



SLOVAK
ANTI-DOPING
AGENCY



PRÍRUČKA PRE ŠPORTOVCA

PLATNÁ OD 1.1. 2021

„Sny sa plnia ťažko,
ale len s čistým
telom a myslou to
môžeš dokázať!“

PETRA VLHOVÁ | zjazdová lyžiarka

www.antidoping.sk



„Vo futbale nie je dôležitá výhra za každú cenu, v športe aj v živote si je každý strojcom svojho vlastného šťastia.“

PETER ČÖGLEY | futbalista

POVEDZ DOPINGU NIE!

Informácie v tejto publikácii majú informačný charakter. Upozorňujeme tiež, že kategórie zakázaných látok a zakázaných metód v tejto príručke sa môžu meniť. V prípade rozporu medzi informáciami obsiahnutými v tejto príručke a Svetovým antidopingovým kódexom a príslušnými medzinárodnými normami má prednosť Kódex. Najaktuálnejšie informácie nájdete na našich webových stránkach na adrese www.antidoping.sk alebo www.zakazanelatky.sk.

Športovci a sprievodný personál pre športovcov zohrávajú rozhodujúcu úlohu pri ochrane integrity športu na všetkých úrovniach. Úloha Antidopingovej agentúry SR je založená na základnej pravde, že všetci športovci si zaslúžia príležitosť súťažiť za čistých a rovnakých podmienok, kde výsledky akejkolvek súťaže určí talent a tvrdá práca. SADA sa snaží zabezpečiť, aby žiadneho športovca nikdy nepodviedol iný športovec, ktorý užíva látky zvyšujúce výkonnosť. Táto príručka je navrhnutá tak, aby poskytovala športovcom súhrn informácií potrebných pre pochopenie antidopingového programu.

Antidopingová agentúra SR (SADA) je zriadená Ministerstvom školstva, vedy, výskumu a športu ako oficiálna antidopingová organizácia pre všetky športy v Slovenskej republike. SADA začala svoju činnosť 1. januára 2009 a je samostatným právnym subjektom vo forme štátnej príspevkovej organizácie so špecifickým zameraním, ktorej poslaním je zachovávať integritu športu a chrániť práva športovcov.

Ako signatár Svetového antidopingového kódexu (Kódex) SADA dodržiava všetky medzinárodné normy vydané Svetovou antidopingovou agentúrou (WADA) s cieľom harmonizovať antidopingové hnutie po celom svete. Svetový antidopingový kódex bol prvýkrát implementovaný v roku 2004 a následne je upravovaný a dopĺňaný približne každých šesť rokov (2009 a 2015). Posledná verzia Kódexu je platná od 1. januára 2021.

„Antidoping nie je len o dopingovej kontrole. Tá by mala byť až tým posledným krokom. Antidoping je o fair play, čistej hre a spravodlivosti pre všetkých. Čoraz viac sa mi potvrdzuje, že edukácia a prevencia dokážu častokrát viac, ako samotná represia. Všetkým športovcom želim veľa športových úspechov, pevne verím, že všetci spoločne hovoríme doping u jednoznačné NIE.“

PaedDr. Žaneta Csáderová, PhD.
riaditeľka SADA

ZOZNAM ZAKÁZANÝCH LÁTOK

WADA každý rok zverejňuje Zoznam zakázaných látok, ktorý identifikuje látky a metódy, ktoré sú trvalo zakázané, zakázané počas súťaže alebo pri konkrétnych športoch.

Antidopingová agentúra Slovenskej republiky v súlade so zmením Svetového antidopingového kódexu WADA, Medzinárodného dohovoru proti dopingingu v športe UNESCO a Dohovoru proti dopingingu Rady Európy zverejňuje Zoznam zakázaných látok.

<https://antidoping.sk/zakazane-latky-a-tue>

Ako sa látka alebo metóda dostane na zoznam zakázaných látok?

Látka alebo metóda je zahrnutá do Zoznamu, ak spĺňa aspoň dve z nasledujúcich troch kritérií:

- Má potenciál zvýšiť alebo zvyšuje športový výkon.
- Predstavuje reálne alebo potenciálne zdravotné riziko pre športovca.
- Porušuje športového ducha.

Podľa definície v Kódexe je športový duch oslava ľudského ducha, tela a mysle. Je to podstata olympizmu a odráža sa v hodnotách, ktoré nachádzame v športe a prostredníctvom neho, vrátane zdravia, etiky, fair play, čestnosti, charakteru, radosti, tímovej práce, odhodlania, rešpektovania pravidiel a vlastného ja a ďalších podobných hodnôt. Ďalšie informácie nájdete v článku 4.3.1 Kódexu WADA 2021.

Databáza: www.zakazanelatky.sk

Vyznať sa v toľkom množstve zakázaných látok nie je pre športovcov jednoduché. Práve preto sme sa rozhodli pripraviť databázu liekov, ktorá má športovcom pomôcť zistiť či lieky, ktoré užívajú, obsahujú látky zakázané trvalo, počas súťaže alebo sú povolené. Jedná sa o online webovú stránku www.zakazanelatky.sk, ktorá po zadaní názvu alebo zložky lieku zobrazí ľahko dostupné informácie o stave daného lieku. V databáze sú zahrnuté aj niektoré voľne predajné lieky. Databáza neobsahuje informácie o výživových doplnkoch, pretože sú spojené s nespoľahlivými výrobnými a hodnotiacimi postupmi. Ak športovec nenájde cez www.zakazanelatky.sk obchodnú značku svojho lieku, môže vyhľadať aj účinné látky uvedené na štítku s liekmi, čo je často potrebné v prípade nachladnutia, chrípky a iných podobných voľne predajných liekov.

Na stránke www.antidoping.sk môžu športovci nájsť informácie o mnohých rizikách spojených s výživovými doplnkami, ako aj rastúci zoznam doplnkov, ktoré boli označené ako vysoko rizikové.

Ak potrebujete ďalšiu pomoc, obráťte sa prosím na tím SADA, aby ste zistili či je liek, doplnok alebo prísada v športe zakázaná skôr, ako sa ich rozhodnete použiť. Oslovte tím SADA e-mailom na adresu office@antidoping.sk.

Súhrn zdravotných a bezpečnostných údajov o zakázaných látkach

Táto časť poskytuje odpovede na bežné otázky týkajúce sa zdravotných a bezpečnostných rizík spojených s látkami a metódami uvedenými v Zozname zakázaných látok. Podrobnosti poskytuje podľa kategórie, ako je uvedené v zozname. Poskytuje tiež informácie týkajúce sa zákonného lekárskeho použitia látok.

PREHĽAD TRVALO ZAKÁZANÝCH LÁTOK

SO. NEZAVEDENÉ LÁTKY

Táto kategória sa týka látok, ktoré nerieši žiadna z ďalších častí zoznamu a ktoré v súčasnosti nie sú schválené žiadnym vládny regulačným úradom pre zdravie na humánne terapeutické použitie [napríklad lieky v predklinickom alebo klinickom vývoji, ukončené návrhy liekov a látky schválené iba na veterinárne použitie].

S1. ANABOLICKÉ LÁTKY

Anabolické androgénne steroidy [AAS] sú najviac zneužívanými látkami zvyšujúcimi výkon budovaním svalovej sily a hmoty. V súčasnosti sú vďaka vedeckému pokroku v dopingových analýzach vo vzorkách športovcov ľahko detegovateľné steroidy ako testosterón, stanozolol, oxandrolón alebo nandrolón.

Aké sú niektoré potenciálne vedľajšie účinky zneužívania anabolických steroidov?

Fyziologické a psychologické vedľajšie účinky anabolických steroidov môžu byť všeobecného charakteru alebo môžu byť špecifické, respektíve odlišné u žien a u mužov.

Fyziologické vedľajšie účinky

- Akné
- Mužská plešivosť
- Poškodenie pečene
- Predčasná uzavretie rastových centier dlhých kostí (u dospievajúcich), čo môže mať za následok spomalený rast

Psychologické vedľajšie účinky

- Zvýšená agresivita a sexuálny apetít, niekedy vyúsťujúce do neobvyklého sexuálneho a kriminálneho správania
- Ukončenie užívania anabolických steroidov môže byť spojené s depresiou

Špecifické vedľajšie účinky u mužov

- Vývoj prsného tkaniva
- Zmenšenie semenníkov
- Impotencia
- Zníženie produkcie spermií

Špecifické vedľajšie účinky u žien

- Prehĺbenie hlasu
- Zastavenie vývoja prsníkov
- Rast vlasov na tvári, bruchu a hornej časti chrbta
- Zväčšený klitoris
- Poruchy menštruačného cyklu

S2. PEPTIDOVÉ HORMÓNY, RASTOVÉ FAKTORY, PRÍBUZNÉ LÁTKY A MIMETIKÁ

Niektoré látky v tejto kategórii sa môžu použiť aj v prípade niektorých ochorení ako je erythropoetín [EPO] pri liečbe anémie a ľudský rastový hormón [hGH] pri nedostatku rastového hormónu u mladých športovcov. No mnohé látky v tejto kategórii sú experimentálne a nemajú legitímne terapeutické použitie.

