

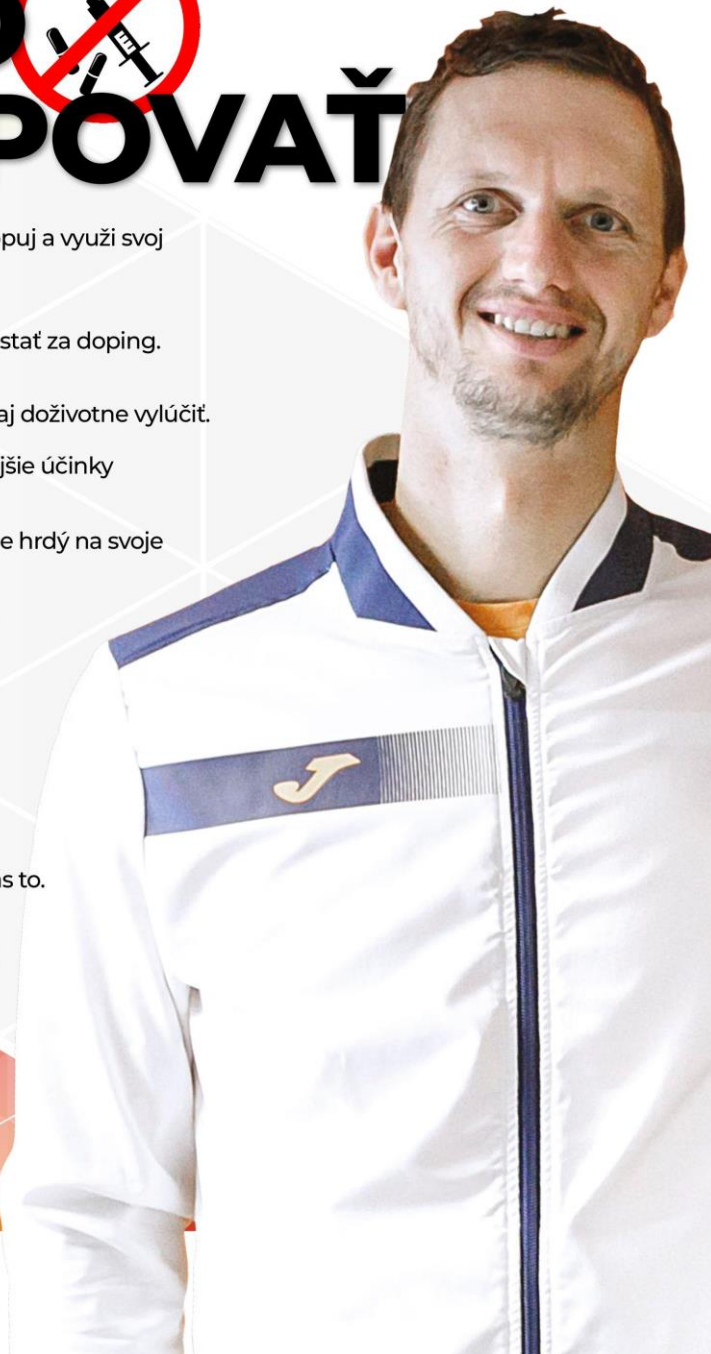


EURÓPSKY OLYMPIJSKÝ FESTIVAL MLÁDEŽE
2022 BANSKÁ BYSTRICA



Desatoro PREČO NEDOPOVAŤ

- 1** Chceš vyniknúť v športe, tak nedopuj a využi svoj jedinečný potenciál!
- 2** Kdekoľvek vo svete ťa môžu potrestať za doping.
- 3** Nie si iba podvodník, ale môžu ťa aj doživotne vylúčiť.
- 4** Užívanie dopingu má vážne vedľajšie účinky a zdravotné riziká.
- 5** Ak dopuješ, nemôžeš byť skutočne hrdý na svoje výsledky, lebo nie sú skutočné.
- 6** Budeš musieť klamať veľa ľuďom a mať eľa tajností.
- 7** Pozor na výživové doplnky.
- 8** Je lepšie čestne prehrať ako vyhrať podvodom.
- 9** Ak ťa niekto núti k dopingu, nahlás to.
- 10** Staň sa šampiónom bez dopingu.



FILIP POLÁŠEK



SPORT & SLOVAKIA
GOOD IDEA



1. *Chceš vyniknúť v športe, tak nedopuj a využi svoj jedinečný potenciál!*

V súčasnosti sa na športovcov z každej strany valí reklama, ako môžu zlepšiť alebo zvýšiť svoj športový výkon. Málokedy však ide o prevratné zmeny v tréningu. Dopingové látky sa môžu zdať lákavé, ale majú aj svoju odvrátenú stranu. Okrem potrestania a zákazu športovej činnosti ohrozujú zdravie športovcov. Treba si uvedomiť, že zdravie máme len jedno a musíme si ho chrániť.

Čo je doping?

Doping definujeme ako porušenie jedného alebo viac antidopingových pravidiel, napríklad:

- Prítomnosť zakázanej látky vo vzorke športovca.
- Použitie alebo pokus o použitie zakázanej látky alebo metódy.
- Vyhýbanie sa, odmietnutie alebo nepodrobenie sa odberu vzorky.
- Neposkytnutie údajov o mieste pobytu športovca.
- Falšovanie alebo pokus o falšovanie ktorejkoľvek časti dopingovej kontroly.
- Držba zakázanej látky alebo metódy.
- Obchodovanie alebo pokus o obchodovanie s akoukoľvek zakázanou látkou alebo metódou.
- Podanie alebo pokus o podanie akejkoľvek zakázanej látky alebo metódy športovcovi.
- Spoluúčasť.
- Zakázané združovanie.

