

تقييم المعرفة والثقافة الصحية والسلوكيات والممارسات تجاه استخدام المواد المحسنة للأداء لدى رواد القاعات الرياضية في بغداد للاعمار من (16-24) سنة.

د. مصطفى عادل رشيد احمد

وزارة التربية – مكتب الوزير- قسم تطوير التعليم

musadel49@gmail.com

+9647714324967

د. علي عزيز عبد اللطيف نجم

وزارة التربية – المديرية العامة للتربية الرياضية والنشاط المدرسي

ali.azez278@gmail.com

+9647711851985

مستخلص البحث:

هدف البحث الى التعرف على مستوي الثقافة الصحية للشباب ومدى معرفتهم باستخدام المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة، والعواقب والأضرار الجسمية والنفسية والاجتماعية المترتبة والتي تنجم عن التعاطي، والتعرف على دوافع التعاطي للمنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة لدي الشباب. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لملائمته طبيعة البحث. تم تحديد مجتمع البحث من (رواد القاعات الرياضية) في مناطق مختلفة محافظة بغداد لعام (2024). وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وتم تقسيم العينة على عينتين بناءً على متطلبات الدراسة ليكونوا العينة الاستطلاعية (30) مشتركاً موزعين على (3) قاعات من كل قاعة (10) مشتركاً وبالطريقة العشوائية. اما عينة التطبيق بلغ إجمالي العينة (240) يمثلون (12) قاعة رياضية في الكرخ و (12) قاعة في الرصافة. وتم اختيار العينة بحيث يكون المشتركين قد مر على اشتراكهم اكثر من ست اشهر. وفي ظل النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحثان ان غالبية الرياضيين لديهم اتجاه ايجابي نحو تناول محسنات الاداء، وقصور كبير في الجوانب المعرفية والعلمية والتأثيرات الصحية والنفسية والاجتماعية التي تسببها محسنات الاداء، كذلك غياب الوعي الصحي والثقافة الرياضية في المؤسسات الرياضية للتعامل مع مجتمعات الرياضيين من هذه الفئة، وضعف الرقابة الصحية والفحص المختبري الدقيق لهذه المواد وكثافة دخولها واستيرادها من شركات تجارية ربحية. ويوصي الباحثان الى ضرورة اهتمام الجهات المعنية بوضع رؤية مستقبلية الرقابة الصحية على محسنات الاداء وعقد برامج دورية لتثقيف وتوجيه الرياضيين الشباب وزيادة معرفتهم بمحسنات الاداء وتنقيفهم بعواقبها وأضرارها الجسدية والنفسية والاجتماعية والقانونية مع التأكيد على أن هذه الأضرار والمخاطر تظهر لاحقاً وتضيع مع كل المكاسب السريعة التي تحدث.

الكلمات المفتاحية: مواد محسنة للأداء، أداء رياضي، مخاطر صحية، عوامل نفسية واجتماعية، توعية صحية.

الفصل الاول: التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته :-

تعد الرياضة والصحة من أهم الجوانب التي يجب الاهتمام بها في حياة الشباب، حيث تلعب دوراً هاماً في بناء جسم سليم وعقل سليم. ومع ذلك، فإن بعض الشباب يلجأون إلى استخدام المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة لتحسين أدائهم الرياضي أو مظهرهم الجسدي، هذه الظاهرة أصبحت شائعة في العديد من المجتمعات، وتثير قلقاً كبيراً بسبب تأثيراتها السلبية على الصحة النفسية والجسدية للشباب. لذلك، من المهم دراسة توجهات الشباب نحو هذه المواد وتطوير استراتيجيات للحد من هذه الظاهرة. يهدف هذا الاهتمام إلى بناء جيل من الشباب الواعي الذي يتمتع بصحة ولياقة جسمية وبدنية عالية، فضلاً عن ابتعاد هذه الفئة عن العادات الضارة كالتدخين أو المخدرات أو تناول المشروبات الروحية وتبعاتها الصحية والاجتماعية السيئة. أصبح من المهم جداً أن يكون لدينا التصور والدراسة الكاملة لدراسة توجهات هذه الفئة وخاصة من الناحية الصحية، لما يصاحب برامج التدريب والرشاقة من استخدام مفرط لبعض المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة. تشير الدراسات إلى أن هناك ازدياداً في نسبة تعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة بين الرياضيين ورواد الرياضة البدنية، ويرجع ذلك إلى عوامل شخصية واقتصادية يمكن أن يكون لتعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة انعكاسات سلبية صحية ونفسية واجتماعية كبيرة، بما في ذلك الإصابة بأمراض الكبد، تهتك الكلى، الاضطرابات المعوية والتنفسية، سقوط الشعر، ضمور في الخصيتين، الضعف الجنسي والعقم، بالإضافة إلى ظهور بعض أعراض الإدمان النفسية والعقلية من خلال هذه الدراسة، يمكننا تسليط الضوء على أسباب الاتجاهات والدوافع التي تنتهجها هذه الفئة في التعامل مع الكم الهائل من مصادر المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة، ووضع استراتيجيات للحد من هذه الظاهرة. تهدف هذه الدراسة إلى تقييم مستوى الثقافة الصحية للشباب واتجاههم نحو المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة في بغداد، ودراسة الاختلافات بينهم وفقاً لمتغير مستوى الثقافة الصحية.

