



Uppföljande kartläggning av användning av dopning, narkotika och kosttillskott bland gymtränande

**En sammanställning av resultat från Norrbottens län, Västernorrlands län,
Stockholms län, Örebro kommun, Östergötlands län, Kungsbacka kommun och
Kalmar kommun**

Sammanfattning

- År 2014 är det **2 procent** av männen som tränar på de gym som arbetar med arbetsmetoden 100 % ren hårdträning som uppger att de någon gång använt dopningspreparat (anabola androgena steroider – aas). Bland de tränande kvinnorna är det **0,5 procent** som uppger att de någon gång använt dopningspreparat. Jämfört med baslinjemätningen är detta **en halvering bland männen** då det i den studien var 4 procent av männen som uppger att de någon gång använt dopningspreparat. En minskning kan även ses bland kvinnorna då det i baslinjemätningen var 0,8 procent som uppger att de någon gång använt dopningspreparat.
- År 2014 uppger **17 procent** av männen att de någon gång har blivit erbjudna att prova och/eller köpa dopningspreparat. Vid baslinjemätningen var det 16 procent av männen som uppger att detta.
- År 2014 uppger **18 procent** av männen att de har provat narkotika någon gång. Andelen varierar från 14 % till 25 % mellan de olika regionerna. Andelen kvinnor som uppger att de har provat narkotika någon gång är **8 procent** och andelen varierar mellan 5 % till 10 % i de olika regionerna. Vanligaste narkotikan är cannabis följt av amfetamin. Vid baslinjemätningen var andelen män och kvinnor som uppger att de någon gång provat narkotika 15 procent respektive 7 procent.
- I snitt anger år 2014 **6 procent** av de gymtränande männen att de har använt narkotika det senaste året. Detta är dubbelt så många jämfört med befolkningen i stort (3 %). I baslinjemätningen var det 5 procent av männen som uppger att de använt narkotika det senaste året.
- År 2014 uppger **73 procent** av männen och **54 procent** av kvinnorna att de äter kosttillskott. Jämfört med baslinjemätningen är det en ökning både bland män och bland kvinnor då andelarna i baslinjemätningen var 61 respektive 41 procent. I den uppföljande mätningen uppger **68 procent** av männen och **44 procent** av kvinnorna uppger att de äter kosttillskott ett par gånger i veckan till varje dag. Majoriteten av som använder kosttillskott tar muskelökande preparat. De vanligaste källorna till kosttillskott i samtliga län/kommuner är Internet och Hälsokostbutik.
- I den uppföljande mätningen instämmer **86 procent** av de tränande helt eller delvis i påståendet ”*det är viktigt att gymmet som jag tränar på arbetar aktivt för att motverka dopning*”. Vid baslinjemätningen var det 80 % av de tränande som instämde i samma påstående.
- I den uppföljande mätningen ses en **kraftig ökning** i andelen tränande som uppger att anläggningen som de tränar på har en policy mot dopning. År 2014 är det **68 procent** som uppger detta jämfört med 38 procent vid baslinjemätningen.
- **77 procent** av de tränande uppger att de har uppmärksammat logotypen 100 % ren hårdträning.

Metod

De uppföljande enkätstudierna har genomförts inom ramen för nätverket PRODIS (Prevention av dopning i Sverige) arbete. Av de medverkande länen/kommunerna i PRODIS redovisas i denna rapport resultat från fyra län och tre kommuner: Norrbottens län, Västernorrlands län, Stockholms län, Östergötlands län, Örebro kommun, Kungsbacka Kommun och Kalmar kommun. Det är de kommuner/län som erhållit medel från Folkhälsomyndigheten under hela perioden 2011-2014¹.

Enkäten som använts vid de båda mätningarna och som delades ut till tränande på träningsanläggningarna består av 27 frågor. Enkäten omfattar bakgrundsvariabler, frågor om omfattning av styrketräning, annan form av träning, erfarenhet av dopningsmedel och hur ofta man använder kosttillskott. Även några frågor om narkotikabruk ställs, likaså attitydfrågor om dopningsförebyggande åtgärder. I enkäten som användes vid den uppföljande mätningen tillkom en fråga rörande om man uppmärksammat logotypen 100 % ren hårdträning.

