهون ولاكتمال وتقوية عضلات الجسم.  
هرمون الجلوكاجون

يستخدم بعض لاعبي كمال الأجسام هرمون الجلوكاجون لأنه يعمل على رفع مستويات سكر الجلوكوز في الدم إلى معدلاتها الطبيعية بعد انخفاضها من ممارسة التمرينات الرياضية.

### 6. الإريثروبويتين (Carter & Fletcher, 2020)

يعد الإريثروبويتين نوعاً من الهرمونات، ويُستخدَم لعلاج فقر الدم لدى المرضى المصابين بمرض كلوي شديد، ويزيد من إنتاج كريات الدم الحمراء والهيموغلوبين، وبذلك يحسن نقل الأكسجين للعضلات. ويشيع استخدام الإريثروبويتين لدى الرياضيين الذين يمارسون رياضة تتطلب التحمل، ويستخدمونه على شكل تركيبة صناعية من هرمون الإريثروبويتين تسمى الإيبويتين.

### 7. الستيروئيدات الابتنائية (Prelipcean & Felman, 2018)

المعروفة باسم ستيرويدات الأندروجين الابتنائية، وهي تعديلات صناعية لهرمون التستوستيرون الذي ينتجه جسم الذكر من الخصيتين، ويُعرف بهرمون الذكورة، إذ إنه المسؤول عن تطور الجهاز التناسلي الذكري (الخصيتان والبروستات) والصفات الذكورية الثانوية (كشعر الوجه والجسم وخشونة الصوت)، كما أنه يزيد الرغبة الجنسية، ويعزز بناء العضلات والهيكل العظمي وحرق الدهون الزائدة، كذلك ينتج جسم المرأة كميات قليلة جداً من التستوستيرون من المبيضين والغدد الكظرية، ويزداد إفراز التستوستيرون عند ممارسة التمارين الرياضية. ويستخدم بعض الرياضيين التستوستيرون مباشرة لزيادة كتلة عضلاتهم ولتعزيز الأداء، ورغم أن مستحضرات الستيروئيدات الابتنائية قد حصلت على الاعتماد للاستخدامات الطبية، فإن تحسين الأداء الرياضي لا يقع ضمن هذه الاستخدامات والمواد المنتجة للستيرويدات مثل أندروستيديون (أندرو) وديهيدرو إيبي أندروستيرون (DHEA)، وهي هرمونات تنتجها الغدة الكظرية والمبيضان والخصيتان، وتتحوّل طبيعياً إلى هرمون التستوستيرون والإسترايول (أحد أشكال الإستروجين) في كل من الرجال والنساء، ولذلك يستخدمها لاعبو كمال الأجسام لزيادة كتلة العضلات.

### 8. الهرمونات الحيوانية (Ernst & Santos-Longhurst, 2018)



هي هرمونات مصنعة خصيصًا للحيوانات (خاصة الخيول) بغرض زيادة التكاثر عندها، أو إصلاح بعض المشكلات الهرمونية لديها أو زيادة حجمها، ولكن بدأ بعض لاعبي كمال الأجسام باستخدامها لأنها تؤدي إلى ضخامة العضلات في وقت وجيز، ولذلك أطلق عليها البعض اسم "سحر العضلات"، وهي تباع في الصيدليات البيطرية وبعض الصيدليات العامة المنتشرة في المناطق التي لا توجد فيها رقابة.

