

# Riziká užívania doplnkov výživy

Žiadna organizácia, vrátane Antidopingovej agentúry SR, 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 Antidopingovú agentúru SR.
- 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.

A v spolupráci s Farmaceutickou fakultou UK pripravila Antidopingová agentúra SR 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>

Antidopingová agentúra SR pripravila aj zhrnutie niektorých výživových doplnkov, ktoré obsahujú zakázané látky. Túto tabuľku priebežne dopĺňame. Pre viac informácií navštívte našu stránku: <https://antidoping.sk/nebezpecne-vyzivove-doplanky>