

**FORSKNING
I KORTHET
#13**

FORTE:

Forskningsrådet för
hälsa, arbetsliv och välfärd

FITNESSDOPNING OCH GYMKULTUR

Gymkulturen är i dag en global och inkluderande mångmiljardindustri. Forskning visar att hälsoarenor kan sammankopplas med dopning. Kunskapsläget är begränsat. Fitnesskulturens expansion och popularisering har bidragit till oklara gränser mellan dopning i subkulturella och ofta maskulint kodade miljöer.



Forte är ett forskningsråd som finansierar och initierar forskning för att stödja människors arbetsliv, hälsa och välfärd.

Forskning i korthet är en serie publikationer från Forte som kort beskriver kunskapsläget inom ett samhällsrelevant område. Varje publikation i serien tas fram av en grupp forskare och samhällsföreträdare och granskas av minst en utomstående forskare.

Titel: Fitnessdopning och gymkultur

Författare: Jesper Andreasson, docent i Idrottsvetenskap vid Institutionen för idrottsvetenskap, Linnéuniversitetet

Thomas Johansson, professor i pedagogik med inriktning barn- och ungdomsvetenskap vid Institutionen för pedagogik, kommunikation och lärande, Göteborgs universitet

Samhällsrepresentant: Johan Öhman, projektsamordnare, PRODIS

Vetenskaplig granskare: Ask Vest Christiansen, lektor vid Institutionen för folkhälsa - Idrott, Aarhus Universitet

Omslagsfoto: Cultura Creative

Ladda ner den här publikationen, inklusive referenslista, från:

www.forte.se/publikation/fk-dopning

Forskning i korthet

ISSN 2001-4287
Nr 13/2019

Tryck: AJ E-print AB, Stockholm, 2019

Har du frågor eller synpunkter på den här produkten? Ring oss på 08-775 40 70 eller mejla på forte@forte.se

Utgiven av Forte, Box 38084, 100 64 Stockholm

SAMMANFATTNING

Från att under 1970-talet ha varit en subkulturell och maskulint kodad företeelse, har gymkulturen i dag breddats och utvecklats till en global och inkluderande mångmiljardindustri, där olika träningsformer samsas under paraplybegreppet fitness. Trots denna kulturella omvandling och den starka idealiseringen av hälsosamma livsstilar som utmärker det samtida fitnesskonceptet, visar forskning att dessa hälsoarenor paradoxalt kan sammankopplas med dopning. I den här rapporten redogörs för forskningsläget kring fitnessdopning och hur vägarna till dopning har undersökts. Resultaten visar bland annat att kunskapsläget är begränsat, inte minst vad gäller kvinnors bruk av dopning. Fitnesskulturens expansion och popularisering har bidragit till oklara gränser mellan dopning i subkulturella och ofta maskulint kodade miljöer och dopning som ett mer utbrett och kulturellt accepterat fenomen inom gym- och fitnesskulturen. Den demografiska "profilen" för vem som dopar sig har vidgats och rapporten landar i frågan om hur preventionsutveckling ska kunna möta dessa förändringar.

1. Introduktion

Från att ha varit en källarkultur – en företeelse som under 1970-talet växte fram i svettiga, maskulina och instängda miljöer – har gymkulturen i dag breddats och utvecklats till en global mångmiljardindustri. De träningsformer som samtida gym- och fitnessanläggningar erbjuder har kommit att ses som en potentiell lösning på allehanda folkhälsoproblem (Andreasson & Johansson 2014). Samtidigt har utvecklingen resulterat i ett allt starkare fokus på kroppen och dess utseende. Vi lever i kroppens tid som Larsson och Fagrell (2010) benämner det och kroppens yta har i viss mån blivit en markör för hur lycklig eller framgångsrik en person är eller kan anses vara (McKenzie 2013). Trots den kulturella omvandlingen av gymkonceptet och idealiseringen av en hälsosam livsstil visar forskning att dessa hälsoarenor systematiskt kan sammankopplas med dopning (Christiansen 2018). Motiven till att någon väljer att använda dopningsklassade preparat i samband med träning på gym kan naturligtvis se olika ut. Det kan handla om en strävan att nå specifika kroppsliga mål eller om olika identitetsanspråk, baserade på kön, sexualitet och livsstil. Att välja dopning kan också handla om en vilja att passa in i en gemenskap, eller förstås som en respons på ett upplevt utanförskap.