### 1.2.3. ثالثاً: الآثار الجانبية لتعاطي المنشطات: (جاري، 2012: 82)

من بين أهم الآثار الناتجة عن تعاطي المنشطات هي تلك التي تمثل الجانب الإيجابي لما ينتج عنها من إيجابيات تتمثل بالتركيز والقوة والتحمل في حمل الأوزان الرياضية اثناء او قبل او بعد ممارسة الرياضة على ان مثل هذه الإيجابيات لا تعني عدم وجود جواب سلبية او اثار جانبية في الجانب المعاكس وهي تلك التي تتمثل في أعراض جانبية تؤثر بصورة سلبية على صحة الفرد الرياضي فقد ثبت بالتجربة أن هذه المضار والأعراض الجانبية وصلت في بعض الأحيان إلى حد الوفاة المفاجئة (عليوة، 2017: 23) وعلى سبيل المثال إذا ما افترضنا أن الفرد الرياضي من لاعبي المستوى العالي في رياضة من الرياضيات التي يتحدد فيها المستوى من خلال القوة العضلية مثل رفع الأثقال، الرمي في العاب القوى، يتعاطى جرعات معينة من المجموعة الرابعة من هذه المنشطات فان ذلك يؤدي إلى زيادة المقطع الفسيولوجي للمجموعات العضلية المختلفة وخصوصا إذا ما صاحب هذا التعاطي تدريبات خاصة بالقوة العضلية حيث يزداد حجم الليفة، أما عدد الألياف فيظل ثابتا مما يؤدي بالتالي إلى زيادة القوة العضلية التي ترتبط أصلا بزيادة المسافة في حالة الرمي وزيادة النقل في حالة رفع الأثقال والجدير بالذكر هنا أن هذا التأثير يرتبط أيضا بتأثير آخر سلبي و أعراض جانبية تظهر في كثير من الأحيان مثل أمراض الكبد تهتك الكلى والاضطرابات المعوية و التنفسية وكذلك قد يؤدي هذا إلى سقوط الشعر والاضطراب الجنسي تعمل بعض المنشطات المحضرة على توسيع الشرايين والأوعية الدموية مما يؤدي إلى إرهاق عضلة القلب.(فتحى و النجار، 2001: 83)

### 2. المبحث الثاني: التنظيم القانوني لتعاطي المنشطات

نتناول في هذا المبحث التنظيم الدولي في محاولة الحد من ظاهرة المنشطات بالمستوى العام في جميع البطولات الرياضية وانعكاسها على المستوى الخاص في رياضة بناء الاجسام التي نحن بصدها



كما أننا في المطلب الثاني نتناول التنظيم الوطني واهم القواعد التي توصلت اليها الدول في هذا الصدد وذلك على النحو التالي:

### 2.1. المطلب الأول: التنظيم الدولي للمنشطات:

بدأت الجهود الدولية في محاربة او الحد من ظاهره المنشطات التي بدأت تستشري كالنار في الهشيم على مستوى العالم وبالأخص في البطولات الرياضية الامر الذي جعل دول الاتحاد الأوربي تحاول لملمت نفسها من اجل وضع تنظيم خاص يحد من هذه الظاهرة وعلى الأقل للدول التي يؤرقها مثل هكذا حالات وبالفعل تم ذلك ففي عام 19 نوفمبر عام 1989 تم التوقيع على الاتفاقية الاوربية لمكافحة المنشطات وبعد توقيع هذه الاتفاقية راحت الكثير من الدول لأجل لانضمام اليها والتي لم تكن ضمن الاتحاد الأوربي فقد مثلت هذه الاتفاقية حجر الأساس في محاولة الحد من ظاهرة المنشطات وتصاعدها بوتيرة مستمرة لأن الدول الأطراف والمنظمة الى هذه الاتفاقية كانت حريصة كل الحرص بالقضاء او الحد من ظاهرة المنشطات من خلال رسم استراتيجية تتولها الدول الأعضاء في هذا الصدد. الامر الذي دعا اليونسكو الى اعداد الاتفاقية للنداءات الصادرة عن المجتمع الدولي. وقد اعرب المشاركون في المؤتمر الدولي الثالث للوزراء وكبار المسؤولين عن التربية البدنية والرياضية الذي عقد عام 1999 عن قلقهم إزاء تفسخ القيم الأخلاقية في ميدان الرياضة، الذي يتجلى في تعاطي المنشطات. وحث المؤتمر البلدان على بذل جهود منسقة. كما اقر وزراء الرياضة نتائج المؤتمر العالي بشأن تعاطي المنشطات في الرياضة الذي عقده اللجنة الأولمبية الدولية والذي اسفر تأسيس الوكالة، كما شكل تعاطي المنشطات بنداً رئيسياً في اجتماع المائدة المستديرة للوزراء وكبار المسؤولين عن التربية البدنية والرياضية عام 2003 الذي عقد بناء على مبادرة من اليونسكو. وأبرز البيان الختامي للأجتماع، الصادر باسم 103 دول أعضاء و 20 منظمة دولية حكومية وغير حكومية، الخطر الذي يمثله تعاطي المنشطات في مجال الرياضة لا بوصفه خرقاً للأخلاق الرياضية فحسب، وإنما أيضاً بوصفه خطراً على الصحة العامة. وقد التزم المشاركون بإعداد اتفاقية دولية تركز على التربية والمعلومات والبحوث والضوابط والعقوبات قبل انعقاد الألعاب الأولمبية الصيفية 2004 وفيما لا يتخطى موعد انعقاد الألعاب الأولمبية الشتوية لعام 2006. وفي هذا السياق تم اعتماد المدونة العالمية لمكافحة المنشطات في 2003/3/5 خلال المؤتمر العالمي الثاني بشأن تعاطي المنشطات في الرياضة منعطفاً حاسماً وفي اليوم التاسع عشر من شهر تشرين الاول/أكتوبر من عام 2005، تم ابرام الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات في مجال الرياضة.