Aké sú potenciálne vedľajšie účinky a zdravotné riziká tejto kategórie?

- Hypertenzia [ESA/hGH]
- Rakovina krvi/leukémia [ESA/hGH]
- Anémia [ESA]
- Mŕtvica [ESA]
- Infarkt
- Plúcna embólia [ESA]
- Feminizácia [hCG]
- Problémy so štítnou žľazou [hGH]

S3. BETA-2 AGONISTY

Hlavné lekárske použitie týchto zlúčenín je liečenie ochorení ako astma a iné ochorenia dýchacích ciest. Antidopingový status beta-2 agonistov závisí od typu lieku, spôsobu podania, či sa používa v kombinácii s iným liekom a dávkovania. Štyri inhalované beta-2 agonisty [salbutamol, salmeterol, formoterol a vilanterol] sú povolené na inhaláciu do určitých medzných dávok a je nevyhnutné, aby športovci pred použitím ktoréhokoľvek z beta-2 agonistov skontrolovali platný Zoznam zakázaných látok a metód.

Aké sú niektoré potenciálne vedľajšie účinky beta-2 agonistov?

- Zrýchlená srdcová frekvencia
- Bolesť hlavy
- Potenie
- Nevoľnosť
- Svalové kŕče
- Nervozita

S4. HORMONÁLNE A METABOLICKÉ MODULÁTORY

Hormonálne antagonisty sú látky, ktoré modifikujú hormonálne funkcie. Špecifické triedy hormonálnych antagonistov a modulátorov sú zakázané, napríklad:

- Inhibítory a modulátory aromatázy
- Selektívne modulátory estrogénových receptorov (SERMs)
- Látky modifikujúce funkciu myostatínu
- Ostatné antiestrogénne látky [napríklad klomifén]
- Inzulín a inzulínové mimitiká
- Meldónium, trimetazidín, AICAR

Aké sú niektoré potenciálne vedľajšie účinky a zdravotné riziká hormonálnych a metabolických modulátorov?

- Dramatická zmena hladiny cukru v krvi [inzulín]
- Narušenie endokrinného systému [klomifén]
- Poškodenie pečene [AICAR]
- Nerovnováha cholesterolu [inhibítory aromatázy]
- Poruchy a tras motorických funkcií [trimetazidín]

S5. DIURETIKÁ A MASKOVACIE LÁTKY

Primárne lekárske použitie týchto zlúčenín je liečba stavov ako hypertenzia, ochorenie obličiek a niektoré ochorenia srdca. Zakázané sú aj expandéry krvej plazmy (napr. intravenózne podanie albumínu, dextransu, hydroxyetylškrobu a manitolu).

V tejto kategórii sú niektoré terapeutické podania povolené, napríklad lokálne podanie do oka. Použitie diuretiká alebo maskovacích látok v spojení s inhaláciou beta-2 agonistov ovplyvňuje povolené dávky pre inhalátory. Športovci by mali pred použitím AKÝCHKOL'VEK liekov skontrolovať stránku www.zakazanelatky.sk a následne konzultovať užívanie liekov prostredníctvom uvedeného kontaktného formulára alebo priamo kontaktovať SADA prostredníctvom e-mailu office@antidoping.sk.

Aké sú potenciálne vedľajšie účinky a zdravotné riziká zneužívania diuretiká?

- Dehydratácia
- Závraty alebo mdloby
- Svalové kŕče
- Srdcová arytmia v dôsledku vyčerpania draslíka

PREHĽAD LÁTKOK ZAKÁZANÝCH IBA POČAS SÚŤAŽE

S6. STIMULANCIA

Primárne lekárske použitie týchto látok je liečenie stavov, ako sú poruchy pozornosti, astma, narkolepsia a obezita.

Aké sú možné vedľajšie účinky a zdravotné riziká pri užívaní stimulancií?

- Nespavosť
- Úzkosť
- Úbytok hmotnosti
- Závislosť
- Dehydratácia
- Trasenie
- Zvýšená srdcová frekvencia a krvný tlak
- Zvýšené riziko mŕtvice, srdcového infarktu a srdcovej arytmie

Môžu voľne predajné lieky obsahovať stimulanty?

Áno, zakázané stimulanty, ako je pseudoefedrín, levometamfetamín, propylhexedrín a epinefrín sa môžu nachádzať vo voľne predajných liekoch ako sú lieky na alergiu, prechladnutie a chrípku alebo nosové spreje či inhalátory. Ďalšie stimulanty možno nájsť v doplnkoch výživy, ako sú pred-tréningové pumpy a iné doplnky sľubujúce nabitie organizmu. Športovci by sa mali ubezpečiť, že neužívajú lieky s pseudoefedrínom počas alebo 24 hodín pred súťažou.

Výživové doplnky môžu tiež obsahovať zakázané stimulanty ako je metylhexanámín a oxilofrín, tiež známy ako metylsynefrín. Nezabudnite navštíviť stránku www.antidoping.sk, kde nájdete ďalšie informácie.

S7. NARKOTIKÁ

Ak sú narkotiká správne dávkované, majú lekárske využitie napríklad na zmiernenie alebo zvládnutie silnej bolesti.

Aké sú možné vedľajšie účinky a zdravotné riziká narkotík?

Aj keď sa užívanie narkotík spája s pocitmi eufórie alebo psychologickú stimuláciu, zneužitie narkotík môže predstavovať vážne zdravotné riziká. Patria sem:

- Falošný pocit neporazitelnosti
- Nevoľnosť a zvracanie
- Zvýšený prah bolesti a neschopnosť rozpoznať zranenie
- Znížená srdcová frekvencia
- Fyzická alebo psychická závislosť
- Útlm dýchania
- Smrť

Čo mám robiť, ak sú pri úraze potrebné lieky proti bolesti?

Navštívte stránku www.zakazanelatky.sk alebo www.globaldro.com, ak ste v zahraničí. Vždy môžete kontaktovať tím SADA, ktorý vám so všetkým pomôže (office@antidoping.sk).

S8. KANABINOIDY

Kanabinoidy [kanabis, hašiš, marihuana, syntetické THC] sú počas súťaže zakázané, bez ohľadu na právny status v mieste konania súťaže. Kanabimimetiká [JWH-018, JWH-073, U-210] sú taktiež zakázané. Napriek tomu, že kanabidiol [CBD] nie je zakázaný,

športovci by mali byť mimoriadne opatrní, pretože je takmer nemožné získať čistý CBD extrakt alebo olej z rastliny konope. Každý, kto si kupuje CBD olej, extrakt alebo iný produkt CBD, by mal predpokladať, že ide o zmes CBD a iných zakázaných kanabinoïdov, ako je THC.

Telo absorbuje THC, ktoré je psychoaktívnou zložkou konope a rozkladá ho na metabolity. THC a jeho metabolity sa môžu hromadiť v telesnom tuku a tkanivách a vylučovať sa do moču po dlhšiu dobu po použití, v závislosti od metabolizmu používateľa a ďalších faktorov.

Aké sú možné vedľajšie účinky a zdravotné riziká pri užívaní marihuany?

- Zvýšená srdcová frekvencia
- Zhoršená krátkodobá pamäť
- Skreslený pojem o čase a priestore
- Znížená schopnosť koncentrácie
- Spomalená koordinácia a reflexy
- Zmeny nálad
- Zhoršené myslenie a čítanie s porozumením
- Ochorenia dýchacích ciest spôsobené fajčením alebo vapovaním

S9. GLUKOKORTIKOIDY

Hlavné lekárske použitie týchto látok je liečba alergií, astmy, zápalových stavov a kožných ochorení a ďalších chorôb pohybového aparátu.

Glukokortikoidy sa často nachádzajú v inhalátoroch na liečbu astmy, v očných alebo ušných kvapkách, krémoch, intramuskulárnych alebo intraartikulárnych injekciách a nosových sprejoch.

Antidopingový status glukokortikoidov závisí od liečby a spôsobu podania. Glukokortikoidy, ako je kortizón a prednizón, sú zakázané počas súťaže, keď sa užívajú orálne, intramuskulárne, intravenózne alebo rektálne. Športovci by mali pred použitím akýchkoľvek glukokortikoidov skontrolovať stránku www.zakazanelatky.sk.

Aké sú niektoré z možných vedľajších účinkov glukokortikoidov?

- Úbytok svalovej hmoty a hustoty kostí
- Oslabenie poranených oblastí svalov, kostí, šliach alebo väzov
- Zníženie alebo zastavenie rastu u mladých ľudí
- Potlačenie imunitného systému

PREHĽAD LÁTKO ZAKÁZANÝCH V KONKRÉTNÝCH ŠPORTOCH

BETA-BLOKÁTORY

Hlavné lekárske použitie beta-blokátorov je liečba hypertenzie, srdcových arytmií, angíny pectoris [silné bolesti na hrudníku], migrény a nervových ochorení alebo stavov úzkosti.

Beta-blokátory sú zakázané počas súťaže iba v nasledujúcich športoch a mimo-súťažne podľa uvedenia: lukostrelba [WA]*, automobily [FIA], biliard [WCBS], šípky [WDF], golf [IGF], strelba [ISSF, IPC]*, lyžovanie/snowboarding [FIS], skoky na lyžiach, akrobatické lyžovanie/rampa, rampa na snowboard/big air a športové potápanie [CMAS].