I den här rapporten sammanfattas det samhällsvetenskapliga kunskapsläget rörande dopning inom gym- och fitnesskulturen, och visar samtidigt på kunskapsluckor inom detta forskningsfält.

2. Terminologi

Att diskutera dopning i vardagsliv och i forskningssammanhang innebär oundvikligen att vi på ett eller annat sätt involveras i moraliskt laddade diskurser. Dopning har till exempel ofta fungerat som en slags motbild till de sundhets-, 'fair-play'- och skötsamhetsideal som dagens idrottsrörelse och statliga/samhälleliga folkhälsoorganisationer ofta anser sig representera (Beamish & Ritchie 2007). Att diskutera dopning innebär således att vi befinner oss i ett socialt och kulturellt landskap där val av terminologi är av stor betydelse. När vi talar om dopning i denna text menar vi huvudsakligen substanser och praktiker som är förbjudna enligt svensk lag, till exempel (miss)bruk, innehav och/eller försäljning av förbjudna preparat såsom anabola androgena steroider (fortsättningsvis steroider) och tillväxthormoner (Dopningslagen 1991:1969; Lindholm 2013). En diskussion om dopning kan givetvis också kopplas till WADA (the World Anti-Doping Agency), som är den internationella organisation som har till uppgift att värna idrottarens hälsa och verka för en ren idrott. Eftersom den träning som utförs på olika gym- och fitnessanläggningar i huvudsak kan placeras utanför det som sker under Riksidrottsförbundets regi kan emellertid WADA:s (och nationella underorgani-

sationers) inflytande ses som begränsat vad gäller antidopningsarbete. Samtidigt är denna gränsdragning allt annat än självklar. Vissa gym, till exempel Friskis & Svettis och olika studentidrotts gym såsom IKSU i Umeå, är föreningsdrivna och befinner sig inom Riksidrottsförbundets domäner.

Uppdelningen mellan dopning inom, respektive utanför, idrotten är i sig inte ny. Som fenomen och forskningsområde har dopning ofta diskuterats som antingen ett idrottsligt problem eller ett samhälls-/folkhälsoproblem. I det senare fallet har dopning huvudsakligen, men inte uteslutande, kopplats till styrketräning och gym- och fitnesskulturen. För att betona den kontextuella skillnaden har forskare ibland använt prefix såsom rekreations-, motions-, fåfänge- och fitness-, när de skrivit om dopning i gym- och fitnesssammanhang (Petrocelli m.fl. 2008; Christiansen 2009; Thualagant 2012). Vi har i denna text valt att använda fitnessdopning, främst för att betona och påminna läsaren om vilken kulturell kontext som är i fokus (Andreasson 2015).

När det gäller terminologi, diskuterar forskare dopning i termer av missbruk, bruk och användning. Under senare år har flera, främst kvalitativa, studier använt sig av termerna bruk och användning, som ansetts ligga mer i linje med de empiriska utsagor som gestaltats (Christiansen 2018). Termen missbruk har också ansetts vara mer moraliskt laddad och kopplad till andra droger (Christiansen m.fl. 2017; se även WHO 2015). Oavsett vilken terminologi som valts av forskare verkar den gemensamma uppfattningen vara att dopning kan leda till allvarliga fysiska och psykiska hälsoproblem, såsom ökad irritabilitet, depression, kardiovaskulär sjukdom, leverskador, akne och håravfall (ACMD 2010; Pope m.fl. 2014; Rasmussen m.fl. 2018). För kvinnor finns det risk för utveckling av basröst, klitorisförstoring, menstruationsstörningar och minskad fertilitet och för män är gynekomasti, minskade testiklar och impotens möjliga biverkningar (Evans-Brown m.fl. 2012; Rasmussen m.fl., 2016). Forskare har också konstaterat att de risker som sammankopplas med dopning ofta är dosrelaterade och tydligt kopplade till brukarens medicinska kunskaper om och erfarenheter av olika preparat (Monaghan 2001; Parkinson & Evans 2006; Rasmussen m.fl. 2016).