لهذا راحت الكثير من الدول التوقيع على إعلان كوبنهاغن بشأن مكافحة المنشطات في مجال الرياضة الامر الذي جعل اغلب الدول تتبنى نصوص هذه الاتفاقية وتعتمدها على الصعيد الداخلي والتي انضمت اليها اغلب الدول الأجنبية والعربية على حد سواء، ومن خلال تصفح نصوص هذه الاتفاقية يتبين لنا انها في اغلب نصوصها اعتبرت ان المنشطات هي تلك التي بالمحظورات وتحدد المادة الأولى من الاتفاقية بنصها على أن: "الغرض المنشود في إطار استراتيجية اليونسكو وبرنامج أنشطتها في مجال التربية البدنية والرياضة بهدف تعزيز منع ومكافحة تعاطي المنشطات في مجال الرياضة بهدف القضاء وتحدد المادة الثانية الفقرة الثانية من الاتفاقية السلوكيات المحظورة، بنصها على أن يقصد بعبارة (انتهاك قواعد مكافحة المنشطات) حالة أو أكثر من الحالات التالية: (الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات، 2005)

أ. وجود عقار محظور أو عناصره الأيضية أو الآثار الدالة عليه في العينة التي تؤخذ من جسم اللاعب.

ب. استخدام أو محاولة استخدام عقار محظور أو وسيلة محظورة.

ج. رفض الخضوع، أو عدم التقدم، لعملية أخذ عينات دون عذر قاهر بعد تلقي إخطار بذلك وفقاً لما تقضي بو قواعد مكافحة المنشطات الواجبة التطبيق، أو التهرب من عملية أخذ العينات بأي طريقة أخرى.

د. انتهاك الشروط الواجبة التطبيق فيما يتعمق باستعداد اللاعب للخضوع لأجراء اختبار خارج إطار المسابقة، ويشمل ذلك امتناع اللاعب عن تقديم معلومات عن مكان وجوده وعدم التقدم إلى اختبارات التي يعتبر أنها تستند الى قواعد معقولة.

هـ. التلاعب، أو محاولة التلاعب، بأي جانب من جوانب عملية مراقبة تعاطي المنشطات.

و. حيازة عقاقير أو وسائل محظورة.

ز. الاتجار بأي عقار محظور أو وسيلة محظور. (الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات، 2005)

ح. إعطاء أو محاولة إعطاء عقار محظور..... الخ

هذه الاتفاقية في اغلب نصوصها كانت حريصة كل الحرص على عدم إعطاء او تناول او الاتجار بالمنشطات التي تعد محظورة وفقاً لما تم التوافق عليه بين الدول الأعضاء، على ذلك يعتبر من قبيل الاتفاقيات الدولية معلقة التنفيذ على الصعيد الداخلي في حالة موافقة تلك الدول على هذه الاتفاقيات وتبينها وإقرارها على الصعيد الداخلي وبخلافه فأنها تبقى ملزمة دولياً.