1-2 مشكلة البحث:

تعد الرياضة ركيزة أساسية في أي مجتمع حضاري تسعى لبناء جيل من الشباب يتمتع بالصحة واللياقة البدنية العالية. ونرى اهتماماً متزايداً من قبل مختلف دول العالم بتوفير كافة الإمكانيات اللازمة لدعم ممارسة الرياضة، إيماناً بأهمية دورها في تنشئة جيل قادر على حمل راية النجاح والتقدم على مختلف الصعد. ويرى الباحثان أن هناك مشكلة في القصور الثقافي والمعرفي الواضح لدى الشباب نحو المعرفة بالمنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية وأضرارها، والعواقب الصحية والنفسية التي تنجم عن تعاطيها، كما يرى الباحثان أن معرفة أهم دوافع التعاطي، وتقدير مدى اتجاه الشباب نحو تعاطي هذه المواد، كلها من الأمور التي تساعد في المعرفة بأبعاد المشكلة، وبالتالي يمكن التوصل إلى حلول ومقترحات قد تحد من تفاقمها وتساعد المسؤولين علي إيجاد الآليات المتاحة لمكافحة الآثار السلبية لهذه الظاهرة. وإن اختيار الباحثان لمتغيرات البحث (المنشطات والمكملات الغذائية) كأساس للدراسة والبحث جاء نتيجة لعاملين مهمين يجهله أغلب المتداولين لهذه المواد وخاصة المكملات الغذائية التي تحتوي على نسب كبيرة من المنشطات والمحفزات الهرمونية وكذلك قلة الوعي الثقافي والمعرفي في تأثيرات هذه المواد الخطرة على صحة الإنسان. مع عدم وجود رقابة صارمة على هذا النوع من المواد وانتشارها بشكل كبير.

لذا تكمن مشكلة البحث من خلال مجموعة من الاسئلة المهمة التي تشكل مجمل المحاور التي تتناولها هذا البحث واهم هذه الاسئلة هي:

- هل تمتلك هذه الفئة المعرفة والثقافة الصحية الكافية في التعامل مع المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة (المواد المحسنة للأداء)؟
- وماهي التأثيرات السلبية لهذه المواد وهل تدرك تأثيراتها الصحية والنفسية واجتماعية؟

3-1 اهداف البحث:

1. التعرف على مستوي الثقافة الصحية للشباب ومدى معرفتهم باستخدام المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة، والعواقب والأضرار الجسمية والنفسية والاجتماعية المترتبة والتي تنجم عن التعاطي.
2. التعرف على الاتجاهات نحو تعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية الضارة لدى الشباب.

4-1 مجالات البحث

المجال البشري: رواد قاعات الرياضة من الشباب في بغداد للعام (2024).

المجال الزمني: 2024/1/13 – 2024/4/18

المجال المكاني: قاعات بغداد الرياضية للياقة البدنية وبناء الاجسام.

الفصل الثاني: الدراسات النظرية والدراسات السابقة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 المواد المحسنة للأداء

يعدّ تعاطي المواد المحسنة للأداء ظاهرة خطيرة تُهدد صحة الشباب وسلامتهم، خاصةً بين رواد القاعات الرياضية. ويهدف هذا البحث إلى تسليط الضوء على أهمية المعرفة والوعي الصحي والسلوكيات والممارسات السليمة تجاه استخدام هذه المواد "وهي مجموعة من المواد التي يستخدمها الشباب لتعزيز أدائهم الرياضي"، بما في ذلك: **المنشطات Doping**: هي مواد صناعية تزيد من القدرة الطبيعية للفرد نتيجة لردود فعل فيسيولوجية متعددة خاصة حول العمل الوظيفي للجهاز العصبي ويتسبب عنها إزالة الإرهاق العام والعصبي للفرد مثل الستيرويدات الابتنائية، والتي تُحفز نمو العضلات وتزيد من مردود القوة⁽¹⁾، وتكون المواد المحسنة على شكلين:
أولاً: **العقاقير الهرمونية**: مثل هرمون التستوستيرون، والذي يُستخدم لزيادة مستويات الطاقة.
ثانياً: **المكملات الغذائية**: مثل البروتينات والكرياتين، والتي تُستخدم لزيادة كتلة العضلات وتحسين الأداء الرياضي.

2-1-2 مخاطر استخدام المواد المحسنة للأداء:

يُمكن أن تُسبب هذه المواد العديد من المخاطر الصحية، بما في ذلك⁽²⁾:
مشاكل في القلب والأوعية الدموية: مثل ارتفاع ضغط الدم ومعدل ضربات القلب، وزيادة خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية، مشاكل في الكبد والكلية: مثل تلف الكبد والكلية، وزيادة خطر الإصابة بالفشل الكلوي، مشاكل في الجهاز التناسلي: مثل العقم وانخفاض الرغبة الجنسية.

¹ - أسامة رياض؛ الطب الرياضي ولاعبى الدراجات، (ط1 مركز الكتاب للنشر، القاهرة) 2006، ص 77

² - <https://www.wada-ama.org/en/news/wada-unveils-refreshed-brand-launch-its-new-website>

مشاكل نفسية: مثل التقلبات المزاجية والاكتئاب والقلق، أصبح استخدام الأدوية الهرمونية، وخاصة الستيرويدات الابتنائية، بين الرياضيين، وخاصة أولئك الذين يمارسون الرياضات القائمة على القوة، مشكلة كبيرة. في حين أن هذه الأدوية يمكن أن تزيد بشكل كبير من كتلة العضلات وقوتها، إلا أن العواقب بعيدة المدى وربما مدمرة، إذ تقسم المخاطر الى:

أولاً: مخاطر الجسدية: مشاكل القلب والأوعية الدموية: زيادة خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية والجلطات الدموية وعدم انتظام ضربات القلب. كتلف الكبد: يمكن أن تسبب الستيرويدات البنائية أورام الكبد واليرقان وفشل الكبد، وتلف الكلى: زيادة خطر الإصابة بحصوات الكلى وفشل الكلوي، واضطراب نظام الغدد الصماء: يمكن أن تؤدي الاختلالات الهرمونية إلى انكماش الخصية، والعجز الجنسي، وانخفاض عدد الحيوانات المنوية لدى الرجال. في النساء، يمكن أن يحدث الذكورة، وعدم انتظام الدورة الشهرية، والعقم، ومشاكل العضلات والعظام: تسارع تآكل الغضاريف، وتمزق الأوتار، وزيادة خطر الإصابة.