* Zakázané aj mimosúťažne

Aké sú potenciálne vedľajšie účinky beta-blokátorov?

- Mdloby alebo strata vedomia
- Poruchy spánku
- Znížená srdcová frekvencia
- Astmatický záchvat

PREHĽAD ZAKÁZANÝCH METÓD

Manipulácia s krvou alebo krvnými zložkami

Krvný doping je zakázaná metóda zvyšovania dostupnosti kyslíka pre tkanivá. Krvný doping sa používa na umelé zvýšenie počtu červených krviniek v tele transfúziou vlastnej krvi [autológa transfúzia] alebo krvi od darcov podľa krvnej skupiny [homológa transfúzia]. Konečným výsledkom je, že množstvo hemoglobínu [množstvo červených krviniek v krvi] sa na určitý čas zvýši a premietne sa do potenciálu zvýšenej výdrže, pracovného zaťaženia a zotavenia.

Aké sú zdravotné riziká krvného dopingu?

Zvýšenie počtu červených krviniek do kardiovaskulárneho systému môže spôsobiť, že krv bude viskóznjšia [hustejšia] a srdce bude prepracované. Osoba s už zahustenou krvou je vystavená väčšiemu riziku dehydratácie. Umelé zvýšenie počtu červených krviniek predstavuje riziká:

- Zvýšenie tlaku na srdce a preťaženie kardiovaskulárneho systému
- Patologický rast srdca
- Porucha zrážania krvi
- Mŕtvica
- Nepriaznivá imunitná odpoveď, vrátane anafylaktickej reakcie, ktorá by mohla mať za následok smrť
- Navyše, pri transfúziách existuje zvýšené riziko infekčných chorôb, ako je AIDS alebo hepatitída

CHEMICKÁ A FYZIKÁLNA MANIPULÁCIA

Chemická a fyzická manipulácia je neoprávnená manipulácia alebo pokus o manipuláciu so vzorkou s cieľom zmeniť jej integritu pomocou intravenózných infúzií alebo postupného odoberania, manipulácie a opätovnej infúzie celej krvi alebo ďalších tekutín.

GÉNOVÝ A BUNKOVÝ DOPING

Génový doping je použitie normálnych alebo geneticky modifikovaných buniek, prenos nukleových kyselín alebo sekvencií nukleových kyselín alebo použitie látok, ktoré priamo alebo nepriamo ovplyvňujú funkcie, o ktorých je známe, že ovplyvňujú výkon zmenou gébovej expresie. Väčšina technológií prenosu génov je stále v experimentálnych fázach. Dlhodobé účinky zmeny genetického materiálu nie sú známe, aj keď počas experimentov došlo k niekoľkým úmrtiam.

INTRAVENÓZNE (IV) INFÚZIE, RESP. INJEKcie

Intravenózne infúzie, resp. injekcie v množstve viac ako 100 ml za 12 hodín sú zakázané, s výnimkou tých, ktoré sú oprávnené podané v priebehu nemocničnej liečby, chirurgických zákrokov alebo klinických diagnostických vyšetrení. Malé množstvá intravenózných injekcií [do 100 ml] nie sú zakázané, pokiaľ nie je podávaná látka zakázaná.

IV infúzie, resp. injekcie poskytované prostredníctvom lekárskeho služieb na mieste ambulatného ošetrovania, ambulancií, ordinácie lekára, domácich návštev, mobilných IV klinik atď. sú zakázané, ak prekročia limit 100 ml za 12 hodín a nespĺňajú kritériá pre TUE. Núdzové TUE budú zohľadnené iba za výnimočných okolností. Majte na pamäti, že zdravie a pohoda športovca musia v mimoriadnych prípadoch vždy zostať prioritou.

TERAPEUTICKÁ VÝNIMKA

Počas kariéry športovca môže vzniknúť situácia, keď má legitímnu lekársku potrebu použiť zakázanú látku alebo metódu. Webová stránka www.zakazanelatky.sk umožňuje športovcom online vyhľadávať štatút zakázania odporúčaného lieku a je prispôbená pre mobilné zariadenia.

Ak je odporúčaný liek zakázaný, športovci v Národnom registri pre testovanie a Základnom registri pre testovanie by mali pred podaním lieku podať žiadosť o Terapeutickú výnimku (TUE), ktorá umožňuje športovcom uspokojiť ich zdravotné potreby, pričom dodržia antidopingové pravidlá. Všetci ostatní športovci, vrátane rekreačných športovcov, by mali predložiť SADA formulár na predbežnú kontrolu TUE (tue@antidoping.sk), aby zistili či sa TUE vyžaduje.

Po udelení je TUE platná iba na národnej úrovni. Ak sa športovec stane medzinárodným športovcom alebo súťaží na medzinárodnej úrovni, TUE nebude platná, pokiaľ nebude uznaná príslušnou medzinárodnou športovou federáciou. Ak medzinárodná športová federácia odmietne uznať TUE športovca, potom je prítomnosť, použitie, držanie alebo podávanie zakázanej látky alebo zakázanej metódy zakázané. Ak si nie ste istí, na akej úrovni športovca ste, môžete kontaktovať SADA.

SADA tiež poskytuje rýchlu telefonickú konzultáciu ohľadom zakázaných látok pre kontrolu liečiv s odborníkom, ktorý je k dispozícii na zodpovedanie akýchkoľvek ďalších otázok, ktoré môže športovec mať na telefónnom čísle **+421 918 803 668** alebo e-mailom na adresu office@antidoping.sk. Ak potrebujete TUE, odovzdajte príslušnú žiadosť spolu so všetkou požadovanou lekárskou dokumentáciou najmenej 30 dní pred plánovanou súťažou prostredníctvom systému ADAMS.

Popri žiadosti musí SADA dostať celú zdravotnú dokumentáciu relevantnú pre danú diagnózu, pretože nezávislá komisia pre udeľovanie TUE musí byť schopná dosiahnuť rovnakú diagnózu a dospieť k rovnakému liečebnému plánu ako lekár športovca. Najbežnejším dôvodom oneskorených alebo zamietnutých TUE je nedostatok lekárskej dokumentácie alebo nejasná diagnóza. Predpis lekára nie je dostatočným dôvodom na získanie TUE.

Ak chcete získať viac informácií o TUE a procese podávania žiadosti, navštívte stránku www.antidoping.sk/tue. Všetky TUE sa hodnotia v súlade s Medzinárodnou normou WADA pre TUE (ISTUE).

Ako požiadať o TUE?

1. Vytlačte a s ošetrovujúcim lekárom vyplňte formulár žiadosti o TUE, ktorú Vám vygeneruje systém ADAMS.
2. Poskytnite lekársku dokumentáciu na podporu používania zakázanej látky alebo metódy (úplná a komplexná anamnéza, diagnóza, symptómov, stratégií manažmentu, laboratorné výsledky a jasné vyhlásenie lekára, ktoré naznačuje, prečo použitie povolených alternatív nie je účinné pri liečbe príznakov).
3. Vyplnenú žiadosť o TUE a lekársku dokumentáciu vložte priamo do systému ADAMS.
4. SADA bude kontaktovať športovca po prijatí žiadosti o TUE, a môže trvať až 21 kalendárnych dní od prijatia úplnej žiadosti, kým komisia pre TUE vydá rozhodnutie.

Ak je TUE schválená, športovec dostane certifikát s uvedením dĺžky schválenia pre zakázanú látku, resp. metódu. Doba platnosti TUE sa v jednotlivých prípadoch líši. Všetky lekárske informácie predložené agentúre SADA zostávajú dôverné.

POZNÁMKA: V zriedkavých prípadoch, keď je pre urgentné ošetrovanie potrebné použiť zakázanú látku alebo metódu, musí športovec podať žiadosť o TUE s úplnou lekárskou dokumentáciou z urgentného príjmu čo najskôr po liečbe. Núdzové ošetrovanie by sa nemalo odopierať, pretože zdravie športovca zostáva najvyššou prioritou. V takýchto prípadoch bude núdzová žiadosť o TUE posúdená Komisiou pre udeľovanie TUE po ukončení liečby v súlade s WADA ISTUE.

VÝŽIVOVÉ DOPLNKY

Žiadna organizácia, vrátane SADA, nemôže zaručiť obsah alebo bezpečnosť akýchkoľvek výživových doplnkov. V dôsledku toho športovci pri užívaní doplnkov vždy preberajú určité riziko pozitívneho testu na zakázané látky.

Športovci sú prísne zodpovední za látky, ktoré konzumujú, vrátane tých, ktoré konzumujú prostredníctvom výživových doplnkov. Pre športovcov, ktorí uvažujú o použití doplnkov, je veľmi dôležité poznať potenciálne riziká, ktoré s tým súvisia, vrátane:

- Pozitívneho výsledku antidopingového testu
- Negatívnych a potenciálne nebezpečných zdravotných problémov

Športovci si tiež musia uvedomiť, že výrobcovia môžu nesprávne označiť zakázané látky na štítkoch alebo môžu na štítkoch úplne vynechať zakázané látky. Keďže regulácia výživových doplnkov je obmedzená, kontrolné úrady neanalyzujú bezpečnosť, účinnosť ani obsah doplnkov pred ich predajom spotrebiteľom.

