



ANTIDOPINGOVÁ AGENTÚRA
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

PRÍRUČKA ŠPORTOVCA 2027

Ako chrániť seba a čistý šport



Najprv overiť. Potom užiť.

Ako používať túto príručku

Táto príručka je určená športovcom, ktorí chcú robiť informované rozhodnutia a chrániť seba aj čistý šport. Nájdeš v nej základné pravidlá, praktické postupy a upozornenia na situácie, v ktorých môže vzniknúť riziko porušenia antidopingových pravidiel.

Príručka je vzdelávacou pomôckou. Nenahrádza Svetový antidopingový kódex (ďalej len „Kódex“), medzinárodné normy, Antidopingové pravidlá Antidopingovej agentúry SR (SADA) ani aktuálny Zoznam zakázaných látok a metód (ďalej len „Zoznam“). V prípade rozporu medzi informáciami uvedenými v príručke a platnými záväznými pravidlami sa postupuje podľa aktuálne platných pravidiel.

OVER — KONZULTUJ — ZAZNAMENAJ

OVER si konkrétny liek, jeho účinné látky, spôsob podania a aktuálny antidopingový status. Liek alebo účinnú látku vyhľadaj na www.zakazanelatky.sk.

KONZULTUJ, ak si nie si istý. Pomoc vyhľadaj ešte pred použitím lieku, doplnku alebo liečebného postupu.

ZAZNAMENAJ použitú liečbu alebo produkt a uchovaj súvisiacu dokumentáciu.

Antidopingové pravidlá a Zoznam sa môžu meniť. Vždy používaj aktuálne oficiálne zdroje.

VIJBER SI TÉMU

04 Práva a povinnosti

10 Výživové doplnky

16 Miesta pobytu

22 Pomoc a kontakty

08 Lieky a liečba

12 Dopingová kontrola

18 Porušenia a výsledky

23 Môj plán čistého športu

Prečo existujú antidopingové pravidlá

Čistý šport chráni zdravie športovcov, spravodlivú súťaž a dôveru v šport. Dáva každému športovcovi príležitosť rozvíjať a preukázať svoje schopnosti bez použitia zakázaných látok a metód.

Čistý šport nie je iba negatívny výsledok dopingovej kontroly. Prejavuje sa v každodenných rozhodnutiach: rešpektuješ pravidlá a súperov, otvorene komunikuješ so zdravotníckym personálom, vopred si overíš vhodnosť liečby, zodpovedne posudzuješ výživové doplnky a pri pochybnostiach vyhľadáš pomoc.

Čistý šport v praxi

- robíš informované rozhodnutia;
- chrániš svoje zdravie;
- rešpektuješ pravidlá a ostatných športovcov;
- požiadaš o pomoc skôr, než vznikne problém.

Ako je systém prepojený

- Svetová antidopingová agentúra (World Anti-Doping Agency, WADA) vytvára globálny rámec: Kódex, medzinárodné normy a každoročne aktualizovaný Zoznam.
- SADA realizuje národný antidopingový program na Slovensku.
- Medzinárodné federácie a organizátori významných podujatí uplatňujú pravidlá vo svojej pôsobnosti.
- Športovec a jeho sprievodný personál poznajú svoje práva a povinnosti a svojím správaním chránia čistý šport.

Za čo zodpovedám ako športovec

Ako športovec máš povinnosť:

- 1 poznať a dodržiavať antidopingové pravidlá, ktoré sa na teba vzťahujú;
- 2 byť dostupný na odber vzorky;
- 3 prevziať zodpovednosť za to, čo užiješ alebo použiješ;
- 4 informovať zdravotnícky personál, že podliehaš antidopingovým pravidlám, a uistiť sa, že liečba tieto pravidlá neporušuje;
- 5 spolupracovať pri dopingovej kontrole a vyšetrovaní možného porušenia pravidiel;
- 6 na požiadanie preukázať totožnosť členov svojho sprievodného personálu;
- 7 zúčastňovať sa antidopingového vzdelávania.



Princíp objektívnej zodpovednosti

Za zakázanú látku, jej metabolity alebo markery zistené v tvojej vzorke zodpovedáš ty. Na preukázanie porušenia založeného na prítomnosti alebo použití zakázanej látky či metódy nie je potrebné dokazovať úmysel, zavinenie, nedbanlivosť ani vedomé použitie. Okolnosti prípadu a miera zavinenia však môžu ovplyvniť jeho ďalšie posúdenie a dôsledky.

Ak ti organizácia, ktorá neprijala Kódex, zistila za posledných 10 rokov porušenie antidopingových pravidiel alebo porušenie zákazu účasti, musíš to oznámiť SADA aj svojej medzinárodnej federácii.

Aké mám práva

V antidopingovom systéme máš právo na zrozumiteľné informácie a na zaobchádzanie, ktoré rešpektuje tvoju dôstojnosť, zdravie, súkromie a procesné práva.