### 2.2. المطلب الثاني: التنظيم الداخلي للمنشطات:

في ظل التطور الحالي الذي تشهده دول العالم وفي ظل الانفتاح الاقتصادي ومحاولة تقليد الغرب في الكثير من الأمور والتي منها ممارسة الرياضة باعتبار ان ذلك هو افضل ما يمكن اخذه من اوربا على الصعيد العربي والتي منها الرياضة الشخصية التي تتعكس على الفرد بالإيجاب تعتبر رياضة كمال الاجسام من الرياضات المحببة للكثير من العرب الامر الذي يدفع الكثير من الافراد ممارسه هذه الرياضة ومحاولة تحقيق انجاز بها وذلك من خلال الاعتماد على بعض السبل التي توصلهم لهذا الهدف والتي منها تناول المنشطات سواء اكان في القاعات الرياضية او في المنزل او في حالة التهيئة للمنافسة الرياضية لذا نرى ان تعاطي المنشطات اصبح من الأمور المألوفة لدى الرياضيين الامر الذي أدى الى امتدادها الى اغلب افراد المجتمع الطالب ورجل الاعمال والأستاذ الجامعي والتي تختلف من حيث تأثيرها من بين القوي او المتوسط او الخفيف والمتفحص لنصوص القوانين العربية يظهر له ان القوانين قد تباينت في مسألة العقوبة من عدمها على هذه الظاهرة فهناك بعض من الدول والتي منها دول جرمت المخدرات ولم تنص على تجريم المنشطات فلا يوجد هناك نص يجرمها وان كان تأثيرها اكثر ضرراً. (كبيش، 1991: 87). فرغم وجود الاتفاقيات الدولية التي تحرم تناول المنشطات إلا أن هناك تباين بين الاباحة من عدمها على الصعيد الداخلي لأغلب الدول حيث يتبين لنا ان هذا التباين يكمن في مسألة التجريم من عدمه وفقاً لشروط معينه تراعي تلك الدولة وتحترم نظامها القائم وبين دول تحرم البعض من المنشطات وبالأخص في المناسبات الرياضية وكذلك عند ممارسة الرياضية على الصعيد الشخصي لما تنطوي عليه من خطر يضر بالفرد وينعكس على المجتمع وهذا ما نحاول بيانه فيما يلي:

اغلب البلدان العربية والتي منها مصر العربية خلت تشريعاتها من تجريم لاستعمال المنشطات في المسابقات الرياضية وكذلك على الصعيد الشخصي وان كان ذلك يشكل ضرراً على الأشخاص المتعاطين، فعلى سبيل المثال مصر من الدول العربية التي بدأت بتحريم المنشطات وفقاً لما أكدت عليه المنظمة المصرية في خطابها أن العمل بتلك القائمة سيبدأ من أول يناير 2022 والمقصود بذلك هو تطبيق بنود الاتفاقية الدولية الخاصة بتحريم تناول المنشطات على الصعيد الداخلي حيث اعتمدت المنظمة المعنية بهذا الامر نصوص الاتفاقية وذكرت المنظمة في خطابها، "أنه تطبيقاً لبرنامج مكافحة المنشطات للمنظمة، فإنه من دواعي السرور التعاون مع الاتحادات والهيئات الرياضية في عمل برنامج تعليمي وتوعوي عن خطورة استخدام المنشطات والمواد المحظورة، وذلك أثناء البطولات المحلية أو



الدولية المقامة على أرض مصر، وكذا سحب عينات للكشف عن المنشطات". (ابراهيم، 2004: 98). وطالبت المنظمة المصرية الهياكل الرياضية بإفادها بجدول البطولات والمعسكرات المقامة خلال شهري نوفمبر وديسمبر من العام الجاري وحتى يوليو 2022، حتى يتسنى للمنظمة عمل خطة توعية للاعبين المشاركين في البطولات أو المقيمين في المعسكرات التي تنظمها الاتحادات في مصر. (كبيش، 2013: 96). يأتي ذلك ضمن برنامج عمل المنظمة المصرية لمكافحة المنشطات، لتوعية وتثقيف الرياضيين من الوقوع في فخ المنشطات وحماية الرياضيين والحفاظ على ممارسة رياضة نظيفة خالية من المنشطات. اما في المغرب فنرى ان المشرع المغربي القى على عاتقه مسألة مكافحة تعاطي المنشطات حيث نص على ذلك بموجب القانون رقم 97.12 في 30 / أغسطس عام 2017 بأن الهدف من هذا القانون هو الوقاية من تعاطي المنشطات في مجال الرياضة ومكافحته والحفاظ على صحة الرياضيين وحظر الممارسات التي تخل باحترام أخلاقيات الرياضة وقيمها المعنوية. (قانون مكافحة تعاطي المنشطات في مجال الرياضة رقم 97.12 في 30 / أغسطس / 2017 نص المادة (1))