Buďte informovaným spotrebiteľom

- Športovci by mali vždy preskúmať výrobcu daného produktu. Nikdy nepoužívajte výrobok, pokiaľ ste neskontrolovali jeho zložky v Zozname zakázaných látok a úplne nezistili zdroj tohto výrobku. Ak máte akékoľvek otázky, pred použitím produktu sa vždy obráťte na SADA.
- Nikdy neužívajte pilulky, kapsuly, prášky, nápoje, injekcie alebo iné výrobky, ktoré z obalu vybral niekto iný ako vy.
- Pri zvažovaní užívania látok z obchodov s výživovými doplnkami, obchodov s vitamínmi a od online dodávateľov buďte mimoriadne opatrní.
- Buďte si vedomí marketingových označení a nikdy nepoužívajte produkty, ktoré sľubujú úbytok hmotnosti, zvýšenie sexuálnej výdrže, rast svalov, prirodzené zvýšenie testosterónu alebo energie pred tréningom.
- Je riskantné používať výrobky od predajcu, ktorý tiež predáva výrobky obsahujúce zakázané látky, predáva kulturistom alebo podáva extrémne tvrdenia o výhodách produktu zvyšujúceho výkon.
- Nikdy by sa nemal používať žiadny produkt, ktorý je inzerovaný iba na výskumné účely alebo nie je určený na humánne užitie.

DOPLNKY VÝŽIVY V ŠPORTE

SADA v spolupráci s farmáciou pripravila vzdelávací program zameraný na doplnky výživy. Hlavným zámerom je informovať o funkčnosti jednotlivých skupín výživových preparátov z pohľadu vedy a výskumu. Pre viac informácií navštívte našu stránku:

<https://antidoping.sk/vyzivove-doplanky>

NEBEZPEČNÉ VÝŽIVOVÉ DOPLNKY

SADA pripravila zhrnutie niektorých výživových doplnkov, ktoré obsahujú zakázané látky. Túto tabuľku priebežne dopĺňame. Pre viac informácií navštívte našu stránku:

<https://antidoping.sk/nebezpecne-vyzivove-doplanky>

SÚHRN ZAKÁZANÝCH LÁTKOK

	ANABOLICKÉ LÁTKY Trvalo zakázané	PEPTIDOVÉ HORMÓNY A PRÍBUŽNÉ LÁTKY Trvalo zakázané	BETA-2 AGONISTY Trvalo zakázané	HORMONÁLNE A METABOLICKÉ MODULÁTORY Trvalo zakázané	DIURETIKÁ A MASKOVACIE LÁTKY Trvalo zakázané	STIMULANCIA A KANABINOIDY Zakázané počas súťaže	NARKOTIKÁ A GLUKOKORTIKOIDY Zakázané počas súťaže	MANIPULÁCIA S KRVOU ALEBO KRVNÝMI ZLOŽKAMI Trvalo zakázané	CHEMICKÁ A FYZIKÁLNA MANIPULÁCIA Trvalo zakázané	GÉNOVÝ A BUNKOVÝ DOPING Trvalo zakázané	
Príklady	<ul style="list-style-type: none"> • Testosterón • Nandrolón • Stanozolol • Androsténdión • Stanozol • Dehydroepian-drosterón • Mesterolón • Selektívne modulatory androgénnych receptorov [SARMs] 	<ul style="list-style-type: none"> • Rastový hormón [hGH] • Erytropoetín [EPO] • Inzulínu podobný rastový faktor 1 [IGF-1] • Peptidy uvoľňujúci rastový hormón [GHRPs] • Choriogonadotropín [CG], luteinizačný hormón [LH], iba u mužov • Kortikotropíny 	<ul style="list-style-type: none"> • Salbutamol • Formoterol • Salmeterol • Klenbuterol • Terbutalín • Fenoterol • Bambuterol • Higenamín • Vilanterol • Indakaterol 	<p>Inhibitory aromatázy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aminoglutetimid • Anastrozol <p>Selektívne modulatory estrogénových receptorov [SERMs] a iné antiestrogénne látky:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tamoxifén <p>Metabolické modulatory:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inzulín • Meldónium 	<ul style="list-style-type: none"> • Furosemid • Hydrochlorotiazid • Probenecid • Spironolaktón 	<p>Stimulancia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adrenalín • Amfetamín • Metylfenidát • Kokain • Efedrín • Modafinil • Fenetylamín • Katín <p>Kanabinoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marihuana • Hašiš 	<p>Narkotiká:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Morfín • Heroín • Fentanyl a jeho deriváty • Oxykodón <p>Glukokortikoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Betametazón • Prednizolón • Kortizón • Prednizón 	<ul style="list-style-type: none"> • Krvný doping – zvýšenie počtu červených krviniek [transfúzia vlastnou alebo cudzou krvou rovnakej krvnej skupiny] 	<ul style="list-style-type: none"> • Manipulácia, falšovanie alebo pokus o falšovanie za účelom porušiť integritu a platnosť vzoriek odobratých pri dopingových kontrolách • Intravenózne infúzie a/alebo injekcie v objeme viac ako 100 ml počas 12 hodín 	<ul style="list-style-type: none"> • Génový doping je neterapeutické použitie buniek, génov alebo genetických elementov na reguláciu génovej expresie s cieľom zvýšiť športový výkon 	
Dôvod zneužívania	<ul style="list-style-type: none"> • Budovanie svalovej hmoty • Zvýšenie sily • Urýchlenie regenerácie 	<ul style="list-style-type: none"> • V kombinácii s anabolikami na zvýšenie sily a svalovej hmoty • Zvýšenie transportu kyslíka a zlepšenie vytrvalosti [EPO] • Zlepšenie glukózového metabolizmu [hGH/IGF-1] 	<ul style="list-style-type: none"> • Zvýšenie dýchacej kapacity 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhibitory aromatázy bránia premene testosterónu na estrogén • SERMs bránia účinkom estrogénu • Inzulín zvyšuje príjem glukózy a aminokyselín do buniek 	<ul style="list-style-type: none"> • Rýchle zníženie hmotnosti • Zriedenie moču • Zníženie koncentrácie zakázaných látok v moči 	<p>Stimulancia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zníženie únavy • Zvýšenie koncentrácie • Zvýšenie seba-vedomia • Stimulácia kardiovaskulárneho a dýchacieho systému <p>Kanabinoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eufória • Zmiernenie bolesti 	<p>Narkotiká:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zníženie vnímania bolesti • Zlepšenie nálady <p>Glukokortikoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zníženie vnímania bolesti • Zníženie únavy 	<ul style="list-style-type: none"> • Hematokrit [pomer krvných elementov k celkovému objemu krvi] sa zvýši a krv tak dokáže transportovať do tkanív viac kyslíka 	<ul style="list-style-type: none"> • Umyselné riedenie alebo manipulácia vzoriek s cieľom zníženia detegovateľnosti zakázaných látok 	<ul style="list-style-type: none"> • Stimulácia endogénnych hormónov 	
Liečebné použitie	<ul style="list-style-type: none"> • Zvýšenie hmotnosti pri AIDS a rakovine • Substitučná liečba hypogonádizmu • Ťnaskorená puberta u mužov • Osteoporóza • Dedičný angioedém 	<ul style="list-style-type: none"> • EPO-zlyhanie obličiek, anémia • hGH – poruchy rastu • CG – hypogonádizmus 	<ul style="list-style-type: none"> • Liečba astmy a iných respiračných ochorení 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhibitory aromatázy – rakovina • SERMs a antiestrogénne látky – rakovina, osteoporóza • Inzulín – diabetes 	<ul style="list-style-type: none"> • Choroby obličiek • Srdcové zlyhanie • Edémy • Hypertenzia 	<ul style="list-style-type: none"> • Porucha aktivity a pozornosti [ADHD] • Astma • Narkolepsia • Ťbezita <p>Kanabinoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zmiernenie bolesti • Nevoľnosť pri chemoterapii 	<p>Narkotiká:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zmiernenie silnej bolesti – operácie, zranenia, rakovina • Premedikácia pred anestéziou <p>Glukokortikoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alergia • Zápal • Astma 	<ul style="list-style-type: none"> • Transfúzie krvi 	<ul style="list-style-type: none"> • Legitímne lekárske indikácie pre infúzie a injekcie 	<ul style="list-style-type: none"> • Liečba genetických porúch 	
Veďfajšie účinky	<ul style="list-style-type: none"> • Agresivita • Poškodenie pečene • Rakovina • Poruchy zrážania krvi <p>Ženy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maskulinizácia • Poruchy menštruačného cyklu • Zmenšenie prsníkov <p>Muži:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Impotencia • Neplodnosť • Gynekomastia 	<ul style="list-style-type: none"> • Hypertenzia [hGH/EPO] • Infarkt [EPO/hGH] • Akromegálie [hGH] • Cukrovka [hGH] • Feminizácia u mužov [CG] • Mrtvica [EPO] • Plúcna embólia [EPO] 	<ul style="list-style-type: none"> • Hypertenzia • Poruchy srdcového rytmu • Nevoľnosť • Bolesť hlavy a závraty • Svalové kŕče 	<ul style="list-style-type: none"> • Poškodenie pečene, osteoporóza, vypadávanie vlasov (inhibitory aromatázy) • Kožné vyrážky, trombóza poškodenie pečene, [SERMs a antiestrogénne látky] • Búšenie srdca, diabetes [inzulín] 	<ul style="list-style-type: none"> • Ťžká dehydratácia • Nadmerné zníženie hmotnosti • Svalové kŕče • Hypotenzia • Elektrolytová nerovnováha • Nedostatok draslíka • Poruchy srdcového rytmu 	<ul style="list-style-type: none"> • Ťžká dehydratácia • Nadmerné zníženie hmotnosti • Svalové kŕče • Hypotenzia • Elektrolytová nerovnováha • Nedostatok draslíka • Poruchy srdcového rytmu 	<p>Stimulancia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nespavosť • Agresivita • Závislosť • Kŕče • Vysoký krvný tlak • Mrtvica • Srdcový infarkt <p>Kanabinoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Psychotické stavy • Poruchy koordinácie • Dezorientácia 	<p>Narkotiká:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Halucinácie • Únava • Hypotenzia • Zníženie mentálnej aktivity • Závislosť <p>Glukokortikoidy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osteoporóza • Chronická únava • Hypertenzia • Zníženie imunity 	<ul style="list-style-type: none"> • Zvýšené množstvo červených krviniek zvyšuje riziko vzniku trombózy a mozgovej príhody. • Riziko prenosu infekčných chorôb ako napr. AIDS alebo hepatitídy 	<ul style="list-style-type: none"> • Komplikácie pri podaní infúzie a/alebo injekcie: hematóm, vzduchová embólia, zápal žily, infekcia 	<ul style="list-style-type: none"> • VŤ závisia od konkrétnej génovej manipulácie (napr. príznaky podobné chrípke, zvýšené riziko mozgovej príhody a srdcového infarktu, riziko vzniku nádoru)