Informácie, zdravie a ochrana

- právo na aktuálne antidopingové vzdelávanie a odbornú pomoc;
- právo na potrebnú zdravotnú starostlivosť a posúdenie žiadosti o terapeutickú výnimku (Therapeutic Use Exemption, TUE);
- právo na zákonné a bezpečné spracúvanie osobných údajov;
- právo bezpečne nahlásiť podozrenie na porušenie pravidiel a ne byť vystavený negatívnym následkom za oznámenie podané v dobrej viere.

Pri odbere vzorky

- právo na vysvetlenie postupu, právo na zástupcu a podľa potreby tlmočníka;
- právo požiadať o primeranú úpravu postupu odberu vzoriek (vzhľadom na zdravotný stav);
- právo uviesť pripomienku do formulára dopingovej kontroly a dostať kópiu záznamu.

Pri nakladaní s výsledkami

- právo byť informovaný o možnom porušení pravidiel, vyjadriť sa a predložiť dôkazy;
- právo na spravodlivé, nestranné a nezávislé konanie;
- právo na písomné a odôvodnené rozhodnutie, zastúpenie a odvolanie, ak ho pravidlá umožňujú.

Konkrétne práva sa uplatňujú podľa toho, či prebieha odber vzorky, nakladanie s výsledkami alebo rozhodovanie o porušení pravidiel, a podľa platných pravidiel.

Zoznam zakázaných látok a metód

Nemusíš sa ho učiť naspamäť. Musíš ho vedieť použiť.

Zoznam sa aktualizuje najmenej raz ročne. Rozlišuje látky a metódy podľa toho, kedy alebo v ktorých športoch sú zakázané.

Zakázané trvalo

Látka alebo metóda je zakázaná počas súťaže aj mimo súťaže.

Zakázané počas súťaže

Riziko môže vzniknúť aj pri použití pred súťažou, ak je látka počas súťažného obdobia ešte prítomná v organizme.

Zakázané v určitých športoch

Antidopingový status môže závisieť od konkrétneho športu alebo disciplíny.

Antidopingový status môže závisieť nielen od konkrétnej látky, ale aj od spôsobu podania, dávky, súťažného obdobia či konkrétneho športu.

Pred použitím akéhokoľvek produktu alebo metódy si polož päť otázok

- 1 Čo presne chcem užiť alebo použiť?
- 2 Aké účinné látky produkt obsahuje?
- 3 Akým spôsobom a v akej dávke produkt použijem?
- 4 Kedy ho použijem vo vzťahu k súťaži a aký šport vykonávam?
- 5 Overil som si aktuálny antidopingový status – pri lieku alebo účinnej látke na www.zakazanelatky.sk – a prípadnú potrebu TUE?

Kedy môže vzniknúť riziko neúmyselného dopingu

Riziko neúmyselného dopingu môže vzniknúť pri liečbe bežných ochorení, užívaní doplnkov výživy alebo liečebnom postupe.

Neúmyselné použitie zakázanej látky alebo metódy samo osebe neznamená, že k porušeniu antidopingového pravidla nedošlo.

Nádcha, chrípka a alergia

Kombinované lieky môžu obsahovať stimulant zakázaný počas súťaže. Vyhľadaj presný variant na www.zakazanelatky.sk a zohľadni čas použitia.

Astma a dýchacie ťažkosti

Pri niektorých inhalačných liekoch môže antidopingový status závisieť od látky, spôsobu podania a dávky. Na www.zakazanelatky.sk použi aj samostatný modul Inhalačné lieky a over prípadnú potrebu TUE.

Boleť, zápal a úraz

Niektoré silné lieky proti bolesti a glukokortikoidy sú počas súťaže zakázané alebo záleží na spôsobe ich podania. Informuj lekára a liečbu si vopred over.

Hormonálna a metabolická liečba

Liečba plodnosti, hormonálnych ochorení alebo diabetu môže zahŕňať zakázanú látku. Status liečby a TUE rieš vopred.

Výživové doplnky a produkty s kanabidiolom (CBD)

Produkt môže obsahovať zakázanú látku, ktorá nie je uvedená na etikete alebo môže byť kontaminovaný. Posúď potrebu i riziko a uchovaj si dokumentáciu.

Infúzie, injekcie a ďalšie liečebné postupy

Rizikom môže byť podaná látka, samotná metóda alebo spôsob podania. Plánovaný postup over vopred; pri urgentnej starostlivosti má zdravie prednosť.

Pred použitím lieku

Najprv vyhľadaj presný názov lieku alebo konkrétnu účinnú látku na www.zakazanelatky.sk. Táto databáza umožňuje skontrolovať antidopingový status liekov dostupných na trhu v Slovenskej republike podľa aktuálneho Zoznamu zakázaných látok a metód.