ومن بين نصوص هذا القانون نص المادة (9) منه التي كانت بعنوان حظر تعاطي المنشطات حيث بينت ان الحظر يشمل الرياضي في اطار المنافسات والتظاهرات الرياضية أو خارجها التي تنظمها جميع الجامعات أو ترخص لها خرق قواعد مكافحة المنشطات ويشكل خرقاً لقواعد مكافحة المنشطات:

1. وجود عقار محظور أو عناصره الأيضية أو آثار دالة عليه في عينه يقدمها الرياضي.
2. استعمال أو محاولة استعمال عقار محظور أو وسيلة محظورة من قبل رياضي.
3. التملص من عملية أخذ عينة دون عذر مقبول بعد تلقي إخطار بذلك أو رفض أخذ عينة أو عدم الخضوع خذ عينة. (قانون مكافحة تعاطي المنشطات في مجال الرياضة رقم 97.12 في 30 / أغسطس / 2017 نص المادة (9))

4. إخلال رياضي بالتزاماته المتعلقة بمكان تواجده كما هي محددة في المعيار الدولي للمراقبة والنقصي، ويتعلق الامر باجتماع ثلاث عمليات مراقبة غير تامة أو التقصير في واجب إرسال المعلومات المتعلقة بمكان تواجده أو هما معاً لمدة إثني عشر شهراً.... الخ (قانون مكافحة تعاطي المنشطات في مجال الرياضة رقم 97.12 في 30 / أغسطس / 2017 نص المادة (9))

بالتصريح لنصوص هذا القانون تبين لنا ان اغلب العقوبات المنصوص عليها في هذا القانون هي عقوبات تتراوح بين التأديبية وفقاً لنص المادة (44) والتي تبدأ بالانذار والتوبيخ وإلغاء النتائج والتوقيف المؤقت والمنع المؤقت والنهائي وعقوبات جنائية وفقاً لنصوص المواد (51-57) والتي في مجملها



نصت على عقوبة لحبس في حالة ارتكاب خرق لقواعد مكافحة المنشطات والمنصوص عليها في المادة (10) من هذا القانون كما ترفع لغاية الخمس سنوات اذا ما ارتكبت من شخص ينتمي للرياضة... الخ وبالمقابل لذلك هناك دول لم تكتفي بالعقوبات التأديبية لاستعمال المواد المنشطة في المسابقات الرياضية، كالحرمان من الاشتراك في المسابقة أو عدم اعتماد نتيجتها أو وقف المتسابق لفترة معينة. ومن أوائل التشريعات التي تتبنى هذا النهج، نذكر القانون الفرنسي. إذ يعاقب المشرع الجنائي الفرنسي بمقتضى نصوص خاصة عمى استعمال المواد المنشطة في المسابقات الرياضية. ففي الأول من جوان سنة 1965 م، صدر القانون الفرنسي المعروف باسم قانون *HERZOG* نسبة إلى وزير الشباب آنذاك وقد الغي هذا القانون فيما بعد، وحل محله القانون رقم 89 - 432 الصادر في 28 يونيو سنة 1989. ويتاريخ الثالث والعشرين من مارس 1999 م، صدر القانون رقم 99 - 223 المتعمق بحماية صحة الرياضيين ومكافحة المنشطات وفي الخامس من ابريل سنة 2006م، صدر القانون رقم 2006 - 405 بشأن مكافحة تعاطي المنشطات وحماية صحة الرياضيين، وأخيراً، وفي الثالث من يوليو سنة 2008. (البلوشي، 2019: 319). كما وصدر القانون رقم 2008 - 650 بشأن مكافحة تجارة المواد المنشطة وهكذا، وبالنظر لأن أول تدخل تشريعي فرنسي لتجريم تعاطي المنشطات يرجع تاريخه إلى سنة 1965 م، لذا يبدو سائغاً القول بأن الجمهورية الفرنسية تعتبر من أوائل الدول التي لجأت إلى وضع تشريعات لمكافحة تعاطي المنشطات في المسابقات الرياضية. (البلوشي، 2019: 322). وفي سنة 1971 م، أصدرت كل من إيطاليا وتركيا تشريعات خاصة لمكافحة تعاطي المنشطات في المسابقات الرياضية. ففيما يتعمق بالجمهورية الإيطالية، وفي شهر أكتوبر 1971 م، صدر القانون رقم 1990 بشأن مكافحة تعاطي المنشطات. وفي الثالث والعشرين من ديسمبر 1978 م، صدر القانون رقم 833 بشأن الصحة.