ثانياً: العواقب النفسية: التقلبات المزاجية والعدوانية: زيادة التهيج والغضب والسلوك العنيف، كالاكتئاب والقلق: يرتبط بالاختلالات الهرمونية والضغط للحفاظ على الأداء، والاعتماد والإدمان: يمكن أن يؤدي السعي لتحسين الأداء إلى الاعتماد على هذه المواد.

1-2-3 أهمية المعرفة والثقافة الصحية: يُعدّ المعرفة والثقافة الصحية مفتاحاً لتجنب مخاطر استخدام المواد المحسّنة للأداء. ويجب على الشباب أن يكونوا على دراية بالمخاطر الصحية لهذه المواد، وأن يفهموا أن هناك طرقاً أكثر أماناً وفعالية لتحسين أدائهم الرياضي.

1-2-4 السلوكيات والممارسات السليمة: هناك العديد من السلوكيات والممارسات السليمة التي يمكن للشباب اتباعها لتحسين أدائهم الرياضي، بما في ذلك اتباع نظام غذائي صحي غني بالفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والبروتينات الخالية من الدهون، وممارسة الرياضة بانتظام وفقاً لبرنامج تدريبي مناسب، والحصول على قسط كافٍ من النوم 7-8 ساعات في الليلة، وإدارة التوتر بشكل فعال من خلال تقنيات مثل اليوغا والتأمل، ويمكن طلب المساعدة المهنية من مدرب رياضي أو أخصائي تغذية أو طبيب رياضي في حال الحاجة.

و أخيراً يُعدّ تعاطي المواد المحسّنة للأداء ظاهرة خطيرة يجب على الشباب تجنبها. من خلال المعرفة والوعي الصحي والسلوكيات والممارسات السليمة، يمكن للشباب تحسين أدائهم الرياضي بشكل آمن وفعال.

1-2-5 مجالات الثقافة الصحية:

- **المجال الأول: المدركات والمفاهيم الأساسية عن المنشطات والمكملات الغذائية.**

بأنه حصيلة المعلومات الصحية والمعلومات العامة التي يمتلكها الشباب والناشئين

- **المجال الثاني: المعرفة بالعوامل الدافعة لتعاطي المنشطات والمكملات الغذائية.**

بأنه حصيلة ما يملكه الفرد من خلفية علمية والمعلومات التي يمتلكها الشباب والناشئين عن العواقب الجسمية والنفسية الخطرة والتأثيرات الاجتماعية والصحية السلبية الوخيمة التي تنجم عن تعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية.

- **المجال الثالث: التأثيرات الناجمة عن تعاطي المنشطات والمكملات الغذائية.**

بأنه مجموعة من التأثيرات التي تؤدي الى خلق بيئة غير آمنة ذات تأثيرات صحية ونفسية واجتماعية خطيرة ومعقدة. وكلما زاد تكرار استخدام هذه المواد، زادت المخاطر.

2-2 الدراسات السابقة:

2-2-1 دراسة (مها صهيب، فاطمة جمعة) (2021):

عنوان الدراسة (الثقافة التغذوية ومستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة)

هدفت الدراسة التعرف الى مستوى الوعي الصحي والتغذوي لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/مجمع الجادرية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/الوزيرية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الفراهيدي الاهلية)، اضافة الى تحديد الفروق في مستوى الوعي الصحي والتغذوي تبعا لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، المستوى الاقتصادي) ولتحقيق ذلك اجريت الدراسة على 150 طالب وطالبة وذلك بواقع 50 طالب وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (مجمع الجادرية) و50 طالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات (الوزيرية) و50 طالب وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الفراهيدي الاهلية، حيث تم اختيار العينة بصورة عشوائية وتم توزيع استبانة قياس الوعي الصحي والتغذوي والتي تكونت من 31 فقرة وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائيا اظهرت النتائج وجود اختلاف في المتوسط الحسابي للعينة عن الوسط الفرضي لمقياس الوعي الصحي والتغذوي حيث كان مستوى الوعي جيد، كما ظهرت فروق معنوية ذات دلالة احصائية حسب متغير الجنس لصالح الذكور، ولم تظهر فروق ذات دلالة احصائية حسب متغير المرحلة الدراسية والمستوى الاقتصادي، وعلى ضوء هذه الدراسة اوصي بالاهتمام بنشر الثقافة الصحية والغذائية بين شرائح المجتمع من خلال الوسائل الحديثة والقنوات الفضائية وكذلك الحث على ادخال التوعية الصحية والغذائية ضمن المناهج الدراسية والامتناع عن تناول الغذاء الجاهز والمشروبات الغازية وابدالها بالغذاء الطازج والفاكهة وخاصة في وقتنا الحالي الذي اصبح التوجه فيه الى تناول الاطعمة السريعة وخاصة عند طلاب الجامعات.

الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث: - استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لملائمته طبيعة البحث.
3-2 مجتمع البحث وعينه:

تم تحديد مجتمع البحث من (رواد القاعات الرياضية) في مناطق مختلفة محافظة بغداد لعام (2024). وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وتم تقسيم العينة على عينتين بناءً على متطلبات الدراسة ليكونوا العينة الاستطلاعية (30) مشتركاً موزعين على (3) قاعات من كل قاعة (10) مشتركاً وبالطريقة العشوائية. اما عينة التطبيق بلغ إجمالي العينة (240) يمثلون بـ(12) قاعة رياضية في الكرخ و (12) قاعة في الرصافة. وتم اختيار العينة بحيث يكون المشتركين قد مر على اشتراكهم اكثر من ست اشهر، وكما مبين في الجدول ادناه.