DOPINGOVÁ KONTROLA

Antidopingový program SADA vykonáva súťažné testovanie [počas súťaže], ako aj testovanie bez oznámenia, mimo súťaže, aby pomohol chrániť práva čistých športovcov a maximalizoval nepredvídateľnosť a efektívnosť testovania.

Súťažné testovanie

Štandardnou definíciou pre „súťažné testovanie“ je obdobie začínajúce o 23:59 v deň pred súťažou, ktorej sa má športovec zúčastniť, a to až do konca tejto súťaže a procesu odberu vzoriek súvisiacich s touto súťažou.

Mimosúťažné testovanie

Mimosúťažné testovanie je definované ako testovanie vo všetkých ostatných časoch a na rôznych miestach, napríklad doma alebo na tréningu. Športovci môžu byť 365 dní v roku podrobení odberu a analýze moču a krvi. Dopingová kontrola sa môže uskutočniť kedykoľvek a kdekoľvek. Proces odberu vzoriek je navrhnutý tak, aby bol pre športovcov bezpečný, dôsledný a čo najpohodnejší.

Nasledujúce informácie poskytujú prehľad o priebehu dopingovej kontroly s dôrazom na postupy, ktoré môžu športovci očakávať pri poskytovaní vzorky, ako aj práva a povinnosti športovca.

„Paperless“ odber vzoriek

Ak ste športovcom medzinárodnej úrovne, pravdepodobne ste sa už stretli s takým priebehom dopingovej kontroly, kedy sa formulár dopingovej kontroly nevyplnil klasicky papierovo, ale prostredníctvom tabletu. Aj SADA plánuje v dohľadnej dobe plne prejsť na takúto formu realizácie záznamu z dopingovej kontroly. Bezpapierový odber vzoriek poskytuje vynikajúce zabezpečenie a umožňuje športovcom prístup k vlastným údajom o testovaní prostredníctvom systému ADAMS.

Výber

Existuje mnoho dôvodov, prečo môže byť športovec vybraný na testovanie, vrátane:

- fyzických požiadaviek športu
- prínosu, ktorý by športovec získal z dopingu v danom športe
- histórie dopingu v danom športe, resp. disciplíne

Celý výber a testovanie športovcov sa vykonáva v súlade s Medzinárodnou normou WADA pre testovanie a vyšetrovanie (ISTI).

„Vítazstvo dosiahnuté férovou cestou ťažkého tréningu je náročné, ale na konci dňa také víťazstvo chuti najlepšie!“

JAKUB GRIGAR | vodný slalomár



Nasledujúce informácie poskytujú prehľad o procese odberu vzoriek. Dopingovú kontrolu môže vykonať SADA, iná národná antidopingová organizácia, medzinárodná športová federácia alebo aj súkromné firmy akreditované WADA.

Aj keď testovanie na prítomnosť zakázaných látok nemusí byť najpríjemnejšou súčasťou kariéry športovca, pre globálny boj za čistý šport je veľmi dôležité. Účastou na antidopingovom programe sa športovci snažia prispieť k ochrane integrity súťaže.

ODBER MOČU

1. Výber športovca

Dopingová kontrola môže byť vykonaná kedykoľvek a kdekoľvek. Dopingový komisár (DCO) alebo asistent notifikuje športovca a požiada ho o poskytnutie preukazu totožnosti s fotografiou.

2. Oznámenie

Dopingový komisár/asistent oboznámi športovca, že bol vybraný na dopingovú kontrolu a informuje ho o jeho právach a povinnostiach. Po oznámení musí športovec zostať pod priamym dohľadom DCO alebo asistenta. Športovec by sa mal okamžite hlásiť v miestnosti dopingovej kontroly [súťažne] alebo na vhodnom mieste [mimo-súťažne], pokiaľ nemá pádne dôvody na oneskorenie.

3. Stanica dopingovej kontroly

Športovec sa má dostať tak skoro, ako je to možné. Oneskorenie je možné z dôvodu vyhlásenia výsledkov alebo dokončenia tréningu. Komisár sprevádza športovca od oznámenia dopingovej kontroly až po jej ukončenie.

4. Zberná nádoba

Športovec má na výber z troch jednotlivito uzatvorených zberných nádob. Jednu si vyberie, skontroluje a má vybranú odberovú súpravu pod dozorom.

5. Poskytnutie vzorky

Počas odovzdávania vzorky je v miestnosti prítomný len športovec a komisár dopingovej kontroly. Pred odberom si športovec umyje ruky čistou vodou a je vyzvaný, aby zabezpečil voľný výhľad pri odovzdávaní vzorky. Športovec odovzdá vzorku moču v objeme minimálne 90 ml pod priamym dohľadom DCO alebo svedka odberu rovnakého pohlavia. Maloletým športovcom sa odporúča, aby ich sprevádzal zástupca podľa vlastného výberu. Ak je objem vzorky nižší ako 90 ml, športovec použije na odovzdanie zvyšného moču ďalšiu zbernú nádobu [nádoby].

6. Rozdelenie vzorky

Športovec si vyberie jednu z troch súprav, skontroluje ju a overí čísla fliaš a uzáverov s číslom na obale podľa pokynov dopingového komisára. 30 ml naleje do fľašky B, zostávajúci moč do fľašky A. Malé množstvo sa ponechá v zbernej nádobe na zmeranie špecifickej hustoty moču. Moč do fliašiek nalieva športovec sám. DCO nebude počas postupu manipulovať so žiadnym vybavením, pokiaľ o to nepožiadá športovec. V prípade neúplnej vzorky si DCO ponechá zapečatenú čiastočnú vzorku pod dohľadom. V opačnom prípade športovec priamo sleduje a kontroluje svoju vzorku, kým nie je uzavretá.

7. Utesnenie vzorky

Obe fľaše so vzorkami [A, B] utesňuje športovec sám. Spolu s komisárom potom overia či sú správne zatvorené.

8. Špecifická hmotnosť

DCO skontroluje špecifickú hmotnosť na základe zvyšnej vzorky. Ak vzorka nie je v požadovanom rozmedzí hodnôt, možno požiadať o odber ďalšej vzorky.

9. Formulár dopingovej kontroly

Športovec uvádza všetky lieky, injekcie, krvné transfúzie, resp. výživové doplnky, ktoré užil v oficiálnom formulári dopingovej kontroly. Nakoniec má možnosť športovec uviesť akékoľvek pripomienky k celému priebehu dopingovej kontroly.

DCO sa opýta na súhlas športovca s výskumom. Keď sa športovec dobrovoľne rozhodne prispieť svojou vzorkou do antidopingového výskumu, celá identifikácia sa odstráni, aby vzorku nebolo možné nikdy identifikovať späť ku konkrétnemu športovcovi. Túto anonymnú vzorku je potom možné použiť v rôznych antidopingových výskumných projektoch. Súhlas športovca s použitím jeho vzorky na antidopingový výskum nemá vplyv na výber ani frekvenciu testovania.