ويؤكد بعض الفقه أن التشريعات الإيطالية بشأن مكافحة تعاطي المنشطات تتسم بالتشدد إزاء هذا السلوك، وبحيث تقرر عقوبة السجن لمن يثبت تعاطيه والمنشطات من الرياضيين. ومع ذلك، فإن الإجراءات القضائية اللازمة لتطبيق هذه التشريعات لم يتسنى لها أن تجد حظها من التطبيق في الواقع العملي. وأصدرت اليونان تشريعاً خاصاً بشأن مكافحة المنشطات في سنة 1976، وبعد ذلك بثلاثة أعوام، وفي سنة 1979 م، أصدرت البرتغال تشريعاً مماثلاً، وطبقاً للمادة الخامسة من القانون الأساسي البرتغالي بشأن الرياضة ينبغي مراعاة المبادئ ذات الصلة بالأخلاق الرياضية واحترام الصحة البدنية والمعنوية للرياضيين، ويتعين على الدولة أن تعتمد التدابير والإجراءات الرامية إلى منع ومعاينة أفعال



العنف والرشوة وتعاطي المنشطات، وكل شكل آخر من اشكال التمييز الاجتماعي. (وهيبة، 2021: 377). اما في العراق من خلال التصفح بقانون العقوبات العراقي رقم 111 لسنة 1969 يتبين لنا ان نصوص هذا القانون لم تنص على تجريم تعاطي المنشطات فلا يوجد نص يجرم هذا الفعل اذا ما تم من قبل رياضي وبما ان العراق كغيره من دول العالم قد تبنى الانضمام الى الاتفاقية الدولية الخاصة بمكافحة المنشطات حيث صدر قانون تحت مسمى قانون رقم 17 لسنة 2012 انضمام جمهورية العراق الى الاتفاقية الدولية الخاصة بمكافحة المنشطات في مجال الرياضة حيث نص هذا القانون في مادته الأولى (تتضم جمهورية العراق الى الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات في مجال الرياضة المعتمدة من المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) المنعقدة في دورته 33 والتي دخلت حيز النفاذ في 1/2/2007)

### الخاتمة

تناولنا في بحثنا هذا بالدراسة والتحليل دور الجانب القانوني في تنظيم ظاهرة تعدد من بين أهم الظواهر التي اخذت بالتطور في الوقت الحالي وهي ظاهرة تناول المنشطات في القاعات الرياضية بمناسبة الخوض في المسابقات المحلية او الدولية وبالأخص في ممارسة رياضة بناء الاجسام تلك الرياضة التي يعيشها الشباب والمراهقين ويشجع اليها، لهذا كان لابد من التركيز على الجانب القانوني لهذه النوع من الرياضة ومحاولة بيان الموقف الدولي والمحلي من ازدياد عدد المنشطات في الأسواق وتنوعها وتعددتها ولكونها أصبحت متاحة لجميع ممارسي تلك الرياضة. حيث انها تتباع بالأسواق وامام انظار الدولة لذا كان لزاماً على الجهات المختصة في دول العالم محاولة الحد او السيطرة على هذه الأنواع من المنشطات وهي تلك التي بدأت بالتباين بين المنشطات والمهرمونات والمكملات الغذائية تلك التي يتم تصنيعها بالطرق الكيميائية فأن كان لها إيجابيات كذلك بالوقت نفسه لها سلبيات وهي تتمثل بالأثير العكسي على جسم وصحة الانسان سواء اكان ذلك في المستقبل القريب ام البعيد ومن خلال ما تم تناوله في هذا البحث تم التوصل الى مجموعه من النتائج وهي:

1. رياضة كمال الاجسام من الرياضات الجميلة التي تعطي للجسم القوة والتحمل اذا ما استمر ممارس تلك الرياضة على النظام الغذائي المثالي.
2. انعدام الرقابة سوف يؤدي ومن دون شك الى ازدياد تناول المنشطات في القاعات الرياضية المغلقة لأجل الظهور بالمنظر الجميل في اقل وقت واقل جهد.



3. انعدام الرقابة او التغاضي عنها من قبل مسؤولي القاعات الرياضية للحد من تناول المنشطات.
4. اخذ المنشطات او تعاطيها اصبح يتم عن طريق الحقن في العضلات لأجل تحقيق مستوى عالي من الأداء وهذا يتم بأشراف مسؤولي تلك القاعات.
5. عدم الوعي او تقبل المخاطرة لأجل تحقيق افضل نتيجة وان كانت تصل للوفاة وهذ يعد من قبيل التهور والطيش واللامبالاة من قبل هؤلاء الشباب بأنفسهم.
6. عدم وجود قانون صريح وواضح في البعض من الدول محل البحث او المقارنة باستثناء الاكتفاء بتطبيق نصوص الاتفاقيات الدولية ذات النصوص الفضفاضة
7. اغلب العقوبات التي وجدت في بعض الدول تحتوي على عقوبات تأديبية لا ترتقي لمستوى الفعل الخطير والجسيم.

### التوصيات:

1. ضرورة الوعي من قبل ممارسي تلك الرياضة من خلال فهم الاثار الجانبية التي تسببها تلك المنشطات.
2. التأكيد على الجانب الأخلاقي والشعور بالمسؤولية من قبل أصحاب القاعات الرياضية وذلك بالكشف عن تلك الحالات والمحاسبة، اقلها عدم السماح لهم بأرتياد هذا المكان مرة أخرى.
3. وجود فرق صحية جواله تتولى مهمة مراقبة مرتادي القاعات الرياضية او الكشف عن ممارسي تلك الرياضة في القاعات ذاتها.
4. الاتفاقيات الدولية التي صدرت لم تكن حاسة في تجريم أنواع المنشطات بل اكتفت بالعقوبات التأديبية.
5. ضرورة تبني نصوص قانونية صريحة وواضحة تتضمن عقوبات جنائية بحق كل شخص يتناول او يروج لتلك المنشطات.
6. النصوص في قانون العقوبات التي تتناول الايذاء قاصرة عن معالجة هذه الحالة كونها كانت عامة ومطلقة لذا كان من الضروري تضمين تناول المنشطات او تعاطيها.
7. محاسبة أصحاب القاعات الرياضية التي تنتشر بها تلك الظاهرة ووضع عقوبات على تلك القاعات.



8. وضع ملصقات ولوحات تعريفية تبين خطورة تلك المنشطات واضرارها عسى ولعل هناك من يتعظ.
9. الدور العائلي باعتبارها الوسط الاجتماعي الأول الذي يتلقى فيه الانسان تعليمة بالتأكيد على ضرورة تجنب تناول او تعاطي المنشطات.