- 1 Identifikuj presný obchodný názov, účinné látky, silu, liekovú formu, spôsob podania a dávku.
- 2 Zadáj do databázy presný názov lieku alebo účinnej látky. Skontroluj, či je výsledok trvalo zakázaný, zakázaný počas súťaže alebo zakázaný v určitých športoch.
- 3 Pri inhalátore použi aj modul Inhalačné lieky, ktorý overuje antidopingový status dávkovania vybraných inhalačných liekov podľa aktuálneho Zoznamu.
- 4 Ak liek v databáze nenájdeš, zrejme pochádza zo zahraničia. Takýto liek nikdy nepovažuj automaticky za povolený. Môžeš si overiť účinné látky alebo kontaktovať SADA.
- 5 Informuj lekára, zubára alebo lekárnika, že podliehaš antidopingovým pravidlám. Uchovaj si dokumentáciu a pri dopingovej kontrole uveď užívané lieky.

Liečbu svojvoľne nemeň

Ak zistíš, že predpísaná liečba môže byť zakázaná, liek bez konzultácie s lekárom nevysádzaj ani nemeň. Čo najskôr kontaktuj lekára a SADA.

WWW.ZAKAZANELATKY.SK

Nový liek, nová dávka, nový spôsob podania alebo nový rok = nové overenie.

Ked' je zakázaná liečba medicínsky nevyhnutná

Terapeutická výnimka (TUE) umožňuje športovcovi s diagnostikovaným zdravotným stavom použiť zakázanú látku alebo metódu zo zdravotných dôvodov, ak sú splnené stanovené kritériá. TUE sa neudeľuje automaticky a nejde ani o potvrdenie od ošetrojúceho lekára.

Na udelenie TUE musia byť splnené všetky kritériá

- 1 máš diagnostikovaný zdravotný stav podporený relevantnými klinickými dôkazmi;
- 2 zakázaná látka alebo metóda je indikovanou liečbou a neexistuje rozumná povolená terapeutická alternatíva;
- 3 liečba nezvýši výkonnosť nad úroveň očakávanú po návrate k normálnemu zdravotnému stavu;
- 4 potreba liečby nie je dôsledkom predchádzajúceho použitia zakázanej látky alebo metódy bez TUE.

Ako postupovať

- over liečbu a s lekárom prever povolenú alternatívu;
- zisti, ktorej antidopingovej organizácii máš žiadosť o TUE podať;
- predlož úplnú zdravotnú dokumentáciu a presný liečebný režim;
- pri plánovanej liečbe nepredpokladaj, že odoslanie žiadosti o TUE je automaticky povolením.

Urgentná liečba

Zdravie má prednosť. Po urgentnej starostlivosti čo najskôr zabezpeč úplnú dokumentáciu, zaznamenaj látku, dávku, spôsob podania, čas podania a kontaktuj SADA. Možnosť retroaktívnej TUE neznamena jej automatické udelenie.

Prechod športovca na medzinárodnú úroveň

Ak už máš TUE udelenú SADA, nepodávaj automaticky novú žiadosť. Over si, či je TUE automaticky uznaná alebo či príslušná medzinárodná federácia alebo organizátor podujatia získali výnimku z automatického uznávania.

Výživové doplnky: riziko nemožno úplne vylúčiť

Výživový doplnok nie je liek a jeho bezpečnosť nemožno posudzovať iba podľa názvu produktu alebo údajov na etikete.

Žiadny výživový doplnok nemožno označiť za úplne bezrizikový

Nezávislé testovanie konkrétnej výrobnéj šarže môže riziko znížiť, ale nemôže ho úplne vylúčiť. WADA ani SADA neschvaľujú konkrétne doplnky a negarantujú ich obsah.

Kde môže vzniknúť problém

- nesprávna alebo neúplná etiketa;
- kontaminácia pri výrobe;
- rozdiely medzi výrobnými šaržami;
- nejasný pôvod alebo neoficiálny distribučný reťazec;
- viaczložkové a patentované zmesi;
- zmena receptúry bez výraznej zmeny názvu.

Vysokorizikové kategórie

- predtréningové a stimulačné produkty;
- spaľovače tukov a produkty na rýchle chudnutie;
- produkty na rast svalovej hmoty a produkty propagované na zvýšenie testosterónu;
- produkty na zvýšenie sexuálnej výkonnosti;
- CBD a iné kanabinoidné produkty;
- produkty s nejasným zložením alebo označením „len na výskumné účely“.

Označenia „prírodný“, „legálny“, „bez doping“ alebo „WADA certifikovaný“ nie sú zárukou čistoty produktu.

Skôr než použiješ výživový doplnok

POTREBA — PRÍNOS — RIZIKO

01

POTREBA

- Mám preukázanú výživovú alebo zdravotnú potrebu?
- Posúdil ju lekár alebo kvalifikovaný odborník?
- Nedá sa vyriešiť stravou, pitným režimom, regeneráciou alebo úpravou tréningu?