I Stockholms län genomfördes baslinjemätningen år 2010, i Norrbottens län år 2011 och i de övriga länen/kommunerna genomfördes den år 2012. Den uppföljande mätningen genomfördes i samtliga län/kommuner under hösten 2014.

Enkätstudien är genomförd på olika typer av träningsanläggningar; kommunala, privata samt föreningsdrivna. Den uppföljande enkätstudien är genomförd på de träningsanläggningar som medverkade i baslinjemätningen och som under perioden 2011-2014 har arbetat med arbetsmetoden 100 % ren hårdträning.

I baslinjemätningen delades enkäten ut vid två tillfällen, det ena tillfället under en vardag och det andra tillfället under en helgdag. I den uppföljande mätningen delades enkäten ut vid ett tillfälle (under en vardag). Alla som tränade styrketräning i gymmet uppmanades att svara på enkäten. Enkäten har fyllts i anonymt och det var frivilligt att delta.

I denna rapport redovisas ett urval av de frågeställningar som ställdes i enkäten. För mer detaljerad information hänvisas till rapporter från respektive län/kommun.

Tabellen nedan visar antalet deltagande träningsanläggningar i respektive län vid de båda mättillfällena samt antalet respondenter.

Deltagande träningsanläggningar i respektive län vid de båda mättillfällena samt antalet respondenter.

Län/Kommun	Anläggningar baslinje	Anläggningar uppföljande mätning	Svarsfrekvens baslinje		Svarsfrekvens uppföljande mätning	
	Antal	Antal	Antal män	Antal kvinnor	Antal män	Antal kvinnor
Norrbottens län	29	22	447	485	233	180
Västernorrlands län	16	10	359	128	171	111
Stockholms län	13	13 ²	346	188	269	145
Östergötlands län	22	20	1391	859	351	237
Kungsbacka kommun	10	8	363	205	121	57
Örebro kommun	6	5	282	99	187	121
Kalmar kommun	8	8	396	176	126	95
Summa:	104	86	3584	2140	1458	946

¹ Malmö stad genomförde en baslinjemätning 2008 och en uppföljande mätning 2012, Värmlands län genomförde baslinjemätning 2012, Kronobergs län genomförde en uppföljande mätning 2014, data går dock inte att använda p.g.a. ett tekniskt fel vid datainmatningen. Dessa kommuner/län finns därför inte med i denna sammanställning.

² Hösten 2014 gjorde Stockholms län en uppföljande studie på 38 träningsanläggningar. Dock redovisas här resultatet endast för de interventionsanläggningar som har medverkat i arbetet under hela projektperioden 2007-2014.

Sammanställning – jämförelse mellan de båda mätningarna

Tabell 1. Andel tränande som någon gång blivit erbjuden att prova och/ eller köpa dopningsmedel

	Män baslinje	Män 2014	Kvinnor baslinje	Kvinnor 2014
Län/Kommun	Andel %	Andel %	Andel %	Andel %
Norrbottnens län	14	19	1	6
Västernorrlands län	20	23	2	0,9
Stockholms län	19	22	6	1,3
Östergötlands län	14	18	3	0,4
Kungsbacka kommun	16	18	2	2
Örebro kommun	21	12	1	2,5
Kalmar kommun	20	9	7	2

Tabell 2. Andel tränande som någon gång använt dopningsmedel

	Män baslinje	Män 2014	Kvinnor baslinje	Kvinnor 2014
Län/Kommun	Andel %	Andel %	Andel %	Andel %
Norrbottnens län	3	5	0,4	1,6
Västernorrlands län	4	0,6	2	0
Stockholms län	3,4	1	0	0
Östergötlands län	2	2,3	0,5	0,4
Kungsbacka kommun	3	0,8	0	0
Örebro kommun	2,5	1,6	0	0,8
Kalmar kommun	3	0,8	3	0

Tabell 3. Andel tränande som använt dopningsmedel under de senaste 12 månaderna utan läkarens inrådan