Prečo niektorí športovci užívajú zakázané látky?

Niektorí športovci podvádajú, aby zvýšili svoju rýchlosť, silu, vytrvalosť, alebo aby skrátili čas regenerácie. Takéto počínanie spojené s užívaním zakázaných látok alebo metód nazývame dopingom. Je to jednoducho PODVOD, porovnateľný s podplácaním alebo inou činnosťou v rozpore s „fair play“.

Každý športovec je jedinečný. Má svoje silné aj slabé stránky. Je dôležité poznať svoje telo a predovšetkým svoje limity. Aj keď sa môže zdať, že užitím zakázanej látky si športovec dokáže pomôcť, opak je pravdou. Zlaté medaily nevyhrávajú v konečnom dôsledku dopingové látky, ale tvrdá drina, ktorú bežní ľudia nevidia. Nedovoľte, aby sa na vás vaše okolie alebo ostatní

športovci pozerali ako na niekoho, kto nemá žiaden talent alebo neabsolvoval náročné tréningy, ale ako na niekoho, kto len užíva doping.

Aké rôzne dopingové látky existujú?

Účelom uvedenia nasledujúcich informácií nie je poskytnúť návod ako zneužívať dopingové látky ani šíriť paniku, ale jednoducho uviesť fakty s cieľom vzdelávania verejnosti. Svetová zdravotnícka organizácia uvádza, že každá liečba, aj keď sa môže zdať neškodná, so sebou prináša vedľajšie efekty. V prípade, že sú dole uvedené látky zneužívané ako športový doping, častokrát vo vysokých dávkach, ktoré by žiaden lekár nepredpísal, je riziko vedľajších účinkov mnohonásobne vyššie.

S1. Anabolické látky

Anabolické látky sú spolu s erythropoetínom jedny z najrozšírenejších a dobre známych dopingových látok. V posledných rokoch sa vyvíjajú citlivejšie metódy analýzy s možnosťou detekcia týchto látok aj po dlhšom čase od ich užitia.

S2. Peptidové hormóny, rastové faktory, príbuzné látky a mimetiká

Kategória peptidových hormónov, rastových faktorov a príbuzných látok zahŕňa látky s variabilnou štruktúrou a širokým spektrom účinkov. Vo všeobecnosti ide o proteíny, ktoré sa prirodzene tvoria v ľudskom organizme a majú úlohu chemických poslov so stimulačným účinkom na produkciu ďalších látok.

S3. Beta-2 agonisty

Beta-2 agonisty, známe aj ako beta-2 adrenergne agonisty, sa využívajú na liečbu astmy pretože ovplyvňujú rozšírenie dýchacích ciest. V prípadoch, keď športovec musí užívať tieto látky na liečbu astmy, je potrebné udelenie terapeutickej výnimky (TUE).

S4. Hormóny a metabolické modulátory

V tejto skupine je zakázaných päť skupín látok: Inhibítory aromatázy, selektívny modulátory estrogénových receptorov, iné antiestrogénne látky, látky modifikujúce funkcie myostatínu a metabolické modulátory.

S5. Diuretiká a iné maskovacie látky

Táto kategória okrem diuretík zahŕňa taktiež látky, ktoré by mohli modifikovať odobranú vzorku krvi alebo moču športovca, a tak ovplyvniť elimináciu zakázanej látky alebo maskovať jej prítomnosť vo vzorke.

M1. Manipulácia s krvou alebo krvnými zložkami

Zásoby, resp. dostupnosť kyslíka môžu zvyšovať rôzne látky alebo metódami, medzi ktoré patrí krvný doping ako aj podanie syntetických nosičov kyslíka alebo substancií, ktoré dopravujú kyslík do tkanív.

M2. Chemická a fyzikálna manipulácia

Zoznam zakázaných látok a metód WADA zakazuje manipuláciu, alebo akýkoľvek pokus o manipuláciu resp. falšovanie, s úmyslom zmeny integrity a platnosti odobratej vzorky počas dopingovej kontroly.

M3. Génový doping

Génový doping je nová forma doping, ktorá bude v budúcnosti predstavovať nový prístup k ovplyvneniu športového výkonu. Génový doping je zakázaný, a WADA sa snaží vyvíjať spoľahlivé metódy detekcie na odhalenie takejto formy doping.

S6. Stimulanciá

Kategória stimulancií (psychostimulanciá alebo sympatomimetiká) zahŕňa látky, ktoré majú krátkodobý účinok na zlepšenie športového výkonu a nálady.

S7. Narkotiká

Zoznam zakázaných látok hovorí o väčšine analgetík z rodiny opiátov ako o narkotikách alebo narkotických analgetikách. Typickými príkladmi sú morfín, heroín a metadón.

S8. Kanabinoidy

Kanabinoidy sú zakázané počas súťaže vo všetkých športoch. Sú dostupné na čiernom trhu vo forme marihuany (sušené kvety a listy), hašiša (živica z kvetov) alebo vo forme koncentrovaného oleja.

S9. Glukokortikoidy

Pojem glukokortikoidy označuje skupinu látok, ktoré sa prirodzene vyskytujú v ľudskom tele, ako aj syntetické látky s rôznym spektrom účinku.