02

PRÍNOS

- Aký konkrétny účinok očakávam?
- Je tento účinok podložený relevantnými dôkazmi?
- Je produkt vhodný pre môj vek, zdravotný stav, šport a tréningové zaťaženie?

03

RIZIKO

- Poznám úplné zloženie, výrobcu, distribútora a pôvod produktu?
- Bola nezávisle testovaná presne tá výrobná šarža, ktorú mám?
- Zodpovedá číslo testovanej šarže číslu na mojom balení?
- Neobsahuje produkt nejasne označenú zmes alebo extrémne marketingové tvrdenia?

Ak sa napriek tomu rozhodneš produkt použiť

Uchovaj si pôvodný obal, etiketu, číslo šarže, doklad o kúpe, doklad o testovaní šarže, dátumy a dávky použitia a malý zvyšok produktu.

Nezávislé testovanie presnej šarže znižuje riziko prítomnosti zakázanej látky. Vždy však platí princíp objektívnej zodpovednosti.

Bol si vybraný na dopingovú kontrolu

Po oznámení o výbere na dopingovú kontrolu buď pokojný a riaď sa pokynmi komisára dopingovej kontroly alebo asistenta komisára dopingovej kontroly. Ak niečomu nerozumieš, požiadaj o vysvetlenie.

- 1 komisár dopingovej kontroly alebo jeho asistent preukáže svoju totožnosť a oprávnenie;
- 2 overí sa tvoja totožnosť;
- 3 dostaneš informácie o organizácii, druhu poskytovanej vzorky, mieste kontroly a svojich právach a povinnostiach;
- 4 potvrdíš oznámenie na papierovom alebo elektronickom formulári;
- 5 od oznámenia zostávaš pod nepretržitým dohľadom komisára dopingovej kontroly alebo asistenta komisára dopingovej kontroly;
- 6 bezodkladne sa dostavíš do stanice dopingovej kontroly, pokiaľ ti nebol povolený odklad.

O odklad môžeš požiadať napríklad pre

- vyhlásenie výsledkov, mediálne alebo tímové povinnosti;
- dokončenie súťaže alebo tréningu a upokojenie organizmu;
- nevyhnutné zdravotné ošetrenie;
- zabezpečenie zástupcu, tlmočníka alebo dokladu totožnosti.

Počas čakania

Jedlo a tekutiny prijímaš na vlastné riziko. Nepi nadmerné množstvo tekutín a po oznámení nechod' močiť mimo procesu odberu vzoriek.

Od oznámenia až do skončenia kontroly zostaň pod dohľadom.

Ako prebieha odber vzorky moču

- 1 Vyberieš si odberovú nádobku a skontroluješ, či je čistá, neporušená a v neotvorenom obale.
- 2 Ruky si umyješ iba vodou alebo použiješ vhodné rukavice. Vzorku poskytneš pod priamym dohľadom oprávneného komisára dopingovej kontroly alebo jeho asistenta; musí mať nerušený výhľad na odchod moču z tela.
- 3 Odberovú nádobku aj vzorku máš pod kontrolou až do zapečatenia. Potrebných je najmenej 90 ml moču. Pri menšom objeme sa použije súprava na neúplnú vzorku; po poskytnutí ďalšieho moču sa vzorky pod dohľadom spoja.
- 4 Vyberieš si neporušenú súpravu A a B. Spolu s komisárom dopingovej kontroly skontroluješ zhodu identifikačných čísel na nádobách a vo formulári.
- 5 Najprv naleješ najmenej 30 ml do nádoby B, potom najmenej 60 ml do nádoby A. Malé množstvo moču ponecháš v odberovej nádobke na meranie hustoty. Pri väčšom objeme postupuješ podľa pokynov komisára a výrobcu súpravy.
- 6 Nádoby A a B zapečatíš podľa pokynov. Ty aj komisár dopingovej kontroly overíte, že sú správne zapečatené.
- 7 Až po zapečatení komisár dopingovej kontroly zmeria špecifickú hustotu zvyšného moču v odberovej nádobke. Ak nespĺňa požiadavky, poskytneš ďalšiu vzorku podľa jeho pokynov.
- 8 Pred podpisom skontroluješ osobné údaje, čísla vzoriek, uvedené lieky a doplnky, pripomienky, dátum a čas.

B · min. 30 ml

najprv do fľaštičky B

+

A · min. 60 ml

potom do fľaštičky A

=

min. 90 ml

spolu

Ak niečo nesedí

V prípade potreby požiadaj komisára dopingovej kontroly o zaznamenanie pripomienok k dopingovej kontrole. Formulár nepodpisuj bez kontroly čísel vzoriek a svojich údajov.

Po podpise musíš dostať papierovú alebo elektronickú kópiu záznamu.