جدول (1) يبين العينة الاستطلاعية والتطبيق

ت	اسم القاعة	المكان	العينة الاستطلاعية	عينة التطبيق
1	بغداد الرياضية	الكرخ	—	10
2	فنتس اكاديمي بغداد	الكرخ	10	10
3	ملتقى الابطال للرشاقة	الكرخ	—	10
4	الضرغام جم	الكرخ	—	10
5	الياسر لبناء الاجسام	الكرخ	—	10
6	صادق نجم لبناء الاجسام	الكرخ	—	10
7	النمر لكمال الاجسام والرشاقة	الكرخ	—	10
8	الابطال لكمال الاجسام	الكرخ	—	10
9	ستوب فات للرشاقة وبناء الاجسام	الكرخ	—	10
10	النمر	الكرخ	—	10
11	Titanium GYM	الكرخ	—	10
12	Atlantis Gym	الكرخ	10	10
13	VIP GYM	الرصافة	—	10
14	GYM SRT8	الرصافة	10	10
15	العمارة للرشاقة وبناء الاجسام	الرصافة	—	10
16	بغداد للالعاب الرياضية	الرصافة	—	10
17	عراق فنتس لكمال الاجسام	الرصافة	—	10
18	الوزيرية لبناء الاجسام	الرصافة	—	10
19	بناء الاجسام هامر	الرصافة	—	10
20	GYM MATRIX	الرصافة	—	10
21	الاسطورة لبناء الاجسام	الرصافة	—	10
22	ايرون مان	الرصافة	—	10
23	الكوثر للرياضة وبناء الاجسام	الرصافة	—	10
24	البيت جم	الرصافة	—	10
	المجموع		30	240

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات:

3-3-1 وسائل جمع المعلومات: ومن هذه الوسائل:

1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.

2- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

3- الاستبانة الورقية.

3-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

• حاسبة الكترونية نوع hp عدد (2).

3-3-4 ادوات البحث (مقياس مستوى الثقافة الصحية)

ادوات البحث هي الأساليب والموارد التي يستخدمها الباحثون لجمع البيانات والتحقق من فرضيتهم البحثية، تختلف أدوات البحث باختلاف طبيعة البحث والمجال الذي يتم البحث فيه، لذا قام الباحثان ببناء مقياس مستوى الثقافة الصحية.

1- تحديد المنطلقات النظرية للمقياس: اعتمد الباحثان في بناء مقياس مستوى الثقافة الصحية على المصادر العلمية والدراسات السابقة.

2- تحديد المجالات وصياغة فقراتها بصيغتها الاولى: قام الباحث بصياغة المقياس كالاتي

المجال الأول: المدركات والمفاهيم الأساسية عن المنشطات والمكملات الغذائية: تم صياغة (12) فقرة المجال الثاني: المعرفة بالعوامل الدافعة لتعاطي المنشطات والمكملات الغذائية: تم صياغة (4) فقرات المجال الثالث: التأثيرات الناجمة عن تعاطي المنشطات والمكملات الغذائية: تم صياغة (10) فقرات موزعة على أربع محاور كالتالي:

أولاً- الوعي بالتأثيرات الجسدية: تم صياغة فقرتان.

ثانياً- الوعي بالتأثيرات النفسية: تم صياغة فقرتان.

ثالثاً- الوعي بالتأثيرات الاجتماعية: تم صياغة فقرتان.

رابعاً - الوعي بالتأثيرات الصحية تم صياغة (4) فقرات.

3- اعداد بدائل الاستجابة وتصحيحها:

استخدم الباحثان اختيار إجابة واحد من بين اجابتين لقياس الفقرات المتعلقة بالمفهوم، حيث تم تخصيص اوزان المحددة لكل اجابة (نعم او لا). هذا الاجابة تسمح بقياس مدى توافق الفقرات مع المفهوم بشكل دقيق وموضوعي.

4- تعليمات المقياس:

بعد صياغة فقرات المقياس، قام الباحثان بوضع تعليمات واضحة ودقيقة لضمان فهم المستجيبين لكيفية الإجابة بطريقة صحيحة. اشتملت هذه التعليمات على توجيه المشاركين لاختيار احدى الاجابتين لكل فقرة، كما تم التنويه إلى أن الغرض من الدراسة هو البحث العلمي فقط، دون الحاجة إلى ذكر الاسم، مع ضمان سرية الإجابات ومعالجتها بحيادية تامة. بالإضافة إلى ذلك، تضمنت التعليمات مثلاً توضيحاً لكيفية الإجابة، وقد هدفت هذه الإجراءات إلى تحسين دقة الإجابات وتسهيل عملية الاستجابة على المشاركين.

5- التحليل المنطقي (الصدق الظاهري) للمقياس:

لتحقيق الصدق الظاهري للمقياس، قام الباحثان بعرض الصيغة الأولية للمقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في القياس وفسلوجيا التدريب، بهدف تقييم الفقرات المقترحة والتأكد من صلاحيتها، طُلب من كل المحكم وضع علامة (✓) أو (✗) بجانب كل عبارة لتحديد مدى صلاحيتها، بالإضافة إلى تقديم ملاحظاتهم حول أسلوب الصياغة ودرجة الصدق، مع اقتراح أي تعديلات أو إعادة صياغة لبعض الفقرات عند الحاجة. بعد استلام استمارات التقييم من الخبراء، تم تحليل آرائهم لتحديد مدى صلاحية الفقرات، واعتمدت نسبة قبول تبلغ 80% أو أكثر كمعيار لاعتماد الفقرة أو استبعادها. ميبين الجدول (2) النتائج التفصيلية لهذا التحليل.

جدول (2) صلاحية فقرات مقياس الثقافة الصحية.

الفقرات	الموافقون		النسبة المئوية
	غير الموافقون	التعديل الحذف	
2، 3، 6، 7، 8، 10، 11، 14،	20	—	100%
4، 5، 12، 13، 15، 16، 17	18	2	90%
1، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26	17	3	85%

حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة الموافقة المطلوبة، مما أدى إلى الإبقاء عليها دون استبعاد أي منها. ومع ذلك، تم الأخذ ببعض التعديلات المقترحة على بعض الفقرات بهدف تحسين دقتها وصياغتها.