### المصادر

- [1] إبراهيم، نبيل محمد. (2004). الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية. الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- [2] الأحمد، محمد سليمان. (2002). المسؤولية عن الخطأ التنظيمي في إدارة المنافسات الرياضية. الأردن: دار وائل للطباعة والنشر.
- [3] البلوشي، راشد حمد. (2019). المسؤولية الجنائية عن استخدام المنشطات في المجال الرياضي: دراسة مقارنة. مجلة جامعة الشارقة، كلية الحقوق، المجلد 16، العدد 1.
- [4] التكريتي، وديع ياسين، وآخرون. (2011). استخدام المنشطات في المجال الرياضي (الطبعة الأولى). الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- [5] جاري، اسير هادي. (2012). دراسة تحليلية لوقائع استخدام المنشطات الرياضية في ظل نظام العولمة. مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد 14، العدد 3.
- [6] الخضير، فوزي. (1990). الطب الرياضي واللياقة البدنية (الطبعة الأولى). لبنان: دار العلوم العربية.
- [7] رياض، أسامة. (1981). الطب الرياضي والحركة الأولمبية العالمية. الرياض: مؤسسة المختار للطباعة.
- [8] رياض، أسامة. (1998). المنشطات والرياضة - أنواعها - أخطارها - الرقابة عالمياً. القاهرة: دار الفكر العربي.
- [9] الزادي، طاهر، والطباخي، محمود. (1978). النهاية في غريب الأثر لأبن الأثير. بيروت: دار الفكر.
- [10] سالم، مختار. (1987). بناء الأجسام (الطبعة السادسة). بيروت: مكتبة المعارف.
- [11] سحاسي، مهدي. (2010). رياضة كمال الجسم ومدى انعكاسها في ممارسة النشاط الرياضي الترويحي عند المراهقين (رسالة ماجستير). معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله،





جامعة الجزائر .

- [12] شفيق، مظفر عبد الله، ويوسف، فالح فرنسيس. (1997). المنشطات والرياضة. بغداد.
- [13] عليوة، علاء الدين. (2017). الصحة الرياضية (المنشطات، استعادة الشفاء، التغذية الرياضية (الطبعة الأولى). مصر: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- [14] فتحي، زكية أحمد، والنجار، محمود. (2001). فسيولوجيا الرياضة (الطبعة الأولى). سوريا: الناشر للطباعة والتوزيع.
- [15] كبيش، محمد. (1991). المسؤولية الجنائية عن استعمال المنشطات في المسابقات الرياضية (الطبعة الأولى). القاهرة: دار الفكر العربي.
- [16] كبيش، محمود. (2013). المسؤولية الجنائية عن استعمال المنشطات في المسابقات الرياضية (الطبعة الأولى). أبو ظبي: مطبوعات دائرة القضاء في إمارة أبو ظبي.
- [17] وهيبية، قرماش. (2021). جريمة تعاطي المنشطات وسبل ردعها على الصعيدين الوطني والدولي. مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 6، العدد 2.
- [18] Adrenaline Rush: Everything You Should Know. (2022, September 7). Retrieved from <https://www.healthline.com/health/adrenaline-rush>
- [19] Biggers, A. (M.D., MPH), & Werner, C. (RD). (2019, October 1). Medically reviewed by Alana Biggers, M.D., MPH. Retrieved from <https://www.healthline.com/health/severe-hypoglycemia/how-glucagon-works>
- [20] Carter, A. (Pharm.D.), & Fletcher, J. (2020, June 17). Medically reviewed by Alan Carter, Pharm.D. Retrieved from <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323387>
- [21] Ernst, H. (PA-C), & Santos-Longhurst, A. (2018, August 31). Medically reviewed by Holly Ernst, PA-C. Retrieved from <https://www.healthline.com/health/high-cortisol-symptoms>
- [22] Ernst, H. (PA-C), & Santos-Longhurst, A. (2018, August 31). Medically reviewed by Holly Ernst, PA-C. Retrieved from



<https://www.healthline.com/health/high-cortisol-symptoms>

[23] Prelipcean, M. (M.D.), & Felman, A. (2018, November 21). Medically reviewed by Maria Prelipcean, M.D. Retrieved from <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323760#what-is-insulin>

[24] Rogers, P. (2022, October 7). How to Stimulate Hormones for Bodybuilding. Retrieved from <https://www.verywellfit.com/build-muscle-by-manipulating-hormones-3498515>

[25] The role of cortisol in the body. Retrieved from <https://www.healthdirect.gov.au/the-role-of-cortisol-in-the-body>

[26] United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (n.d.). Retrieved from [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000188405\\_ara](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000188405_ara)