Odber krvi a suchej kvapky krvi

Odber venóznej krvi

- Odber vykonáva kvalifikovaná a oprávnená osoba.
- Pred odberom pokojne sed' vzpriamene aspoň 10 minút bez vstávania, s chodidlami na podlahe. Ak to tvoj zdravotný stav neumožňuje alebo nedosiahneš na podlahu, zostaň pokojne sedieť vzpriamene. Pred odberom séra a krvi na hematologický modul biologického pasu sa po záťaži čaká najmenej 60 minút; posledných 10 minút z toho pokojne sedíš.
- Vyberieš si odberovú súpravu a skontroluješ jej neporušenosť a identifikačné číslo.
- Po odbere zostaneš pri svojej vzorke až do jej bezpečného uzavretia a zapečatenia.
- Ak ti pri odbere krvi býva nevoľno, povedz to personálu, ktorý vykonáva odber.

Suchá kvapka krvi (Dried Blood Spot, DBS)

Pri DBS sa malé množstvo kapilárnej krvi odoberie prepichnutím kože, napríklad na prste alebo v hornej časti ramena. Krv sa zachytí na špeciálny materiál, nechá sa vyschnúť a bezpečne sa uzavrie. DBS môže byť odobratá samostatne alebo spolu s inou vzorkou.

Maloletí športovci

Maloletého má pri oznámení aj počas kontroly sprevádzať dospelý zástupca. Personál mu pomôže zástupcu zabezpečiť. Ak zástupca nie je dostupný alebo ho maloletý odmietne, až do skončenia odberu ho sprevádzajú dvaja členovia odberového personálu; odmietnutie zástupcu sa zaznamená. Súkromie a dôstojnosť maloletého musia byť rešpektované.

Športovci so zdravotným znevýhodnením

Potrebnú pomoc alebo úpravu postupu oznám komisarovi dopingovej kontroly. Ak používaš katéter alebo zberný močový systém, zabezpečíš si vlastné potrebné pomôcky a vieš ich používať. Odoberá sa čerstvý moč; postup sa prispôsobí a zaznamená tak, aby zostala chránená totožnosť, neporušenosť a bezpečnosť vzorky.

Čo sa deje po odbere



Vzorka sa bezpečne uloží a prepraví

Vzorka a dokumentácia sa zabezpečia tak, aby bola chránená ich identita, integrita a bezpečnosť. Každé odovzdanie sa dokumentuje a vzorka sa autorizovaným spôsobom prepraví do príslušného laboratória.



Laboratórium pracuje s kódom vzorky

Laboratóriu sa neposielajú údaje, ktoré by ťa priamo identifikovali. Vzorka je analyzovaná pod jedinečným identifikačným kódom.



Biologický pas športovca

Biologický pas nesleduje iba prítomnosť jednej konkrétnej látky. Dlhodobu vyhodnocuje vybrané biologické ukazovatele a ich zmeny v čase. Zmeny môžu viesť k cieľnému testovaniu, ďalšej analýze alebo odbornému posúdeniu. Neobvyklá hodnota sama osebe automaticky neznamena porušenie antidopingových pravidiel.



Uchovávanie a ďalšia analýza

Niektoré vzorky môžu byť podľa pravidiel uchovávané po dlhší čas a neskôr opätovne analyzované, napríklad pri dostupnosti novej analytickej metódy alebo nových relevantných informácií.



Po skončení kontroly si uchovaj

Kópiu formulára, čísla vzoriek, svoje pripomienky, zoznam uvedených liekov, doplnkov a údaj o organizácii, ktorá kontrolu nariadila.

Miesta pobytu: zisti, aké povinnosti sa na teba vzťahujú

Osobitné povinnosti týkajúce sa informácií o mieste pobytu sa na teba vzťahujú až po písomnom oznámení o zaradení do príslušného registra športovcov pre testovanie alebo testovacej skupiny. Povinnosti trvajú dovtedy, kým nedostaneš písomné oznámenie o vyradení alebo potvrdenie o formálnom ukončení kariéry.

Ak si zaradený do registra športovcov pre testovanie (Registered Testing Pool, RTP; v SADA Národný register)

- uvádzaš jeden konkrétny 60-minútový interval na každý deň;
- uvádzaš miesto prenocovania, hlavnú tréningovú lokalitu, súťaže a ďalšie povinné údaje;
- počas 60-minútového intervalu musíš byť na uvedenom mieste dostupný pre odber vzoriek;
- ak počas 12 mesiacov zaznamenáš tri zlyhania pri poskytovaní informácií o mieste pobytu alebo nezastihnúť na testovanie v ľubovoľnej kombinácii, môže ísť o porušenie článku 2.4 Kódexu.

Ak si zaradený do testovacej skupiny (Testing Pool, TP; v SADA Základný register)

Poskytuješ vybrané údaje potrebné na mimosúťažné testovanie. Športovec v TP neuvádza každodenný 60-minútový interval. Rozsah údajov sa môže líšiť pri individuálnom a kolektívnom športe.