3. Historiska perspektiv

Ett sätt att förstå samtida perspektiv på fitnessdopning är att placera fenomenet i ett vidare historiskt sammanhang. Schematiskt kan dopningens och gymkulturens historia delas in i olika faser. Den första fasen kan sägas sträcka sig från tidigt 1900-tal till 1960-talet. Denna fas är på många sätt samhällsövergripande och sammanflätad med modernitetens historia. Vid den här tiden kopplades tankar om dopning ihop med utvecklingen av nya former av teknologier, biomedicinska framsteg och föreställningar om den

moderna människan (Dimeo 2007; Holt, Louletta & Sönsken 2009). Prestationshöjande preparat diskuterades, både i forskningssammanhang och på regeringsnivå, utifrån premissen att man ville utreda användbarheten i till exempel arbete, sport och under krigstider (Hoberman 1992; 2005; Dimeo 2007; Waddington & Smith 2009). Steroider användes på 1950-talet bland sovjetiska och amerikanska tyngdlyftare och amerikanska kroppsbyggare (Dimeo 2007, se även Yesalis & Bahrke 2007; Connolly 2015; Gleaves & Llewellyn 2018). Parallellt med tidig och ganska oreflekterad användning av olika prestationshöjande preparat, framkom också rapporter om skador, hälsoproblem och till och med dödsfall. En allt starkare antidopningsrörelse växte successivt fram i USA från 1950-talet och framåt (Wagner 2011; Gleaves & Llewellyn 2013). Waddington och Smith (2009) menar att det var först i samband med införandet av striktare antidopningsregler inom sporten som förstälsten för dopning som ett idrottsligt respektive samhällsligt folkhälsoproblem (kopplat till gym och fitness) etablerades på allvar (Klein 1993; Mottram 2006; Kartakoullis m.fl. 2008; Christiansen 2018). I det avseendet delar dopning i idrotten och fitnessdopning en gemensam förhistoria.

3.1 Steroider inför tävlingar

Det som står klart är dock att bodybuilders på den amerikanska västkusten inte utsattes för samma kontroll som atleter inom den organiserade idrotten, eftersom bodybuilding inte betraktades som en sport. På 1970-talet, när bland andra Arnold Schwarzenegger tränade på det ikoniska Gold's Gym på Venice Beach, utgjorde steroider och andra preparat en del av förberedelserna inför olika tävlingar (Gaines & Butler 1974; McKenzie 2013). Detta kan sägas vara starten för en andra fas i dopningens historia. Schwarzenegger har i sin självbiografi berättat om hur självklart användandet av steroider ansågs vara under denna tid (Schwarzenegger & Petre 2012). Under 1970- och 1980-talen var bodybuilding inte speciellt utbrett, framför allt inte i Europa och i de nordiska länderna. Som träningsform betraktades bodybuilding i stort som en subkulturell företeelse och därmed delvis också som en frizon för olika typer av dopningspreparat (Andreasson & Johansson 2014; Liokaftos 2017). Till skillnad från (elit)idrotten fanns det således en slags fördröjning inom just bodybuilding, som gjorde att läkare och bodybuilders kunde utveckla och experimentera med olika preparat.

3.2 Bodybuilding förknippas med droger

Detta kom dock att ändras i den tredje fasen, i slutet av 1980-talet och början av 1990-talet, när styrketräning och bodybuilding successivt började förknippas med droger, narcissism och ohälsa. Bodybuilding fick dåligt rykte och det publicerades allt fler rapporter och biografier som beskrev skadeverkningar av steroider, ohälsosamma livsstilar och orimliga kroppsideal (Dimeo 2007). 1991 publicerades till exempel Sam Fussells bok – *Muscle: Confessions of an Unlikely Bodybuilder* – som blev något av en vattendelare

i diskussionen om dopning inom bodybuilding och gym-/fitnesskulturen (se även Klein 1993; Joyner 2014). Fussell beskriver sin väg in i bodybuilding och hur hans kropp och blick på sig själv successivt förändras. Steroider beskrivs som en naturlig del av denna utvecklings- och initiationsprocess. Gradvis inser Fussell att han blivit en självcentrerad och otrevlig person och han försöker röra sig bort från kulturen och steroiderna. Att lämna bodybuildingen beskrivs dock som en smärtsam process, där Fussell inte bara förlorar sina vänner, utan även en hel livsstil.