	Män baslinje	Män 2014	Kvinnor baslinje	Kvinnor 2014
Län/Kommun	Andel %	Andel %	Andel %	Andel %
Norrbottnens län	1	2,5	0,1	0
Västernorrlands län	1	0	0	0
Stockholms län	0,8	0,7	0	0
Östergötlands län	0,5	0,8	0	0,4
Kungsbacka kommun	1	0	0	0
Örebro kommun	0,3	1	0	0,8
Kalmar kommun	2	0	2	0

Tabell 4. Andel män som har använt narkotika någon gång, det senaste året och de senaste 30 dagarna

Län/Kommun	Någon gång		Senaste året		Senaste 30 dagarna	
	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014
Norrbottnens län	7	15	1	0,4	0,2	0
Västernorrlands län	15	15	4	3	2	0
Stockholms län	24	25	7	9	3	4
Östergötlands län	16	18	6	7	2	3
Kungsbacka kommun	16	21	5	11	2	5
Örebro kommun	20	18	6	8	4	5
Kalmar kommun	16	14	6	3	4	1,6

Tabell 5. Andel kvinnor som har använt narkotika någon gång, det senaste året och de senaste 30 dagarna

Län/Kommun	Någon gång		Senaste året		Senaste 30 dagarna	
	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014
Norrbottnens län	3	10	0,2	1	0	0,5
Västernorrlands län	10	7	3	1	1	0
Stockholms län	10	8	1	2	0	0
Östergötlands län	8	8	2	2	0,5	0,4
Kungsbacka kommun	9	5	1	2	1	0
Örebro kommun	6	7	1	5	0	2,5
Kalmar kommun	10	9	4	1	2	0

Tabell 6. Andel tränande som uppger att de någon gång har använt kostillskott

Län/Kommun	Män baslinje	Män 2014	Kvinnor baslinje	Kvinnor 2014
	Andel %	Andel %	Andel %	Andel %
Norrbottnens län	56	75	45	65
Västernorrlands län	73	74	49	56
Stockholms län	56	76	39	55
Östergötlands län	67	71	41	47
Kungsbacka kommun	62	64	36	60
Örebro kommun	75	75	46	42
Kalmar kommun	55	73	31	53

Tabell 7. Andel tränande som använder kosttillskott regelbundet redovisat per län/kommun (kosttillskottsanvändare)

Län/Kommun	Använder kosttillskott ett par gånger i månaden eller mer sällan		Använder kosttillskott ett par ggr i veckan till varje dag	
	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014
Norrbottnens län	-	38	44*	60
Västernorrlands län	50	39	45	61
Stockholms län	36	36	61	62
Östergötlands län	39	34	34	61
Kungsbacka kommun	36	41	31	54
Örebro kommun	44	35	39	57
Kalmar kommun	37	28	57	67

* Varje vecka

Tabell 8. Andel tränande som instämmer helt eller delvis i påståendet att ”det är viktigt att gymmet som jag tränar på arbetar aktivt för att motverka dopning”

Län/Kommun	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014
Norrbottnens län*	-	96
Västernorrlands län	76	89
Stockholms län	83	77
Östergötlands län	82	84
Kungsbacka kommun	83	83
Örebro kommun	67	90
Kalmar kommun	72	71

*Data från baslinje finns ej tillgängligt.

Tabell 9. Andel tränande som uppger att gymmet som jag tränar på har en policy mot dopning

Län/Kommun	Andel (%) baslinje	Andel (%) 2014
Norrbottnens län*	-	88
Västernorrlands län*	-	73
Stockholms län	33	64
Östergötlands län	29	59
Kungsbacka kommun	39	67
Örebro kommun	56	66
Kalmar kommun	37	61

*Data från baslinje finns ej tillgängligt

Tabell 10. Andel tränande som uppger att de har sett 100 % loggan

	Män 2014	Kvinnor 2014
Län/Kommun	Andel %	Andel %
Norrbottens län	88	92
Västernorrlands län*	-	-
Stockholms län	81	86
Östergötlands län	70	60
Kungsbacka kommun	78	65
Örebro kommun	75	72
Kalmar kommun	75	50

*Frågan ställdes ej i Västernorrland