10. Ukončenie dopingovej kontroly

Športovec by mal pred podpisom dôkladne skontrolovať celý formulár dopingovej kontroly, aby sa ubezpečil, že uvedené informácie sú správne. Osobné údaje športovca sa nenachádzajú na dokumentácii, ktorá ide spolu so vzorkou do laboratória. Laboratórium hlási všetky výsledky na základe jedinečných číselných kódov vzoriek, aby sa zabezpečila ochrana a anonymita športovca. Športovec potom dostane e-mailom („paperless“) alebo priamo do ruky kópiu celej dokumentácie. Vzorka môže byť kedykoľvek predmetom dlhodobého uchovávanía a ďalšej analýzy.

ODBER KRVI

Vzorky odobraté SADA možno analyzovať na zakázané látky alebo metódy, resp. nepriame biomarkery dopingu vrátane tých, ktoré sa používajú v biologickom pase športovca.

Proces odberu krvi veľmi pripomína proces odberu moču, ktorý bol opísaný vyššie a nie je nezvyčajné poskytnúť vzorku moču aj krvi počas jedného odberu vzoriek. Predstavuje niekoľko rozdielov a procesov, ktoré môžete očakávať:

- Odber krvi vykonáva akreditovaný komisár pre odber krvi (BCO), na Slovensku to môže byť iba lekár alebo zdravotná sestra.
- Športovec musí pred poskytnutím vzorky krvi zostať sedieť 10 minút.
- BCO vyberie oblasť, zvyčajne nedominantnú ruku, z ktorej bude odoberať krv. Je nepravdepodobné, že by množstvo odobratej krvi, ktoré predstavuje približne dve polievkové lyžice, mohlo ovplyvniť športový výkon.
- Športovec dostane ďalšie doplňujúce otázky týkajúce sa odberov krvi, ktoré sú dôležité pre analýzu biologického pasu športovca. Môžu sa ich napríklad pýtať na vystavenie vysokým nadmorským výškam alebo extrémnym prostrediam, nedávne cvičenie alebo stratu krvi.

Možné vedľajšie účinky

Odber krvi umožňuje antidopingovej agentúre detekciu látok a metód, ktoré nie je možné stanoviť v moči. Komisári pre odber krvi používajú sterilné vybavenie a počas odberu krvi dodržiavajú prísne hygienické opatrenia, aby sa minimalizovalo riziko infekcie. Komplikácie alebo nepriaznivé účinky na zdravie pri odbere krvi sú zriedkavé, ale môžu zahŕňať mdloby, závraty, krvácanie, modriny alebo opuchy v mieste vpichu (hematóm), bolesť, poranenie nervov, infekciu a arteriálnu punkciu alebo tržnú ranu. Reakcie v mieste vpichnutia, ako sú modriny alebo opuchy, je možné minimalizovať pôsobením konštantného tlaku v mieste odberu najmenej päť minút, vyhýbaním sa namáhavému cvičeniu najmenej 30 minút a pridržaním obväzu najmenej dve hodiny. Ak ste niekedy v minulosti zažili komplikácie alebo nepriaznivé účinky na zdravie v dôsledku odberu krvi, upozorníte na to BCO pred začiatkom odberu krvi.

AKO SA VYBERAJÚ ŠPORTOVCI NA TESTOVANIE POČAS SÚŤAŽE ALEBO PODUJATIA?

Plány súťažného testovania sú primárne vypracované na základe koordinácie s každým národným riadiacim orgánom a často sa vytvárajú v súlade s pravidlami medzinárodnej federácie. Športovci môžu byť vybraní na testovanie na základe rôznych kritérií, napríklad podľa umiestnenia alebo náhodným výberom (žrebovaním).

AKO SA VYBERAJÚ ŠPORTOVCI NA MIMO-SÚŤAŽNÉ TESTOVANIE?

Plán mimo-súťažného testovania SADA je navrhnutý tak, aby strategicky maximalizoval zdroje pridelené na testovanie na základe konkrétnych faktorov v súlade s Medzinárodnou normou pre testovanie a vyšetrovanie. Testy sa potom uskutočňujú počas celého roka, keď je testovanie mimo súťaže najefektívnejšie, a to podľa výberových kritérií a údajov, vrátane výsledkov z predchádzajúcich a aktuálnych udalostí alebo svetového a národného rebríčka.

Pre zachovanie efektívneho antidopingového programu si SADA vyhradzuje právo testovať športovcov kedykoľvek a kdekoľvek.

AKO JE ŠPORTOVEC INFORMOVANÝ O TESTOVANÍ?

Dopingový komisár alebo jeho asistent upozorní športovca o jeho výbere na dopingovú kontrolu a ukáže mu svoje poverenie. Športovec potom bude vyzvaný, aby písomne potvrdil vo formulári oznámenia športovca, že bol vybraný na dopingovú kontrolu. DCO alebo jeho asistent môže informovať športovcov kedykoľvek a na akomkoľvek mieste, vrátane ich domova, tréningového zariadenia/práce, školy atď. Ak športovec odmietne poskytnúť vzorku, vzťahuje sa na neho štvorročná sankcia za porušenie antidopingového pravidla.

DCO alebo jeho asistent bude mať športovca pod priamym dohľadom a bude ho sprevádzať celý čas, kým sa neprihlási v stanici dopingovej kontroly (počas súťaže) alebo na vhodnom mieste (mimo súťaže), kde dokončí proces odberu vzoriek.

KEDY A KDE SA ŠPORTOVEC HLÁSI NA TESTOVANIE?

Testovanie počas súťaže:

Športovec, jeho zástupca (ak je to relevantné) a asistent DCO sa ihneď hlásia v stanici dopingovej kontroly, pokiaľ nie je oprávnený dôvod na oneskorenie príchodu do stanice dopingovej kontroly.

Príklady oprávneného oneskorenia príchodu:

- ✓ medailový ceremoniál
- ✓ rozhovor s médiami
- ✓ lekárske ošetrenie
- ✓ „warm up“ a „cool down“
- ✓ účasť na ďalších súťažiach
- ✓ zabezpečenie zástupcu športovca, resp. tlmočníka

Mimo-súťažné testovanie:

Počas odberu vzoriek sa ako stanica pre dopingovú kontrolu použije bezpečné, zabezpečené a súkromné miesto (napr. domov alebo tréningové zariadenie). Dokumentácia odberu vzoriek sa môže začať na počiatočnom mieste oznámenia.

Môžu športovci po upozornení na testovanie jesť a piť tekutiny?

Po oznámení by mal DCO poradiť športovcovi, že ak sa pred odberom vzorky rozhodne konzumovať jedlo alebo tekutiny, robí to na svoje vlastné riziko. DCO by mal taktiež športovcovi odporučiť, aby sa nadmerne nehydratoval, pretože by to mohlo oddialiť odovzdanie vhodnej vzorky.

Aký druh informácií sprevádza vzorku moču, resp. krvi do laboratória?

Každá vzorka zaslaná do laboratória akreditovaného WADA sa odosiela aj s kópiou formuláru dopingovej kontroly, v ktorom sú však uvedené len informácie relevantné k analýze vzorky. Osobné údaje športovca sa do laboratória neposielajú.

Informácie poskytnuté laboratóriu:

- pohlavie športovca
- typ testu (súťažný alebo mimo-súťažný)
- šport a disciplína športovca
- typ vzorky (moč, krv) a požadované laboratórne informácie o vzorke (objem, špecifická hmotnosť, čas uzavretia)
- číselný kód vzorky, ktorý sa zhoduje s číslami na súprave na odber vzoriek
- lieky a doplnky užívané počas predchádzajúcich siedmich dní
- názov orgánu pre testovanie, orgánu pre odber vzoriek a orgánu pre nakladanie s výsledkami

Po výbere na testovanie majú športovci právo na:

- zástupcu sprevádzajúceho športovca počas celého procesu dopingovej kontroly
- tlmočníka, ak je k dispozícii
- absolvovanie tréningu alebo iných aktivít pod dohľadom dopingového komisára alebo jeho asistenta (mimo súťaže)
- vysvetlenie priebehu dopingovej kontroly športovcovi
- žiadosť o predloženie poverenia na testovanie športovca
- výber zbernej nádoby a súpravy na odber vzoriek
- kópiu úplnej dokumentácie odberu vzoriek použitej na zdokumentovanie spracovania vzorky športovca
- poskytnutie spätnej väzby a pripomienok k priebehu dopingovej kontroly
- z platných dôvodov požiadať o oneskorenie hlásenia v stanici dopingovej kontroly (súťažné testovanie)
- ak je športovec zdravotne znevýhodnený, požiadať o úpravy.

Počas dopingovej kontroly sú športovci zodpovední za:

- ✓ súlad s postupom odberu vzoriek
- ✓ okamžité hlásenie v stanici dopingovej kontroly, pokiaľ nie sú opodstatnené dôvody pre oneskorený príchod
- ✓ preukázanie dokladom totožnosti s fotografiou v čase oznámenia
- ✓ neustále priame sledovanie DCO alebo jeho asistentom od okamihu oznámenia do ukončenia odberu vzoriek
- ✓ kontrolu nad vzorkou, až kým nie je uzavretá vo fľašiach na odber vzoriek (DCO môže na požiadanie pomôcť)
- ✓ kontrolu, že vo formulári dopingovej kontroly je uvedené správne číslo vzorky
- ✓ kontrolu, že bola všetka príslušná dokumentácia pre odber vzoriek vyplnená správne

SADA WHEREABOUTS PROGRAM

Hlavným cieľom SADA je zabezpečiť efektívny systém mimo-súťažného testovania. Dôležitým nástrojom distribučného plánu testovania je Národný Register testovaných športovcov (NRTP) a Základný register testovaných športovcov (BTP). Na športovcov v týchto dvoch skupinách sa vzťahujú odlišné požiadavky a kritériá, čo sa týka informovania o mieste pobytu. V nasledujúcich častiach sú uvedené rôzne požiadavky pre každú skupinu.