3.3 En ny fitnesskultur

I den fjärde fasen, som initierades under sent 1990-tal och tar form under tidigt 2000-tal, hamnade bodybuilding mer i bakgrunden när fitnesskulturen trädde fram (Andreasson & Johansson 2014). Det skedde ett slags 'renande' av gymkulturen och för att locka allt fler vanliga motionärer tonades inslagen av bodybuilding, kroppsfixering och muskler ner, då de associerades med dopning och ohälsa. Kvinnor välkomnades och inkluderades gradvis in i den tidigare maskulint kodade gymkulturen. Den kulturella omvandlingen syns också tydligt i kopplingen till hälsa, som från och med 2000-talet och framåt frekvent använts av representanter för olika träningsanläggningar och gymkedjor (Sassatelli 2010). I Sverige kan vi se hur begreppet gym ger plats för nya termer såsom hälsostudio, fitnesscentra och liknande. En del anläggningar arbetade därtill aktivt för att utsluta bodybuilders ur sitt klientel. Mogensen (2011) visar till exempel i sin studie om antidopningsarbete i Danmark hur en serie av olika postkort på kroppsbyggare använts i avskräckande syften. På dessa kort framställdes bodybuilders på ett stereotypt sätt och som en antites till statens arbete för hälsa, kroppslig balans och ett gott liv. Trots att gym-/fitnesskulturen genomgått en så kallad renings- eller civiliseringsprocess har den dock inte fullt ut lyckats göra sig fri från associationer till dopning och extrema kroppsideal. I vissa sammanhang har det därför talats om en diversifiering av gymlandskapet, där det klassiska 'slammer-gymmet' med bodybuilders och betoning på tunga fria vikter, delvis men inte helt ombildats till en kommersiell samlingspunkt för olika träningsformer och sunda kroppar (Sassatelli 2010). Vilken inverkan denna kulturella omvandlingsprocess haft på gymkulturens dopningsdemografi har också debatterats av forskare. Medan somliga analyserat bodybuilding och dopning i termer av marginalisering (Monaghan 2001; 2012; Klein 2007), har andra fokuserat på hur 'vanliga' motionärer och träningsentusiaster i ökad grad kommit att involveras i livsstilar där dopning ses som en tänkbar komponent för att nå uppsatta mål och ambitioner (Christiansen 2018).

Det vi ser, när vi närmar oss 2020-talet, är möjligtvis inledningen av en femte fas. I allt större utsträckning problematiseras kontrollsystemen för dopning och diskussioner kring mer holistiska perspektiv utvecklas (Hanstad & Waddington 2009; Waddington & Smith 2009). Det finns också röster som ifrågasätter förbud och stigmatisering

kopplade till vissa preparat. López (2012) som studerat elitidrott och det antidopningsarbete som utförs inom WADA hävdar till exempel att det saknas bevis för skadliga bieffekter av tillväxthormoner och menar att tidigare alarmerande rapporter om hälsorisker har populariserats och successivt naturaliserats av media (se även Christiansen 2018). Gleaves (2010) spekulerar också kring en möjlig framtid med dopningspreparat som mer eller mindre saknar biverkningar. Marknaden för potentiella användare har diversifierats, liksom utbudet av tillgängliga preparat (Fincoeur 2014; Van Hout & Kean 2015; Coomber m.fl. 2015). Denna utveckling drivs delvis på av de möjligheter som olika internetgemenskaper medger vad gäller användares intentioner att lära sig om dopning och få tag på önskade preparat (se t.ex. Andreasson & Johansson 2016) samt omvandlingen av nya metoder och modeller för distribution av dopning (van de Ven & Mulrooney 2017).

4. Forskningsperspektiv och prevalens

På samma vis som sätten att förstå dopning varierat historiskt, har också de perspektiv som forskare anammat varierat. Som forskningsfält initierades studier om fitnessdopning i huvudsak under tidigt 1990-tal. Till en början tenderade kunskapsproduktionen nästan uteslutande att fokusera på individuella och psykosociala perspektiv (Lucidi m.fl. 2008). Epidemiologiska och strukturfunktionalistiska utgångspunkter var dominerande. Med hjälp av regressionsanalyser pekade till exempel forskare ut manligt kön, användande av andra droger och styrketräning som möjliga prediktorer (DuRant m.fl. 1995; Kryger Pedersen & Benjaminsen 2002; Zelli m.fl. 2010). Det genomfördes också kvalitativa meta-analyser där förbättrat utseende, större muskler och förbättrad idrottslig kapacitet lyftes fram som nyckeln till och 'triggers' för dopning (Statens Folkhälsoinstitut 2010, Sagoe m.fl. 2015). När det gäller vägarna från dopning (så kallade exit-processer) är kunskapsläget begränsat, men det som finns har främst baserats på olika attitydundersökningar och hur en förståelse för människors inställning till dopning kan användas för att utveckla ett förebyggande och preventivt arbete. Nilsson m.fl. (2005) genomförde till exempel en tvärsnittsundersökning i en svensk gymnasieskola. De drar slutsatsen att användares och icke-användares inställning till dopning skiljer sig åt (vad gäller förståelse av maskulinitet, muskler och droganvändning) och de föreslår att dessa skillnader ska tas som utgångspunkt i skapandet av olika interventionsprogram (jfr European Commission 2014; Kimegård & McVeigh 2014; Bates & McVeigh 2016; Bates m.fl. 2017).