6- عينة وضوح الفقرات والتعليمات للمقياس:

لتحقيق وضوح فقرات المقياس وتعليماته، والكشف عن أي صعوبات قد تواجه المستجيبين، إضافةً إلى قياس الزمن المستغرق للإجابة، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة من الرواد القاعات الرياضية. وقد أظهرت النتائج أن جميع الفقرات والتعليمات كانت واضحة بالنسبة للمستجيبين، وبلغ متوسط زمن الإجابة عن المقياس (3) دقائق.

7- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

لإجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (240) من رواد القاعات الرياضية كما مبين في جدول (1)، وذلك بهدف استخراج المؤشرات الإحصائية اللازمة. ولحساب القوة التمييزية لكل فقرة، بعد اتباع الإجراءات المنهجية المتبعة، تم قياس القوة التمييزية لكل فقرة في المقياس باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وذلك لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة. اعتُبرت القيمة التائية مؤشراً على تمييز الفقرة، وقد تبين أن جميع الفقرات كانت دالة إحصائياً، حيث تجاوزت القيم التائية المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (239). بناءً على ذلك، كانت جميع الفقرات مميزة، مما استدعى الإبقاء عليها في المقياس.

8- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson) التحليل العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس. وبمقارنة قيم معاملات الارتباط المحسوبة مع القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (239)، تبين أن جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية. ويشير ذلك إلى أن فقرات المقياس تتمتع بتناسق داخلي، مما يعزز قدرتها على قياس متغير الثقافة الصحية بشكل متنسق.

3-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بتطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة (30) من رواد قاعات الرياضية في محافظة بغداد من يوم الاربعاء 2023 /12/6 ولغاية يوم السبت 2023 /12/9. لضبط المتغيرات والوقت المستغرق للإجابة على المقياس والاسس العلمية للمقياس.

3-6 الاسس العلمية للمقياس

أولاً: الصدق

الصدق الظاهري: أن الصدق الظاهري يعتمد على آراء الخبراء والمختصين دون الحاجة إلى إجراءات إحصائية معقدة، أن التحقق من الصدق الظاهري للمقياس يُعتبر خطوة محورية لضمان ملاءمة الفقرات للمجال المستهدف، مما يعزز موثوقية المقياس في قياس الظاهرة المطلوبة، تم التحقق من صدق المقياس عبر مجموعة من المؤشرات، من بينها الصدق الظاهري، الذي يُعد من أبسط أنواع الصدق، حيث يُعرف أحياناً بالصدق السطحي أو الخارجي. ويعني أن الفقرات المدرجة في المقياس تعكس بالفعل المفهوم أو السمة التي يُراد قياسها، ويتم التحقق منه من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء المتخصصين في المجال. ولغرض التأكد من الصدق الظاهري للمقياس، تم عرضه بصيغته الأولية على الخبراء والمختصين، والذين بلغ عددهم (20) محكماً. إذ طُلب منهم تقييم مدى ملاءمة الفقرات وتمثيلها للمقياس المستهدف. وبعد مراجعة ملاحظات المحكمين وإجراء التعديلات اللغوية التي اقترحوها، تم التوصل إلى نسبة اتفاق تفوق (80%) حول صلاحية الفقرات. وتُعتبر هذه النسبة مؤشراً قوياً على مناسبة المقياس، كما هو مبين في الجدول (2).

ثانياً: الثبات في المقياس:

يُشير الثبات من الناحية النظرية إلى مدى الاتساق والاستقرار في نتائج القياس عند تكراره على العينة ذاتها خلال فترة زمنية محددة. وقد تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

تُستخدم هذه الطريقة لقياس استقرار النتائج عند إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة بعد مدة معينة. في هذه الدراسة، تم تطبيق مقياس الظلم العاطفي على مجموعة من الأفراد، ثم أُعيد تطبيقه بعد 15 يوماً على نفس العينة، وبعد تحليل النتائج، تم استخراج معامل الارتباط بين التطبيقين. بلغ معامل الثبات في التطبيق الأول (0.82)، بينما بلغ في التطبيق الثاني (0.85)، مما يشير إلى مستوى مرتفع من الثبات الزمني.

3-7 وصف مقياس الثقافة الصحية بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الاحصائي والصدق والثبات للمقياس، أصبح مقياس الثقافة الصحية بصورته النهائية

المجال الأول: المدركات والمفاهيم الأساسية عن المنشطات والمكملات الغذائية: مكون من (12) فقرة

المجال الثاني: المعرفة بالعوامل الدافعة لتعاطي المنشطات والمكملات الغذائية: مكون من (4) فقرات

المجال الثالث: التأثيرات الناجمة عن تعاطي المنشطات والمكملات الغذائية: مكون من (10) فقرات

موزعة على اربع محاور كالتالي:

اولاً- الوعي بالتأثيرات الجسدية: مكون من فقرتان.

ثانياً- الوعي بالتأثيرات النفسية: مكون من فقرتان.

ثالثاً- الوعي بالتأثيرات الاجتماعية: مكون من فقرتان.

رابعاً - الوعي بالتأثيرات الصحية مكون من (4) فقرات.

إجابة واحد من بين اجابتين لقياس الفقرات المتعلقة بالمفهوم، حيث تم تخصيص اوزان المحددة لكل اجابة (نعم او لا).

3-8 التجربة الرئيسية

قام الباحثان بتطبيق التجربة على مجموعة من المشاركين الشباب في القاعات الرياضية في محافظة بغداد من يوم السبت 2024 /1/13 و لغاية يوم الخميس 2024 /4/18 .

جدول (1) يبين تفاصيل تطبيق التجربة الرئيسية.