Aspoň raz ročne musí športovec v ktorejkoľvek skupine absolvovať aj online vzdelávací antidopingový kurz, ktorý poskytuje základné informácie týkajúce sa antidopingových požiadaviek pre športovcov NRTP a BTP.

Národný a Základný register testovaných športovcov

Športovci, ktorí boli informovaní o svojom zaradení do registra pre testovanie SADA (NRTP a BTP), sú zodpovední za neustále udržiavanie aktuálnych a presných informácií

o mieste pobytu. Informácie o mieste pobytu športovca sa používajú výhradne na efektívne mimo-súťažné testovanie, ktoré je základným nástrojom antidopingového programu. Poskytovanie dôkladných a presných informácií o mieste pobytu nám pomáha chrániť čistý šport.

Ako bude športovec vedieť, či je v NRTP alebo BTP SADA?

Kritériá pre výber do NRTP a BTP stanovuje SADA. Športovci dostanú e-mailové upozornenie, ako aj oznámenia o tom, kedy je potrebné vyplniť miesta pobytu.

Ako dlho môže športovec podliehať požiadavkám registru pre testovanie?

Ak športovec už nespĺňa požiadavky na zaradenie do príslušného registra alebo písomne oznámil ukončenie svojej kariéry SADA, národnému športovému zväzu alebo medzinárodnej federácii, bude e-mailom informovaný o vyradení z registra, ako aj dátume, ku ktorému už nemusí poskytovať informácie o svojom mieste pobytu.

Aký športovec môže byť zaradený do NRTP a BTP?

- ✓ Športovci zaradení do Registra pre testovanie medzinárodnej športovej federácie.
- ✓ Športovci národnej úrovne vybraní SADA ako vhodní adepti na zaradenie do registra.
- ✓ Sankcionovaní športovci.
- ✓ Športovci, ktorí ukončili športovú kariéru a následne sa chcú vrátiť k športovej činnosti.

Aké sú požiadavky na informovanie o mieste pobytu pre športovcov v NRTP a BTP?

- ✓ Štvrtročne vyplňať informácie o mieste pobytu v nasledujúcich termínoch: 20. marec, 20. jún, 20. september a 20. december
- ✓ Požadované informácie zahŕňajú: 60-minútové časové okno na každý deň, dennú polohu športovcov, miesto prespávania, miesta a časy tréningov, súťaže, ďalšie pravidelne plánované aktivity (napríklad škola alebo miesto výkonu práce).
- ✓ Udržiavať informácie o mieste pobytu aktualizované, keď sa menia miesta a plány.

Ako sú športovci informovaní o mimo-súťažnom testovaní?

- ✓ Dopingoví komisári SADA použijú poskytnuté informácie o mieste pobytu na vykonanie mimo-súťažnej dopingovej kontroly. Ak športovec nie je dostupný na uvedenom mieste, DCO môže (ale nie je to jeho povinnosť) zavolať športovcovi počas posledných piatich minút 60-minútového časového intervalu. Pre upresnenie, telefonný kontakt je na potvrdenie nedostupnosti športovca, nie na vyhľadanie športovca na testovanie.
- ✓ Športovci môžu byť testovaní kedykoľvek, aj mimo svojho 60-minútového časového úseku.
- ✓ Športovci musia byť na uvedenom mieste počas celého 60-minútového časového úseku.

Čo sa stane, ak športovci nespĺnia požiadavky NRTP a BTP?

- ✓ Športovci v NRTP podliehajú povinnosti poskytovať informácie o mieste pobytu. Športovec môže byť informovaný o chybe pri vyplňaní miest pobytu. Napríklad, že neuviedol požadované informácie alebo ich neuviedol do stanoveného termínu, prípadne uviedol nepresné alebo nedostatočné informácie alebo je nedostupný na testovanie na uvedenom mieste.
- ✓ Ak športovec nie je k dispozícii na testovanie počas uvedeného 60-minútového časového úseku, môže mu byť udelený čierny bod za tzv. „missed test“.
- ✓ Tri chyby pri poskytovaní informácií o mieste pobytu ako je nevyplnenie, resp. nezastihnutie športovca na testovanie v priebehu 12 mesiacov sa považujú za porušenie antidopingových pravidiel, za čo môže byť športovcovi udelený až dvojiročný zákaz činnosti.

Požiadavky na NRTP, vyplnenie informácií o mieste pobytu

Podľa Medzinárodnej normy pre testovanie a vyšetrovanie (ISTI) a podľa pravidiel SADA o vyplňaní informácií o mieste pobytu je športovec zaradený do NRTP alebo BTP zodpovedný za informovanie o svojom mieste pobytu. Je potrebné, aby športovci poskytovali presné a úplné štvrtročné informácie týkajúce sa poskytovania informácií o mieste pobytu.

Na zabezpečenie súladu s požiadavkami o informovaní o mieste pobytu sú športovci povinní:

- ✓ Uviest presné a úplné údaje o mieste svojho pobytu.
- ✓ Kompletné informácie o mieste pobytu zahŕňajú: denne miesto prespávania, miesta a časy tréningov, súťaže, ďalšie pravidelne plánované aktivity, ako sú napríklad škola, resp. pracovné miesta, 60-minútový časový interval [medzi 5:00 a 23:00].
- ✓ Aktualizovať si informácie o mieste pobytu hneď ako sa zmenia ich plány [nečakajte na poslednú chvíľu alebo príchod na nové miesto]. Športovci tiež musia pri pridávaní nového miesta pobytu vymazať staré miesto pobytu.

Ako potvrdiť odoslanie informácií o mieste pobytu?

Športovci využívajú na vkladanie informácií o mieste pobytu online systém ADAMS. SADA poskytne športovcom používateľské meno a heslo na prístup do online systému ADAMS. Ak máte otázky týkajúce sa aktualizácií alebo problémov s používateľským menom alebo heslom, kontaktujte SADA na e-mailovej adrese office@antidoping.sk.

Aktualizácia miest pobytu

Ak sa v priebehu štvrtroka zmení plán športovca zaradeného v NRTP alebo BTP, musí odoslať aktualizáciu čo najskôr. Napríklad, ak sa športovec bude nachádzať na inom mieste, než aké uviedol pri svojich štvrtročných informáciách o mieste pobytu, ako napríklad cestovanie na súťaž, musí aktualizovať už uvedené miesta pobytu.

Rady na vyplňanie informácií o mieste pobytu

- ✓ Športovci sú povinní priebežne aktualizovať uvedené miesta pobytu.
- ✓ Športovci môžu byť testovaní kedykoľvek počas dňa, a to aj mimo svojho 60-minútového časového intervalu.
- ✓ Odchádzate z mesta? Okamžite aktualizujte miesta pobytu. Aj keď nepoznáte adresu ani presné podrobnosti, uveďte čo najskôr aspoň základné informácie ako je štát [mesto] a ďalšie dostupné informácie o polohe vášho miesta pobytu.
- ✓ Športovci majú často chybu pri poskytovaní informácií o mieste pobytu, keď čakajú s aktualizáciou, kým prídu na letisko, do lietadla alebo až keď dorazia na konkrétne miesto. Aktualizujte informácie pred odchodom!
- ✓ Pri aktualizácii údajov nezabudnite pridať dni cesty a odstráňte staré miesta pobytu.
- ✓ Ak sa športovec presťahuje alebo zmení svoje bydlisko alebo tréningové zariadenie, musí tieto údaje aktualizovať.
- ✓ Športovci musia poskytnúť presnú polohu prespávania pre každý deň, odo dňa kedy sú zaradení do registra pre testovanie.
- ✓ Chyby pri poskytovaní informácií o mieste pobytu často vznikajú, keď športovca dopingový komisár hľadá doma, ale dozvie sa, že športovec je v skutočnosti na tréningu, v práci alebo mimo mesta. Nezabudnite uviesť všetky požadované informácie o mieste pobytu v systéme ADAMS.
- ✓ Pri aktualizácii informácií nezabudnite odstrániť všetky informácie, ktoré už nie sú aktuálne.

Povinnosťou športovca je informovať SADA vždy, keď sa zmení jeho harmonogram oproti informáciám poskytnutým pri štvrtročnom vyplňovaní údajov o mieste pobytu, aj keď bola úloha aktualizovať delegovaná na niekoho iného.

Čo predstavuje chybu pri poskytovaní informácií o mieste pobytu?