Även om strukturfunktionalistiska perspektiv på dopning varit relativt vanliga i forskningssammanhang, har den här typen av studier alltmer kommit att kritiseras (Christiansen m.fl. 2017). Visserligen kan sådana perspektiv bidra till en

ökad förståelse för varför människor väljer att dopa sig och varna för dopningens konsekvenser, men det föreligger också en risk att typologier tolkas bokstavligen och resulterar i endimensionella förståelser för en tämligen komplex problematik (Monaghan 2001). Typologier kan bidra till föreställningar om att de människor som dopar sig, gör det av en enda anledning och att de saknar förmåga att fatta rationella beslut; det vill säga att de gör något som 'normala' människor aldrig skulle göra. Under 2000-talet har starka argument för behovet av en breddad förståelse också växt fram och etablerats på forskningsfältet. Thualagant (2012) menar till exempel att det finns ett behov att dekonstruera förståelsen för fitnessdopning. Hon förespråkar mer sociologiskt inspirerade studier och perspektiv där dopning sätts i relation till olika föreställningar om kön och samhällsliga processer av medikalisering (se även Andreasson, 2015; Fincoeur m.fl. 2015). I linje med detta har även Christiansen m.fl. (2017) fastslagit att mediebeskrivningar, såväl som forskning, har tenderat att reproducera en förenklad och sensationslysten bild av fitnessdopning. De menar att en nyanserad förståelse för de som dopar sig är en nödvändig förutsättning för ett effektivt och pedagogiskt antidopningsarbete och erbjuder därför en teoretisk typologi som utgörs av fyra typer av brukare: Expert-typen, Välmående-typen, YOLO-typen och Idrotts-typen.

När det gäller expert-typen förstås dopning som en del av ett tillämpat vetenskapsprojekt och ofta bygger användandet på en fascination kring preparatens effekter på människan fysiologi och den kunskap om och kontroll av kroppen som individen kan utveckla. Välmående-typen är mindre resultatorienterad, tar vissa risker, men är framförallt involverad för att se bra ut och må bra. YOLO-typen (you-only-live-once) omfamnar risker och spänning och strävar ständigt efter nya upplevelser. Idrotts-typen använder i huvudsak dopning för att kunna konkurrera och prestera på tävlingar i till exempel bodybuilding eller bodyfitness. Även om det finns en stor variation både inom och mellan dessa typer, kan de ändå användas som verktyg för att fånga upp en del av den variationsrikedom som står att finna när det gäller fitnessdopning. Samtidigt finns det även här en viss risk att typologier överanvänds och bidrar till en förenklad förståelse för motiv och vägar till dopning. Detta blir tydligt när vi närmar oss begrepp såsom identitet och subjektivitet, som då tenderar att ses som statiska och isolerade fenomen, snarare än relationella och kopplade till sociala möten och kulturella kontexter (Andreasson & Johansson 2014).

Ambitionen att bidra med en diversifierad syn på fitnessdopning kommer också till uttryck i olika kvalitativa studier. Monaghan (2001) har till exempel studerat de psykologiska och sociala dimensionerna av dopning inom bodybuilding (se även Sagoe m.fl. 2014; Kimegård 2015). Liokaftos (2018) har utifrån ett kultursociologiskt perspektiv intresserat sig för framväxten av drogfri bodybuilding (natural bodybuilding) – som en distinkt kropps kultur inom den etablerade och dopningsinfluerade 'vanliga'

bodybuildingen. På olika sätt har dessa studier därmed bidragit till att lösa upp alltför förenklade förståelser av bodybuilding som ett homogent och subkulturellt fenomen i relation till en bredare fitnesskultur i allmänhet, och av fitnessdopning i synnerhet (se Andreasson & Johansson 2020).