ت	اسم القاعة	المكان	تاريخ	التوقيت	عدد أفراد العينة
1	بغداد الرياضية	الكرخ	2024 /1/13	مساءً	10
2	فتنس اكاديمي بغداد	الكرخ	2024 /1/15	مساءً	10
3	ملتقى الابطال للرشاقة	الكرخ	2024 /1/25	مساءً	10
4	الضرغام جم	الكرخ	2024 /1/27	مساءً	10
5	الياسر لبناء الاجسام	الكرخ	2024 /2/4	مساءً	10
6	صادق نجم لبناء الاجسام	الكرخ	2024 /2/10	مساءً	10
7	النمر لكمال الاجسام والرشاقة	الكرخ	2024 /2/14	مساءً	10
8	الابطال لكمال الاجسام	الكرخ	2024 /2/17	مساءً	10
9	ستوب فات للرشاقة وبناء الاجسام	الكرخ	2024 /2/24	مساءً	10

10	مساءً	2024 /2/28	الكرخ	النمر	10
10	مساءً	2024 /3/2	الكرخ	Titanium GYM	11
10	مساءً	2024 /3/6	الكرخ	Atlantis Gym	12
10	مساءً	2024 /3/8	الرصافة	VIP GYM	13
10	مساءً	2024 /3/13	الرصافة	GYM SRT8	14
10	مساءً	2024 /3/16	الرصافة	العمارة للرشاقة وبناء الاجسام	15
10	مساءً	2024 /3/19	الرصافة	بغداد للالعاب الرياضية	16
10	مساءً	2024 /3/23	الرصافة	عراق فتنس لكمال الاجسام	17
10	مساءً	2024 /3/25	الرصافة	الوزيرية لبناء الاجسام	18
10	مساءً	2024 /3/29	الرصافة	بناء الاجسام هامر	19
10	مساءً	2024 /4/3	الرصافة	GYM MATRIX	20
10	مساءً	2024 /4/6	الرصافة	الاسطورة لبناء الاجسام	21
10	مساءً	2024 /4/8	الرصافة	ايرون مان	22
10	مساءً	2024 /4/12	الرصافة	الكوثر للرياضة وبناء الاجسام	23
10	مساءً	2024 /4/18	الرصافة	اليت جم	24
240					المجموع

3-9 الوسائل الاحصائية

تم استخدام الوسائل الاحصائية المناسب للبحث، و برنامج (spss) اصادر 26.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

4-1 عرض وتحليل النتائج:

تشير المعالم الاحصائية حسب نتائج الجدول (1) الى ان هناك تباين في النسب البعد الاول المتضمن المدركات والمفاهيم الاساسية عن المنشطات والمكملات الغذائية.

جدول (1) مقياس الثقافة الصحية

المجال الأول: المدركات والمفاهيم الاساسية عن المنشطات والمكملات الغذائية.						
sig	كا ²	لا		نعم		الفقرات
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
0.00	98.82	%82	197	%18	43	1. هل تعرف بعض الانواع من المنشطات والمكملات الغذائية؟
0.02	9.6	%40	96	%60	144	2. هل تعرف احد الاشخاص المقربين لك يستعمل احد المنشطات والمكملات الغذائية؟
0.00	38.4	%70	168	%30	72	3. هل قمت باختبار طبي بعد استخدام المنشطات والمكملات الغذائية؟
0.00	86.4	%80	192	%20	48	4.

هل شاهدت او تعلمت طريقة اخذ المنشطات او المكملات الغذائية؟						
0.00	117.6	%75	204	%15	36	5. هل تعتقد أن استخدام المنشطات والمكملات الغذائية هو شكل من أشكال الإدمان؟
0.00	153.6	%90	216	%10	24	6. هل لديك المعلومات الكافية عن محتوياتها؟
0.00	194.4	%5	12	%95	228	7. هل تعتقد ان استخدم المنشطات والمكملات الغذائية مهم للشباب من اجل تطوير البنية الجسمانية؟
0.00	43.35	%55	171	%45	69	8. هل تعتقد أن استخدام المنشطات والمكملات الغذائية يشكل خطر على الصحة؟
0.00	38.4	%30	72	%70	168	9. هل تعتقد أنه من الضروري أن يكون الشباب على دراية كاملة بموضوع المنشطات والمكملات الغذائية واثارها الصحية والنفسية؟
0.00	86.4	%20	48	%80	192	10. هل تعتقد أن الرياضي بحاجة الى هذه المواد.
0.00	117.6	%85	204	%15	36	11. هل حصلت توعية ارشادية واعلامية حول المنشطات والمكملات الغذائية؟
0.00	153.6	%90	216	%10	24	12. اذا كانت الاجابة بنعم هل لديك معلومات عن نوع المنشط او المكمل الغذائي.

قيمة كا² عند 3.8=0.05

المجال الثاني: المعرفة بالعوامل الدافعة لتعاطي المنشطات والمكملات الغذائية						
sig	كا ²	لا		نعم		الفقرات
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
0.00	86.4	%20	48	%80	192	1. هل تُحفظ استخدام هذه المواد الرغبة القوية في الوصول إلى أفضل النتائج في أقصر وقت؟
0.00	60	%25	60	%75	180	2. هل تعتقد بأن الآخرين، يستخدموا نفس المواد المنشطة أو ما شابهه؟
0.00	194.4	%5	12	%95	228	3. هل ان استخدامهما يؤدي إلى تحسين مظهرك أو شعورك بالثقة بالنفس؟
0.00	153.6	%10	24	%90	216	4. هل تعتقد أن استخدام هذه المواد يمنحك ميزة على الآخرين؟