Chyba pri poskytovaní informácií o mieste pobytu je neposkytnutie informácií o mieste pobytu (tzv. „filling failure“) alebo vynechanie testu (tzv. „missed test“). Chyba pri poskytovaní informácií o mieste pobytu je nahratá v systéme ADAMS, kde si to športovci môžu pozrieť.

Ako môže športovec dostať čierny bod za „missed test“?

Športovci zaradení v NRTP môžu dostať čierny bod za „missed test“ v prípade, že nie sú k dispozícii počas 60-minútového časového úseku na mieste uvedenom v ADAMSe.

Ako môže športovec dostať čierny bod za „filling failure“?

Športovec zaradený v NRTP alebo BTP môže dostať čierny bod za chybu pri poskytovaní informácií, ak:

- ✓ Štvrtročné informácie o mieste pobytu neboli vyplnené do stanoveného termínu.
- ✓ Informácie o mieste pobytu neboli aktualizované včas.
- ✓ Informácie o mieste pobytu sú nepresné alebo neúplné na to, aby bolo možné športovca lokalizovať na testovanie.

Ako bude športovec NRTP alebo BTP informovaný o chybe pri poskytovaní informácií o mieste pobytu?

Športovcom NRTP alebo BTP bude zaslané prvé upozornenie prostredníctvom e-mailu o zjavnej chybe pri poskytovaní informácií o mieste pobytu najneskôr do 7 dní od zistenia chyby. Športovci si tiež môžu zvoliť ďalšiu osobu ako kontakt, aby dostával oznámenia o ich chybe (chýbách) pri poskytovaní informácií o mieste pobytu.

- ✓ Po prijatí oznámenia budú športovci zodpovední za následné chyby pri poskytovaní informácií o mieste pobytu bez ohľadu na to, či následné neposkytnutie zahŕňa rovnaký typ chyby neposkytnutia informácií o mieste pobytu alebo iný typ chyby. Napríklad športovec, ktorého prvá chyba vyplynula z neposkytnutia informácie do stanoveného termínu, bude tiež zodpovedný za druhé neposkytnutie bez ohľadu na to, či to súvisí s pokračujúcim neposkytnutím informácií do nasledujúceho termínu, alebo za iné vynechanie testu alebo chybu pri poskytovaní informácií.
- ✓ Športovci majú možnosť odpovedať na počiatočný list a písomne vysvetliť svoje konanie do 7 dní od prvého oznámenia.
- ✓ Ak je odpoveď doručená, SADA ju posúdi a do 7 dní od prijatia odpovede rozhodne. Športovec je potom informovaný o konečnom rozhodnutí.
 1. Ak športovec neposkytne žiadnu odpoveď, počiatočné rozhodnutie bude potvrdené a športovec bude o tom informovaný.
 2. Ak sa športovec rozhodne napadnúť konečné rozhodnutie o chybe pri poskytovaní informácií o mieste pobytu, môže písomne požiadať o administratívne preskúmanie do 7 dní od posledného oznámenia.
 3. WADA a každá Medzinárodná federácia (IF) má tiež právo odvolať sa proti konečným rozhodnutiam SADA o chybe pri poskytovaní informácií o mieste pobytu.

Pamätajte!

TRI chyby pri poskytovaní informácií o mieste pobytu za 12 MESIACOV budú považované za porušenie antidopingových pravidiel.

PORUŠENIA ANTIDOPINGOVÝCH PRAVIDIEL

Doping, ako je definovaný v Kódexe, je porušenie jedného alebo viacerých z nasledujúcich antidopingových pravidiel:

1. Prítomnosť zakázanej látky alebo jej metabolitov alebo markerov vo vzorke športovca.
2. Použitie alebo pokus o použitie zakázanej látky alebo zakázanej metódy športovcom.
3. Vyhýbanie sa, odmietnutie alebo nepodrobenie sa odberu vzorky športovcom.
4. Neposkytnutie informácií o mieste pobytu [akákoľvek kombinácia troch „missed tests“, resp. „filling failures“, ako sú definované v Medzinárodnej norme pre testovanie a vyšetrovanie, v rámci 12-mesačného obdobia športovcom z registra pre testovanie].
5. Falšovanie alebo pokus o falšovanie ktorejkoľvek časti dopingovej kontroly športovcom alebo inou osobou.
6. Držba zakázanej látky alebo zakázanej metódy športovcom alebo sprievodným personálom športovca.
7. Obchodovanie alebo pokus o obchodovanie s akoukoľvek zakázanou látkou alebo zakázanou metódou športovcom alebo inou osobou.
8. Podanie alebo pokus o podanie akejkoľvek zakázanej látky alebo zakázanej metódy športovcom alebo inou osobou ktorémukoľvek športovcovi počas súťaže, alebo podanie alebo pokus o podanie akejkoľvek zakázanej látky alebo zakázanej metódy, ktoré sú zakázané mimo súťaže, ktorémukoľvek športovcovi v období mimo súťaže.
9. Spoluúčasť alebo pokus o spoluúčasť športovcom alebo inou osobou.
10. Zakázané združovanie športovcom alebo inou osobou, ktorá:
 - Je v období zákazu činnosti.
 - Bola odsúdená mimo športovej oblasti za konanie, ktoré by sa považovalo za porušenie antidopingového pravidla.
 - Odpykáva si trest ako sprostredkovateľ pre jednotlivca, ako je popísané vo vyššie uvedených bodoch.
11. Odrádzanie od oznámenia porušenia úradom alebo odвета za oznámenie porušenia úradom zo strany športovca alebo inej osoby.

Zneužívané látky

Zneužívané látky sú látky, ktoré sú v súťaži zakázané a v spoločnosti mimo-súťažne často zneužívané.

Patria sem:

- ✓ Kokaín [S6. Stimulanty]
- ✓ Heroín [S7. Narkotiká]
- ✓ MDMA [extáza] [S6. Stimulanty]
- ✓ THC [tetrahydrokanabinol] [S9. Kanabinoidy]

Ak majú športovci pozitívny test na niektorú z látok definovaných ako „zneužívané látky“, porušili antidopingové pravidlá. Ak má športovec pozitívny test na prítomnosť návykovej látky a potvrdí sa, že k jej použitiu došlo mimo súťaže a nesúvisel so športovým výkonom, doba zákazu činnosti športovca sa zníži na tri mesiace bez potreby ďalšieho dokazovania miery zavinenia. Obdobie zákazu činnosti sa môže ďalej skrátiť na jeden mesiac za splnenia podmienky, že športovec absolvuje schválený program liečby závislosti od návykovej látky.

Špecifikované a nešpecifikované látky a metódy

Štandardná sankcia za prvé porušenie antidopingových pravidiel všeobecne predstavuje štvorročný zákaz činnosti a odobratie výsledkov za dané súťažné obdobie. Športovec môže dostať zníženú sankciu súvisiacu so „špecifikovanou látkou“.

Na zozname zakázaných látok sú všetky zakázané látky považované za „špecifikovanú látku alebo metódu“, okrem:

- ✓ anabolických látok [skupina S1];
- ✓ peptidových hormónov [skupina S2], ako sú látky stimulujúce erytropoézu, rastový hormón, peptidy uvoľňujúce rastový hormón [GHRP], príbuzné látky a mimetiká;
- ✓ niektorých hormonálnych a metabolických modulátorov, ako napríklad látky modifikujúce funkciu myostatínu a inzulínu;
- ✓ nešpecifikovaných stimulantov.

Všetky zakázané metódy sú nešpecifikované, okrem metód intravenózných infúzií, resp. injekcií [M2.2], ktoré sú špecifikovanými metódami.

Uvedené látky a metódy by sa v žiadnom prípade nemali považovať za menej dôležité alebo menej nebezpečné ako iné dopingové látky alebo metódy. Sú to skôr látky a metódy, ktoré s väčšou pravdepodobnosťou športovec skonzumuje alebo použije primárne na iný účel ako na zvýšenie športového výkonu.

„Ten, kto podvádza, sklamal všetkých, čo v neho veria, ale v prvom rade klame sám seba.“

NAĎA DAABOUSOVÁ | akvabela





„V športe neexistujú žiadne skratky, iba tvrdá robota.
Povedz doping NIE!“

FILIP POLÁŠEK | tenista

OFFICE:	office@antidoping.sk [základná schránka]
ADAMS:	adams@antidoping.sk [ADAMS, monitoring]
TUE:	tue@antidoping.sk [terapeutické výnimky, konzultácie o liekoch a liečivých prípravkoch]
KOLEKTÍVNE ŠPORTY:	kolektivne.sporty@antidoping.sk [monitoring]
ZODPOVEDNÁ OSOBA:	slavomira.horvathova@antidoping.sk [Ochrana osobných údajov podľa GDPR]
ZODPOVEDNÁ OSOBA:	podnetypsc@antidoping.sk [Smernica o vybavovaní podnetov]



www.antidoping.sk

ADRESA SÍDLA ORGANIZÁCIE:

ANTIDOPINGOVÁ AGENTÚRA SR
Hanulova 5/C
841 01 Bratislava
Slovensko

POŠTOVÁ ADRESA:

ANTIDOPINGOVÁ AGENTÚRA SR
P.O.BOX 5
840 11 Bratislava 411

TELEFÓN: +421 2 4464 3411