I relation till fitnesskulturens globala utbredning och expansion har förekomsten av dopning konstaterats i studier genomförda i olika delar av världen, till exempel i Europa, Nordamerika, Brasilien, Förenade Arabemiraten och Iran. När det gäller frågan om prevalens och tillgänglighet är forskningen inte entydig (se till exempel Bergsgard m.fl. 1996; Kryger Pedersen, 2010; Brennan m.fl. 2017). I en studie utförd på Cypern fann till exempel forskare att 11,6 procent av besökarna på 22 olika gymanläggningar använde steroider (Kartakoullis m.fl., 2008), medan dessa siffror i Sverige förefaller ha varit lägre och legat runt 4–5 procent (Hoff 2013; se även Leifman m.fl. 2011; Statens Folkhälsoinstitut 2011; CAN 2017). Studier har ofta betonat betydelsen av det kulturella sammanhanget när det gäller fitnessdopning och i en undersökning som genomfördes på 18 olika gym i Förenade Arabemiraten kom Al-Falasi m.fl. (2008) fram till att så många som 59 procent av gymbesökarna tyckte att riskerna med att använda steroider uppvägdes av de möjligheter/effekter som preparaten erbjöd. Samtidigt finns det studier som pekar på en minskning vad gäller fitnessdopning. En ungdomsenkät som årligen distribueras i USA visar till exempel att användningen av steroider under 2017 hade minskat till 1,2 procent, från att ha varit nästan tre gånger så hög i början av 2000-talet (Johnston m.fl. 2018; se även Sagoe m.fl. 2014).

5. Dopning och genus

Det har ofta argumenterats för att den sociokulturella miljön, det vill säga den typ av mentalitet och de socialiseringsprocesser som kommer till uttryck i gym- och fitnesskulturen, är central för att förstå fitnessdopning. Tidigt kom forskning, såväl som den offentliga debatten, att handla om manliga kroppsbyggare, deras riskbeteende och vilja att experimentera med olika preparat för att bygga muskler och maskulinitet (Gaines & Butler 1974; Klein 1993). Olika kultursociologiska studier beskriver en subkultur, delvis inom den bredare fitnesskulturen, där kroppsbyggande män (och vissa kvinnor) använder dopning för att skapa extraordinära kroppar (Monaghan 2001; Mogensen 2011; Locks & Richardson 2012; Liokaftos 2017). Överhuvudtaget har forskningsläget gjort gällande att en av de främsta orsakerna till dopning kan knytas till mäns önskan att bygga muskler, prester och konstruera maskulinitet. I relation till detta har forskare förstätt fitnessdopning som en slags överkonformitet och ett centralt inslag i en dominerande, så kallad hegemonisk maskulinitet (Connell 1995). Fitnessdopning har också betraktats som ett uttryck för en föräldrad och osäker hypermaskulinitet, genom vilken en

inre osäkerhet kan kompenseras med ett stort yttre (Klein 1993; Lentillon-Kaestner & Ohl 2011). På senare år har också perspektiven på dopning och genus breddats. I en etnografisk studie av svenska män som använder dopning visar till exempel Andreasson (2015) både på hur användare befäster traditionella genuskonfigurationer och hur de ibland ifrågasätter traditionella könsnormer och heteronormativa föreställningar (se även Thualagant 2012). Denna studie inkluderar också en problematisering av hur den muskulösa maskuliniteten kan förstås i relation till andra maskulina positioner, som bland annat berör tankar om faderskap, familjeliv och försörjansvar genom lönearbete.

Vad gäller intresset för kvinnor och fitnessdopning har forskare främst fokuserat på kvinnliga bodybuilders (McGrath & Chanie-Hill 2009). Som fenomen introducerades kvinnlig bodybuilding i slutet av 1970-talet och under 1980- och 1990-talet kunde väldefinierade och muskulösa kvinnliga kroppar vinna ett visst erkännande inom gymkulturen och i den offentliga diskussionen. I samband med att kvinnlig bodybuilding etablerades, kom också frågor om dopning att aktualiseras (Klein 1993; Roussel m.fl. 2010). Gradvis bjöds kvinnor in i den mansdominerade subkulturen kring bodybuilding och anammade till viss del den gällande drogkulturen (Liokaftos 2018). Denna typ av genusöverträdelser går dock sällan obemärkta förbi (Richardson 2008). McGrath & Chanie-Hill (2009) förklarar:

Kritiska feminister, postmodernister och sportsociologer beskriver hur kvinnliga bodybuilders balanserar motsägelsefulla krav på muskelutveckling med förväntningar kring en normativ femininitet. Denna balansakt inbegriper att reglera muskelstorlek för att undvika att bli stämplad som ”för stor”, ”manlig” eller lesbisk (...) genom kroppsteknologier såsom bröstförstoringar, plastikkirurgi och kvinnligt kodade frisyrer. Kläder och accessoarer används också för att motverka ”maskuliniserande” effekter av användande av steroider eller minskad bröstvävnad.