قيمة كا² عند 3.8=0.05

المجال الثالث: التأثيرات الناجمة عن تعاطي المنشطات والمكملات الغذائية						
sig	كا ²	لا		نعم		الفقرات
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
اولاً- الوعي بالتأثيرات الجسدية						
0.00	194.4	%95	228	%5	12	1. هل تعلم أن تعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية و بعض المكملات الغذائية يضعف جهاز المناعة ومن ثم الاصابة بالأمراض المختلفة؟
0.00	110.39	%80	220	%20	48	2. هل تعلم أن تعاطي المنشطات والعقاقير الهرمونية و بعض المكملات الغذائية ينتج عنها الالم الجسدية أو القصور بأحد وظائف الجسم؟
ثانياً- الوعي بالتأثيرات النفسية						
0.00	117.6	%85	204	%15	36	1. هل تعلم بأن عوامل القلق أو التوتر أو الاكتئاب هي نتيجة التوقف عن استخدام هذه المواد؟
0.00	60	%75	180	%25	60	2. هل تعلم ان المستخدم لهذه المواد يجد صعوبة في التركيز أو النوم؟
ثالثاً- الوعي بالتأثيرات الاجتماعية						
0.00	212.82	%97	233	%3	7	1. هل تفهم المخاطر والتأثيرات الاجتماعية المحتملة لتعاطي المنشطات والمكملات الغذائية؟
0.00	187.27	%94	226	%6	14	2. هل تعتقد أن الذي يستخدم هذه المواد تؤثر على سمعتهم أو صورتهم الاجتماعية؟
رابعاً - الوعي بالتأثيرات الصحية						
0.00	21.6	%65	156	%35	84	1. هل يخضع مستخدمو المنشطات والعقاقير الهرمونية والمكملات الغذائية لفحوصات طبية ومختبرية؟
0.02	9.6	%60	144	40	96	2. هل يمكن الاستغناء عن هذه المواد في حال اتباع نظام غذائي صحي؟
0.00	141.07	%88	212	%12	28	3. هل تختلف الحاجة لهذه المواد باختلاف الفئات العمرية أو الحالات الصحية؟
0.00	60	%75	180	%25	60	4. هل شاهدت احد المستخدمين لهذه المواد في حالة خطر اثناء التمرينات؟

قيمة كا² عند 0.05=3.8

2-4- مناقشة النتائج:

تشير نتائج الجدول (1) الى ان (80%) من الرياضيين يفتقدون الى المفاهيم الاساسية المرتبطة بالثقافة الصحية وان نسبة (18%) منهم فقط يمتلك المعلومات عن هذه المواد، ويرجع ذلك الى اسباب عديدة منها ضعف متابعة الجهات المختصة في شرح الطرق ودواعي استخدام هذه المواد، وهذا يشكل عاملاً أساسياً في البحث عن الاسلوب والطريقة المناسبة لتوجيه هذه المعلومات نحو هذه الفئة. كما تبين ان نسبة (60%) يستخدم هذه المواد اثناء التدريب وبطريقة مباشرة داخل القاعات الرياضية دون الاكتراث بالمفاهيم الصحية والاخلاقية التي يجب ان يتبعها الرياضيين، وان نسبة (40%) منهم لا يملك المعلومات الكافية عن الاسلوب والطريقة التي يتخذها اللاعبون في تداول هذه المواد، وتشير النتائج الى ان نسبة (70%) منهم لم يخضع لأي اختبار طبي مختبري، مما يؤكد افتقارهم للثقافة الصحية التي تدعمها بعض المنظمات الدولية واللجان الاولمبية والتي تنص على اجراء فحص مختبري متكامل قبل تداول أي من هذه المواد لتفادي الاضرار الناتجة عن الافراط او التأثيرات الاخرى المرتبطة بالعمر والجنس والحالة الصحية. وهذا يتفق مع نتائج الشيخ أحمد (2020) في أنه على الرغم من وجود معرفة بالاتفاقيات والعقوبات الدولية لمكافحة محسنات الاداء، إلا أن هناك العديد من الخروقات المحتملة لتطبيق بنود الاتفاقية للجنة الدولية لمكافحة محسنات الاداء⁽¹⁾. كما تشير النتائج الى ان نسبة (30%) منهم خضع لاختبار طبي بسبب تشخيص الإصابة ببعض الاثار الصحية التي سببتها هذه المواد ومنها اضطرابات النوم والاعتلال الهرموني وتشخيص بعض الاضطرابات في الكلى. ويذكر عبد الرزاق، محمد (2020) في هذا الصدد أن الاستخدام طويل الأمد للهرمونات الابتنائية بين الذكور يؤدي إلى احتمال ضمور الخصيتين ونقصان حجمهما وإفرازاتهما، وبالتالي العقم وعدم القدرة على الإنجاب والضعف الجنسي الذي يصل إلى حد العجز الجنسي، استخدامات هرمون التستوستيرون والذي يعتبر من أشهر محسنات الاداء الابتنائية يسبب التهاب النتوءات العظمية في المفاصل وتوقف النمو فيها وكذلك حدوث نزيف الأنف واضطرابات الأمعاء وإمكانية حدوث تغيرات نفسية لدى الرياضي وتأثيرات سلبية على وظائف الكبد (تليف الكبد وسرطان الكبد وضعف وتراجع وظائف الجهازين الدوري والتنفسي والعضلي القلبي)⁽²⁾.

ويعتقد نسبة (15%) فقط ان هذه المواد لا تسبب أي حالة من حالات الادمان وهذا يعتبر دليل واضح على ضعف الجوانب المرتبطة بالصحة العامة لدى هذه الفئة، ويتضح من خلال ذلك ان نسبة (75%) يتناول هذه المواد ويعلم جيداً الاثار التي يترتب عليه في حال قرر الاستغناء عنها ومنها فارق القوة البدنية المؤقتة او التحفيز الدوائي للغدد والذي ينتج عنه تضخم عضلي غير متناسق او مشوه، وفقدان استمرارية نشاط الكتلة العضلية التي سببتها هذه المواد، كما تشير النتائج الى ان (90%) لا يمتلك أي معلومات عن المادة العلمية او المواد التي تدخل في تصنيع هذه المواد وان نسبة (10%) فقط يمتلك المعلومات التي يجب ان يعرفها أي متداول لهذه المواد بسبب الاثار الصحية الخطيرة واسباب اخرى تتعلق بالكمية والنوعية وطريقة الاستخدام، والذين يعتقدون ان استخدم المنشطات والمكملات الغذائية مهم للشباب من اجل تطوير البنية الجسمانية (95%) وقليل منهم من لا يعتقد بنسبة (5%)، كما يعتقد (80%) منهم أن الرياضي بحاجة الى هذه المواد خاصة في البدايات والاشهر الاولى لان اغلبهم يعتقد انها الطريقة الاسرع والافضل للوصول الى الكتلة العضلية التي يمتلكها المشاهير في هذه الرياضة في حين ان نسبة (20%) منهم لا يستخدمها للأسباب تتعلق بالتكلفة المادية العالية او

¹ - احمد الشيخ: دراسة تقييمية لدور الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات في تطوير المنظومة للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ببور سعيد، العدد 40، ص 197-228.