Termíny štvrtročného podania informácií pre RTP a TP



Ak ťa do registra zaradila SADA aj medzinárodná federácia, údaje o mieste pobytu podávaš iba raz. Organizácie ti oznámia, ktorej z nich ich poskytuješ a ktorá ich spravuje.

Zmena plánu? Aktualizuj údaje čo najskôr

Údaje v Antidopingovom správnom a riadiacom systéme (Anti-Doping Administration and Management System, ADAMS) musia byť aktuálne, presné, úplné a dostatočne podrobné na to, aby ťa komisár dopingovej kontroly dokázal bez predchádzajúceho kontaktovania nájsť a dostať sa k tebe. Zmenu aktualizuj hneď, ako sa o nej dozvieš.

Štyri pravidlá 60-minútového intervalu

**60**

MINÚT

- 1 ak si v RTP, uvedieš jeden interval na každý deň medzi 5.00 a 23.00 hod.;
- 2 buď dostupný počas celých 60 minút;
- 3 zabezpeč prístup k sebe – uved' byt, izbu, vchod, poschodie, zvonček alebo postup cez recepciu;
- 4 nespoliehaj sa na telefonát komisára dopingovej kontroly;

Ďalšie dôležité upozornenia

- kontrola môže prísť aj mimo uvedeného intervalu;
- po oznámení každej kontroly zostávaš pod dohľadom komisára dopingovej kontroly alebo jeho asistenta až do ukončenia odberového procesu, aj keď 60-minútový interval už uplynul.

Dva druhy zlyhania

- Zlyhanie pri poskytovaní informácií: údaje neboli podané včas, sú neúplné, nepresné alebo neumožňujú športovca nájsť.
- Nezastihnutie na testovanie: športovec v RTP počas uvedeného intervalu nie je dostupný na odber vzoriek.

Tri zlyhania počas 12 mesiacov

Ak športovec v RTP zaznamená počas 12 mesiacov tri zlyhania v ľubovoľnej kombinácii, môže ísť o porušenie antidopingových pravidiel podľa článku 2.4 Kódexu.

Zadávanie údajov môžeš delegovať. Zodpovednosť za ich úplnosť, presnosť a včasnosť zostáva na tebe.

Doping nie je iba pozitívny test: články 2.1 až 2.5 Kódexu

Doping je porušenie jedného alebo viacerých antidopingových pravidiel. Príklady sú názorné; o porušení sa rozhoduje podľa všetkých okolností a platných pravidiel.

2.1

ČLÁNOK
KÓDEXU

Prítomnosť zakázanej látky, jej metabolitov alebo markerov vo vzorke športovca

Vo vzorke sa zistí zakázaná látka, jej metabolit alebo marker. Na preukázanie nie je potrebné dokazovať úmysel. Okolnosti a miera zavinenia môžu ovplyvniť dôsledky.

2.2

ČLÁNOK
KÓDEXU

Použitie alebo pokus o použitie zakázanej látky alebo zakázanej metódy športovcom

Použitie možno preukázať aj bez pozitívnej vzorky, napríklad priznaním, dokumentmi, elektronickou komunikáciou alebo údajmi z biologického pasu.

2.3

ČLÁNOK
KÓDEXU

Vyhýbanie sa odberu, odmietnutie alebo nepodrobenie sa odberu vzorky

Môže ísť o úmyselné vyhýbanie sa oznámeniu, odmietnutie dopingovej kontroly alebo nepodrobenie sa odberu bez presvedčivého dôvodu.

2.4

ČLÁNOK
KÓDEXU

Neposkytnutie informácií o mieste pobytu športovca

Týka sa športovca v registri pre testovanie (RTP). Tri zlyhania pri poskytovaní informácií o mieste pobytu alebo nezastihnutia na testovanie v ľubovoľnej kombinácii počas 12 mesiacov môžu predstavovať porušenie článku 2.4 Kódexu.

2.5

ČLÁNOK
KÓDEXU

Falšovanie alebo pokus o falšovanie akejkoľvek časti dopingovej kontroly

Úmyselné konanie narúšajúce proces, napríklad ovplyvnenie dopingovej kontroly, pozmenenie dokumentácie, predloženie falošného dôkazu alebo ponúknutie či prijatie úplatku s cieľom ovplyvniť dopingovú kontrolu.

Pozitívna vzorka je iba jedným zo spôsobov, ako môže byť zistené porušenie antidopingových pravidiel.

Ďalšie porušenia: články 2.6 až 2.11 Kódexu

2.6

ČLÁNOK
KÓDEXU

Držba zakázanej látky alebo zakázanej metódy

Zakázaná môže byť držba športovcom alebo členom jeho sprievodného personálu bez platnej TUE alebo iného prijateľného odôvodnenia.