Forskning visar att könsdimensionen är central i förståelsen för fitnessdopning (Andreasson & Johansson 2014) och att kunskapsläget gällande kvinnors erfarenheter är begränsat (Evans-Brown & McVeigh 2009; Van Hout & Hearne 2016). Studier har också visat att medan män haft tillgång till subkulturella miljöer i vilka de kunnat komma i kontakt med och diskutera dopning i decennier (Smith & Stewart 2012; Monaghan 2012), har kvinnor i huvudsak saknat denna typ av stödjande sociala gemenskaper (Griffet 2000; Van Hout & Hearne 2016). Bunsell (2013) diskuterar detta i termer av en slöja av hemlighetsmakeri och tabu, genom vilken kvinnor bagatelliserat sin användning och varit tvungna att förlita sig på att andra (läs män) ska vägleda dem. På grund av den kulturhistoriska alliansen mellan muskler och maskulinitet har kvinnor också varit mer benägna att använda preparat som ansetts mindre maskulina, såsom tillväxthormoner, efedrin och clenbuterol

(Jespersen 2012). Även om muskelökning också är av vikt har studier visat att kvinnors motiv till dopning snarare handlat om viktminskning och att få en ungdomligare hud, förbättrad sömn och läka en skada (Baker m.fl. 2006). Dessa mönster kan naturligtvis också förstås i relation till de eventuella biverkningar som olika substanser har och hur dessa relaterar till förståelsen för kön.

6. Prevention

I slutet av 1980-talet, när dopning framställdes som ett växande folkhälsoproblem, pressades politiker att agera. Resultatet blev den svenska dopningslagen (1991:1969). I kölvattnet av en stärkt lagstiftning utformades också olika preventiva insatser. Bland annat kan vi se ett relativt omfattande polisiärt arbete och införandet av obligatorisk undervisning i grundskolan om dopningens skadliga effekter (Skolverket, 2011). En organisation som specifikt arbetar med prevention i gym- och fitnesskontexten är PRODIS (Prevention av Dopning i Sverige), som utvecklat ett interventionsprogram som titulerats 100% Ren Hårdträning.

100% Ren Hårdträning syftar till att minska användningen av och tillgången på anabola androgena steroider (AAS) och andra dopningspreparat bland tränande på träningsanläggningar. Detta sker genom att träningsanläggningar utvecklar ett långsiktigt förebyggande arbete mot dopning i samverkan med berörda aktörer på området, framförallt mellan träningsbranschen, polisen, Riksidrottsförbundet distriktsidrottsförbundet (DF), Länsstyrelsen, kommunen och landstinget. (PRODIS, 2018)

Avsikten med interventionsprogrammet är att stödja olika gym i arbetet med att utveckla sina egna lokala antidopningsplaner och -policies. Genom utbildning, diplomering och samverkande kunskapsutbyte vill man skapa en uppsättning värderingar gällande dopning som inte bara riktar sig till de som använder preparaten, utan till alla som befinner sig i gymsammanhang. PRODIS beskriver också att man i en uppföljande mätning bland tränande på gym, som arbetat med arbetsmetoden 100% ren hårdträning under åren 2010–2014, kunde se att andelen män som uppgav att de använt anabola androgena steroider (AAS) någon gång i livet halverats från 4 procent till 1,7 procent (Rehman Wigstad, 2015). Det är dock svårt att avgöra om det är PRODIS arbete som bidragit till dessa förändringar eller om de påkallats av andra orsaker (se även Bates m.fl. 2017).

7. Slutsatser och kunskapsluckor

Den historiska och kulturella omvandling som präglar gym- och fitnesskulturen är central för att vi ska kunna förstå dagens utmaningar med fitnessdopning. Liksom fitnesskulturen är dopningsdemografin föränderlig. Tillsammans med ett ökat fokus på kroppen och dess konstitution (bland både kvinnor och män), samt lättillgänglighet vad gäller olika former av preparat, inte minst över internet, har fitnessdopning kommit att betraktas som ett växande folkhälsoproblem i många västerländska länder (Van Hout & Hearne 2016; Christiansen, 2018). Att ta genvägen, ’för att bli allt man kan bli’ kan för många vara ett frestande alternativ i en individualiserad prestationskultur, där kroppen och dess konstitution sätts i första rummet. Efter att ha korsat/överskridit vad som kan beskrivas som olika hinder, som att bryta mot lagen, investerar den som använder dopning successivt i subkulturella värden och miljöer, samtidigt som de är del av en mer övergripande hälsorörelse som idealiseras i samhället. Vägarna till dopning är komplexa och kan förstås på olika nivåer.