² - محمد عبدالرزاق: بيولوجيا الرياضة والاداء البدني، ط3 (المنصورة: مطبعة الفردوس للنشر)، 2020، ص 124.

لديهم موقف مناهض للمنشطات، ويمتلكون المعلومات الصحية الكافية عن الغذاء الصحي المتكامل الذي يحتاجه الرياضي. كما تتفق مع نتائج دراسة البلوشي راشد (2019) والتي خلصت نتائجها إلى أن ظاهرة محسنات الاداء في الرياضة انتشرت على نطاق واسع⁽¹⁾.

الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات:-

1-5 الاستنتاجات:-

1. ان غالبية الرياضيين لديهم اتجاه ايجابي نحو تناول محسنات الاداء.
2. قصور كبير لدى الرياضيين في الجوانب المعرفية والعلمية والتأثيرات الصحية والنفسية والاجتماعية التي تسببها محسنات الاداء.
3. غياب الوعي الصحي والثقافة الرياضية في المؤسسات الرياضية للتعامل مع مجتمعات الرياضيين من هذه الفئة.
4. ضعف الرقابة الصحية والفحص المختبري الدقيق لهذه المواد وكثافة دخولها واستيرادها من شركات تجارية ربحية.

2-5 التوصيات:

1. ضرورة اهتمام الجهات المعنية بوضع رؤية مستقبلية الرقابة الصحية على محسنات الاداء.
2. عقد برامج دورية لتثقيف وتوجيه الرياضيين الشباب وزيادة معرفتهم بمحسنات الاداء وتثقيفهم بعواقبها وأضرارها الجسدية والنفسية والاجتماعية والقانونية مع التأكيد على أن هذه الأضرار والمخاطر تظهر لاحقاً وتضيق مع كل المكاسب السريعة التي تحدث.

المصادر:

1. أسامة رياض ؛ الطب الرياضي ولاعبي الدراجات ، (ط1 مركز الكتاب للنشر، القاهرة) 2006.
2. الزيود، خالد، وآخرون: العوامل المؤدية الى تعاطي الشباب لمنشطات في الصالات والمراكز الرياضية والانعكاسات الجسمية والاجتماعية والنفسية عليهم، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مركز النشر العلمي، جامعة البحرين، المجلد 19، العدد 4 ديسمبر.
3. احمد الشيخ: دراسة تقييمية لدور الاتفاقية الدولية لمكافحة المنشطات في تطوير المنظومة للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ببور سعيد، العدد 40 .
4. محمد عبدالرزاق: بيولوجيا الرياضة والاداء البدني، ط3 (المنصورة: مطبعة الفردوس للنشر)، 2020.
5. راشد البلوشي: المسئولية الجنائية عن استخدام المنشطات في المجال الرياضي دراسة مقارنة، مجلة جامع الشارقة للعلوم القانونية المجلد 16، العدد 1.

6. <https://www.wada-ama.org/en/news/wada-unveils-refreshed-brand-launch-its-new-website>

¹ - راشد البلوشي: المسئولية الجنائية عن استخدام المنشطات في المجال الرياضي دراسة مقارنة، مجلة جامع الشارقة للعلوم القانونية المجلد 16، العدد 1، ص 308-338.



وقائع المؤتمر العلمي لكلية التربية الأساسية في مجال العلوم الصرفة

وتحت شعار

(العلوم الصرفة والتطبيقية بوابة لخدمة المجتمع)

يومي الاربعاء و الخميس 28-29/5/2025

Assessing Knowledge, Health Awareness, Behaviors, And Practices Toward The Use Of Performance-Enhancing Substances Among Gymnasium-Goers In Baghdad For Ages (16-24) Years.

Dr. Mustafa Adel Rashid Ahmed

- Ministry of Education - Office of the Undersecretary for Scientific Affairs -
Department of Curriculum Development and Tests

musadel49@gmail.com

+9647714324967

Dr. Ali Aziz Abdul Latif Najm

- Ministry of Education - General Directorate of Physical Education and School Activity

ali.azez278@gmail.com

+9647711851985

Abstract: The research aimed to identify the level of health culture of young people and the extent of their knowledge of the use of stimulants, hormonal drugs and harmful nutritional supplements, and the physical, psychological and social consequences and damage that result from abuse, and to identify the motives behind the use of stimulants, hormonal drugs and harmful nutritional supplements among young people. The researchers used the descriptive survey method in order to suit the nature of the research. The research community was determined from (sports hall patrons) in different areas of Baghdad Governorate for the year (2024). The research sample was chosen randomly, and the sample was divided into two samples based on the requirements of the study, so that the exploratory sample was (30) participants distributed among (3) halls, with each hall having (10) participants, in a random manner. As for the application sample, the total sample was (240), represented by (12) sports halls in Al-Karkh and (12) halls in Al-Rusafa. The sample was selected so that participants had been participating for more than six months. In light of the results obtained, the researchers concluded that the majority of athletes have a positive tendency toward taking performance enhancers, and a significant deficiency in the cognitive and scientific aspects and the health, psychological, and social effects caused by performance enhancers, as well as the absence of health awareness and sports culture in sports institutions to deal with the athletes' communities of these. The category, the weakness of health control and careful laboratory examination of these materials, and the intensity of their entry and importation from profitable commercial companies. The researchers recommend the need for concerned parties to pay attention to setting a future vision for health oversight of performance enhancers and holding periodic programs to educate and guide young athletes, increase their knowledge of performance enhancers, and educate them about their physical, psychological, social, and legal consequences and harms, while emphasizing that these harms and risks appear later and are lost with all the quick gains that occur.

Keywords: performance-enhancing substances, athletic performance, health risks, psychological and social factors, health awareness.