2.7

ČLÁNOK
KÓDEXU

Obchodovanie alebo pokus o obchodovanie

Nejde iba o predaj. Zahŕňa aj darovanie, prepravu, odoslanie, doručenie, distribúciu alebo držbu na tieto účely.

2.8

ČLÁNOK
KÓDEXU

Podanie alebo pokus o podanie

Poskytnutie, dodanie, dohľad alebo iná účasť na použití zakázanej látky alebo metódy inou osobou.

2.9

ČLÁNOK
KÓDEXU

Spoluúčasť alebo pokus o spoluúčasť

Úmyselná pomoc, povzbudzovanie, navádzanie, krytie alebo iná podpora pri porušení pravidiel.

2.10

ČLÁNOK
KÓDEXU

Zakázané združovanie

Profesionálne alebo športové združovanie s členom sprievodného personálu, o ktorom osoba vie, že má udelený zákaz činnosti.

2.11

ČLÁNOK
KÓDEXU

Odrádzanie od oznámenia alebo pomsta za oznámenie dopingu

Vyhrážanie, zastráňovanie alebo pomsta voči osobe, ktorá v dobrej viere poskytla informácie alebo dôkazy.

Kto sa môže porušenia dopustiť

Porušenia sa môže dopustiť športovec, člen jeho sprievodného personálu (napríklad tréner alebo lekár) aj ďalšia osoba, na ktorú sa antidopingové pravidlá vzťahujú. Nie všetky porušenia sa týkajú každej z týchto osôb.

Pri podozrení uchovaj dostupné informácie a kontaktuj SADA.

Dôsledky presahujú zákaz činnosti

Dôsledky sa neurčujú iba podľa zakázanej látky. Závisia od konkrétneho porušenia, okolností prípadu, úmyslu, miery zavinenia, predchádzajúcich porušení a ďalších pravidiel.

Diskvalifikácia a anulácia výsledkov

Dôsledkom porušenia môže byť anulácia výsledku a odobratie medaily, bodov, umiestnenia aj vecnej alebo peňažnej odmeny. Diskvalifikácia nie je to isté ako doba zákazu činnosti.

Dočasné zastavenie činnosti

Môže byť uložené ešte pred konečným rozhodnutím. Nie je konečným rozhodnutím o porušení antidopingových pravidiel, ale musí sa dodržiavať v rozsahu uvedenom v rozhodnutí.

Zákaz činnosti

Obmedzenie sa netýka iba nastúpenia do súťaže. Môže zahŕňať účasť na tréningoch, tímových alebo klubových aktivitách a ďalších športových činnostiach podľa pravidiel a rozhodnutia.

Finančné, kariérne a osobné dôsledky

Môže dôjsť k prepadnutiu cien, strate sponzorov alebo zmluvných výhod, nákladom na odbornú pomoc, poškodeniu dôvery, reputácie a športovej kariéry.

Zverejnenie rozhodnutia

Po konečnom rozhodnutí sa spravidla zverejňujú určené informácie. Pre maloletých, chránené osoby a rekreačných športovcov platí osobitný režim.

Neexistuje jednoduchá tabuľka „látka = sankcia“

Rovnaká látka môže byť súčasťou prípadov s odlišnými okolnosťami a dôsledkami. O porušení a dôsledkoch sa rozhoduje podľa pravidiel a preukázaných okolností.

Dostal si oznámenie o porušení? Konaj bezodkladne.

Oznámenie o možnom porušení antidopingových pravidiel ešte nemusí byť konečným rozhodnutím. Znamená však, že ti môžu plynúť krátke a dôležité lehoty.

- 1 Oznámenie si prečítaj celé vrátane príloh a poučení.
- 2 Poznač si dátum a čas jeho doručenia a všetky lehoty.
- 3 Zisti, či ide o prvé oznámenie, nepriaznivý analytický nález, dočasné zastavenie, obvinenie alebo rozhodnutie.
- 4 Čo najskôr vyhľadaj právnu alebo inú odbornú pomoc.
- 5 Nič nemaž, neupravuj ani späťne nedopĺňaj. Uchovaj lieky, doplnky, obaly, doklady, zdravotnú dokumentáciu a komunikáciu.
- 6 Vytvor presnú časovú os a odlišuj skutočnosti od predpokladov.
- 7 Vyžiadať si dokumentáciu, na ktorú máš právo, a postupuj podľa poučenia.
- 8 Komunikuj písomne a uchovaj potvrdenie o odoslaní a doručení.

Ak ide o nepriaznivý analytický nález

Máš právo požiadať príslušnú antidopingovú organizáciu o analýzu vzorky B v primeranej lehote uvedenej v oznámení. Skontroluj si túto lehotu na podanie žiadosti. Ak o analýzu včas nepožiadáš, môže sa to považovať za neodvolateľné vzdanie sa práva na analýzu vzorky B.