För det första har vi frågan om identitet och genus, som i forskningssammanhang lyfts fram som högst relevant för vägarna till dopning. Bland annat betonas den muskulösa maskuliniteten som en given katalysator för dopning. Om detta finns det gott om studier och analyser visar också att muskelprofilering varit formativ för utvecklandet av olika preventionskampanjer riktade till (potentiella) brukare. Däremot har andra maskulina positioner inte undersökts i någon större utsträckning. Vad gäller kvinnors bruk är kunskapsläget än mer begränsat. I relation till gymkulturens omvandling och popularisering saknas det i stort forskning som utifrån en nyansrik dopningsdemografi (vad gäller kroppsliga ideal, olika träningsformer, ålder, kön med mera) analyserar olika så kallade triggers för dopning. Den typen av kunskap borde vara central för utvecklandet av nya preventionsstrategier riktade till såväl gymbesökare generellt som till brukare specifikt.

För det andra, är det av vikt att här betona det nationella och kulturella sammanhanget. Att använda dopning är förbjudet enligt svensk lag, varför involvering medför en reell risk för lagliga och sociala sanktioner. Individens förhandlingar kring valet att använda eller inte använda dopning i sin träning görs därmed till en fråga om subkulturell tillhörighet och ett identitetsskapande som utmanar samhällets normer och värderingar. I forskningssammanhang har fitnessdopning ofta diskuterats just i termer av subkultur, kriminalitet, avvikande beteende, samt satts i skarp kontrast till statens folkhälsoarbete. Konstruktionen av fitnessdopning som ett socialt problem har också införlivats i den svenska läroplanen, vilket närmast skapat en linjär relation mellan lagen om förbud mot vissa dopningsmedel som utvecklades under tidigt 1990-tal – och drev fram här-

dare straff mot dopning – och det antidopningsarbete som genomförts i utbildningssystemets regi (Skolverket 2011). Som berörs i denna text kan det emellertid vara problematiskt med en dualistisk positionering, där dopning kopplas samman med subkulturell tillhörighet och kontrasteras med det som betraktas som majoritetssamhällets position (jfr Christiansen 2018).

Slutligen, sökandet efter kunskap om möjliga genvägar till önskvärda resultat (genom till exempel dopning) kan också förstås som del av gym- och fitnesskulturens utveckling och globalisering. Kryger Pedersen (2010) placerar till exempel denna utveckling inom ramen för det moderna samhällets medikalisering, som karaktäriseras av en rationalitet som säger att 'läkemedlen ger snabba och enkla lösningar på olika fysiska problem varför det är logiskt att dra nytta av dem'. Denna medikaliseringsprocess har också tillhandahållit potenta verktyg och mätinstrument för att kontrollera och i detalj övervaka kroppens hälsotillstånd. Implicit inbyggt i processen är den gradvisa förskjutningen

av individens perspektiv på dopning, från dess koppling till moraliska och kanske romantiserade ideal om 'fair-play' inom sport (Dimeo & Hunt 2012; Dimeo & Møller 2018), till en vetenskaplig och medicinsk diskurs där kroppen, genom minutiös övervakning, rätt kost, hård träning och (olagliga) preparat, ses som något som kan förändras och förädlas (Andreasson & Johansson 2014; Christiansen 2018). Istället för att förstå vägarna till och från dopning i termer av antingen/eller, innebär denna perspektivförskjutning att dopning alltmer analyseras i termer av sociala och kulturella processer. Vidare är de kulturella sammanhangens betydelser och de förhandlingar som sker i skärningspunkten mellan subkulturella tillhörigheter och tankar om att leva vad som betraktas ett vanligt liv, ett område för vidare forskning. I termer av antidopning landar detta ytterst i frågan om hur framtida preventionsutveckling ska kunna möta en föränderlig dopningsdemografi och hur den ska gestaltas – genom kontroll eller dialog eller en kombination av de båda.