Dočasné zastavenie činnosti

Over dátum účinnosti a rozsah obmedzení. Riad sa poučením o možnostiach preskúmania rozhodnutia. Pri povinnom dočasnom zastavení uloženom SADA môžeš písomne požiadať SADA o jeho zrušenie do 7 dní od doručenia rozhodnutia.

Podozrenie na kontaminovaný výživový doplnok

Ak máš podozrenie na kontamináciu doplnku, môžeš SADA požiadať o schválenie jeho analýzy. Uchovaj výrobok, pôvodný obal a číslo šarže; pred odoslaním do laboratória si dohodni postup a podmienky analýzy.

Potrebuješ pomoc alebo chceš podať podnet?

Pýtať sa včas je súčasťou zodpovedného prístupu k čistému športu. SADA môžeš kontaktovať pri otázkach o liekoch, TUE, výživových doplnkoch, dopingovej kontrole, ADAMS alebo antidopingových pravidlách.

Potrebujem odbornú radu

- lieky, liečba alebo TUE: tue@antidoping.sk;
- všeobecné otázky, dopingová kontrola alebo ADAMS: office@antidoping.sk.

Chcem podať podnet anonymne

Použi [formulár FaceUp pre SADA](#). Môžeš zostať anonymný. Po odoslaní si bezpečne ulož kľúč podnetu; pomocou neho sa vrátiš k podaniu a môžeš odpovedať na doplňujúce otázky.

Chcem podať podnet s uvedením totožnosti

Takéto podanie môže byť spracúvané dôverne, ale nie je anonymné. Tvoja totožnosť je známa oprávneným osobám.

POZOR: Dôverné neznamená anonymné

Čo má dobrý podnet obsahovať

- čo sa stalo, kto bol zapojený, kedy a kde;
- čo si pozoroval osobne a čo vieš od inej osoby;
- dostupné dokumenty, správy, fotografie alebo mená svedkov;
- informáciu o prípadnom nátlaku, vyhrážaní alebo pomste.

Podnet podaj v dobrej viere. Uchovaj originály dôkazov a neohrozuj seba ani inú osobu.

Môj plán čistého športu

Desať návykov, ktoré ma chránia

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. Poznám pravidlá, ktoré sa na mňa vzťahujú. | ☐ 6. Uchovávam obaly, čísla šarží, doklady a záznamy o užití. |
| ☐ 2. Každý liek overím na www.zakazanelatky.sk pred prvým použitím a pri zmene lieku, dávky, spôsobu podania alebo roka. | ☐ 7. Pri dopingovej kontrole poznám svoje práva a povinnosti. |
| ☐ 3. Zdravotníckemu personálu poviem, že podlieham antidopingovým pravidlám. | ☐ 8. Údaje o mieste pobytu aktualizujem ešte pred zmenou programu. |
| ☐ 4. TUE riešim včas a uchovávam si zdravotnú dokumentáciu. | ☐ 9. Oznámenia a lehoty neignorujem. |
| ☐ 5. Doplnok posudzujem podľa potreby, prínosu a rizika. | ☐ 10. Pri pochybnosti sa opýtam a pri podozrení na porušenie pravidiel neostanem ticho. |

Moja kontrola pred použitím produktu

- Čo presne idem použiť?
- Overil som aktuálny status – pri lieku alebo účinnej látke na www.zakazanelatky.sk?
- Potrebujem TUE alebo ďalšiu konzultáciu?
- Mám dokumentáciu, ktorou viem svoje rozhodnutie neskôr preukázať?

OVER — OPÝTAJ SA — ZDOKUMENTUJ

Kontakty, užitočné odkazy a verzia dokumentu

Antidopingová agentúra Slovenskej republiky

- všeobecné otázky: office@antidoping.sk;
- lieky a terapeutické výnimky: tue@antidoping.sk;
- telefón: +421 917 333 013;
- web: www.antidoping.sk; databáza liekov a látok: www.zakazanelatky.sk;
- sídlo: Pribinova 16549/32, 810 08 Bratislava;
- korešpondenčná adresa: P. O. Box 17, 810 08 Bratislava.

Užitočné odkazy

- [Informácie pre športovcov a tímy](#);
- [Antidopingové pravidlá SADA 2027](#);
- Overenie liekov a látok – www.zakazanelatky.sk (vrátane modulu Inhalačné lieky);
- [TUE a liečba](#);
- [Bezpečne podať podnet](#).

Verzia dokumentu

Príručka športovca 2027 · účinná od 1. januára 2027 · vydavateľ: SADA.

Táto príručka je vzdelávacou pomôckou. Nenahrádza platné antidopingové pravidlá, Svetový antidopingový kódex, medzinárodné normy ani aktuálny Zoznam zakázaných látok a metód. Vždy používaj najnovšiu elektronickú verziu.