

DOPPING

ΧΡΗΣΗ ΟΥΣΙΩΝ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ



1. DOPING

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΚΑΙ

ΧΡΟΝΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ

- Ντόπινγκ στον αθλητισμό ορίζεται ως «η χορήγηση ή η χρήση από ένα υγιές άτομο , οποιουδήποτε παράγοντα ή ουσίας που φυσιολογικά δεν εντοπίζεται στο σώμα και οποιουδήποτε φυσιολογικού παράγοντα ή ουσίας που όταν χορηγείται σε αντικανονικές επιπρόσθετες ποσότητες και μέσω αντικανονικής οδού και με αντικανονικό τρόπο , έχει ως αποτέλεσμα τη τεχνητή αύξηση και με αθέμιτο τρόπο την απόδοση του ατόμου κατά τη διάρκεια του αγώνα»

2. DOPING ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ

- Η χρήση των φαρμάκων στον αθλητισμό πηγαίνει πίσω στους αιώνες. Στην αρχαιότητα, όταν ο ισχυρότερος ενός έθνους επιλέγονταν ως αθλητής ή πολεμιστής, τους χορηγούσαν με δίαιτες και θεραπείες που θεωρούνταν ευεργετικές. Για παράδειγμα, στη Σκανδιναβική μυθολογία αναφέρεται ότι θα μπορούσαν να πιούν ένα μείγμα που ονομάζεται "butotens", για να αυξήσει σημαντικά τη φυσική τους δύναμη με κίνδυνο την παραφροσύνη. Μία θεωρία είναι ότι το μίγμα παρασκευαζόταν από το muscaria Amanita μανιτάρι, αν και αυτό έχει αμφισβητηθεί.

- 3. Οι αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες στην Ελλάδα φαίνεται να έχουν μολυνθεί με μορφές ντόπινγκ. Στην αρχαία Ρώμη, όπου η αρματοδρομία είχε γίνει ένα τεράστιο μέρος του πολιτισμού τους, οι αθλητές έπιναν αφεψήματα βοτάνων, για την ενίσχυσή τους πριν από τις αρματοδρομίες



4. ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΤΟΥ ΟΡΟΥ DOPING

- Στην Αφρική ονόμαζαν «ντόπινγκ» ένα αλκοολούχο ποτό το οποίο χρησιμοποιούνταν σε θρησκευτικές τελετές ως διεγερτικό. Τελικά, ο όρος υιοθετήθηκε για ένα ευρύτερο φάσμα ουσιών και στον αθλητισμό, η χρήση τους περιγράφεται ως «ντόπινγκ», εμφανίστηκε για πρώτη φορά σε αγγλικό λεξικό το 1889 και τα πρώτα όντα που το δοκίμασαν ήταν τα άλογα στα οποία χορηγούνταν στρυχνίνη

5. ΤΟ DOPING ΣΤΑ ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

- Στη σύγχρονη εποχή πρώτος “ντοπαριστής” θεωρείται ο Justus von Limbark, ο άνθρωπος που το 1847 έγινε ο παρασκευαστής του “συμπυκνωμένου ζωμού κρέατος Λίμπινγκ”. Επρόκειτο για ένα συμπλήρωμα διατροφής το οποίο εφοδίαζε τον οργανισμό με μεγάλες ποσότητες κρεατίνης

- 6. Υπόθεση ντόπινγκ Lance Armstrong Ο Lance Armstrong ήταν νούμερο ένα στον κόσμο το 1996. Τον ίδιο χρόνο έχοντας αναρρώσει από σοβαρό καρκίνο των όρχεων και συνέχισε να σπάει τα ρεκόρ και να κερδίζει τον έβδομο γύρο της Γαλλίας το 2005. Μετά την ήττα του καρκίνου και σπάζοντας το ρεκόρ είχε κατηγορηθεί για ντόπινγκ. Η ομάδα των συντρόφων του Lance είχε συλληφθεί λαμβάνοντας ερυθροποιητίνη, η οποία έκανε τις κατηγορίες εναντίον του ισχυρότερες. Στις 22 Οκτωβρίου 2012 ο Lance Armstrong γδύθηκε στο Tour de France από τίτλους του το 1998. Ως απάντηση στις αποφάσεις της USADA και ΟΣΕ, Armstrong παραιτήθηκε από τη Λανς Αρμστρονγκ Ιδρύματος [Στις 14 Ιανουαρίου του 2013, ο Armstrong ομολόγησε ότι χρησιμοποίησε ντόπινγκ σε μια συνέντευξη με τον Oprah Winfrey που προβλήθηκε στις 17 Ιανουαρίου σχετικά με την Oprah.

ΕΙΔΗ-ΝΤΟΠΙΝΓΚ

✦ 1. Συμπληρώματα Διατροφής – Πολυβιταμινούχα Σκευάσματα:

Η λήψη των ουσιών αυτών θεωρείται ότι έχει ευεργετική επίδραση στους ανοσοαδυναμικούς μηχανισμούς, προστατεύοντας έτσι από τη φθορά, το γήρας και διατηρώντας το σφρίγος και την ομορφιά. Επίσης διαφημίζονται οι ευεργετικές τους επιδράσεις στην κόπωση και την ηλικία της δουλίας. Πιστεύεται επίσης ότι μπορεί να χρησιμοποιηθούν ακόμα και για την βελτίωση των οσθεοαλικών επιδόσεων.



7. ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ DOPING

- 7. ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ DOPING Τεχνολογία ντόπινγκ είναι ένας νέος όρος που είναι όλο και πιο δημοφιλής σε πρόσφατα αθλήματα. Τεχνολογία ντόπινγκ είναι η πρακτική του να αποκτήσουν ανταγωνιστικό πλεονέκτημα χρησιμοποιώντας αθλητικό εξοπλισμό. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Αντι- Ντόπινγκ εξετάζει το ενδεχόμενο απαγόρευσης των τεχνολογιών. Το 2006, ο WADA ξεκίνησε την έναρξη διαβουλεύσεων για την τεχνολογία ντόπινγκ που τώρα αναγνωρίζεται επίσημα ως απειλή, ενώ η απόφαση να επιτρέψει ή να απαγορεύσει μια νέα τεχνολογία, ειδικά όσον αφορά τον αθλητικό εξοπλισμό, είναι η ευθύνη του κάθε αθλήματος

8. LZR Racer μαγιό

- Το LZR Racer υπήρξε ένα από τα πιο πολυσυζητημένα τεχνολογίες κατηγορούνται ότι είναι τεχνολογίας ντόπινγκ. Το LZR Racer φορμάκι από Speedo είναι ένα μαγιό υψηλής απόδοσης. Είναι κατασκευασμένο με ένα υλικό που σχεδιάστηκε για να μιμείται το δέρμα καρχαρία. Το κοστούμι επιτρέπει την καλύτερη ροή του οξυγόνου στους μύς, κρατά το σώμα σε μία πιο υδροδυναμική θέση, και παγιδεύει τον αέρα που προσθέτει πλευστότητα. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Πεκίνου το 2008, αυτό το κοστούμι φορέθηκε από πολλούς κολυμβητές. Στην πραγματικότητα, μερικοί κολυμβητές φορούσαν δύο ή περισσότερες από αυτές τις στολές ταυτόχρονα για να αυξήσει την πλευστότητα. Συνολικά, 23 από τα 25 παγκόσμια ρεκόρ κολύμβησης κατανέμονται στους Ολυμπιακούς του Πεκίνου χωρίστηκαν από τους κολυμβητές που φορούσαν αυτό το κοστούμι.

9. DOPING – ΠΑΡΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

- Ντόπινγκ στον αθλητισμό ορίζεται ως «η χορήγηση ή η χρήση από ένα υγιές άτομο ... οποιουδήποτε παράγοντα ή ουσίας που φυσιολογικά δεν εντοπίζεται στο σώμα ... και/ή οποιουδήποτε φυσιολογικού παράγοντα ή ουσίας ... όταν χορηγείται σε αντικανονικές επιπρόσθετες ποσότητες και/ή μέσω αντικανονικής οδού και/ή με αντικανονικό τρόπο, ... με σκοπό και αποτέλεσμα τη τεχνητή αύξησης και με αθέμιτο τρόπο της απόδοσης του ατόμου κατά τη διάρκεια του αγώνα



ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΟΥΣΙΩΝ

- 10. Στο doping υπάρχουν διάφορες κατηγορίες ουσιών: Τα διεγερτικά Τα διεγερτικά είναι φάρμακα που δρουν συνήθως στο κεντρικό νευρικό σύστημα για να ρυθμίζουν τη διανοητική λειτουργία και τη συμπεριφορά, αυξάνοντας την αίσθηση ενός ατόμου του ενθουσιασμού και μειώνοντας την αίσθηση κόπωσης. Στη λίστα Παγκόσμιος Οργανισμός Αντι-Ντόπινγκ απαγορευμένων ουσιών, διεγερτικά είναι η δεύτερη μεγαλύτερη κατηγορία, μετά την αναβολικά στεροειδή Παραδείγματα γνωστών διεγερτικών περιλαμβάνουν καφεΐνη, κοκαΐνη, αμφεταμίνες, μοδαφινιλίου, και εφεδρίνη.

- 11. Τα αναβολικά στεροειδή Τα αναβολικά ανδρογόνα στεροειδή-(AAS) απομονώθηκαν για πρώτη φορά, εντοπίστηκαν και συντίθενται στη δεκαετία του 1930, και τώρα χρησιμοποιούνται για θεραπευτικούς σκοπούς στην ιατρική για να προκαλέσει οστική ανάπτυξη, την τόνωση της όρεξης, να προκαλέσει ανδρική εφηβεία και τη θεραπεία της χρόνιας σπατάλη συνθήκες, όπως ο καρκίνος και το AIDS. Τα αναβολικά στεροειδή αυξάνουν επίσης τη μυϊκή μάζα και σωματική δύναμη, και επομένως χρησιμοποιούνται στα αθλητικά και body building για την ενίσχυση της δύναμης ή σωματική διάπλαση

- 12. Γνωστές παρενέργειες περιλαμβάνουν επιβλαβείς αλλαγές σε χοληστερόλη επίπεδα (αυξημένη πυκνότητα λιποπρωτεϊνών χαμηλής και μειωμένη υψηλής πυκνότητας λιποπρωτεΐνη), ακμή, υψηλή πίεση του αίματος, βλάβη του ήπατος. Μερικές από τις παρενέργειες μπορεί να μετριαστεί με τη λήψη συμπληρωματικών φαρμάκων.
- 13. Στους άνδρες: Ακμή, αυξημένη επιθετικότητα και σεξουαλική διάθεση. Χρήση για μεγάλο διάστημα μπορεί να προκαλέσει στειρότητα και ανικανότητα, αναστολή της σπερματογένεσης, συρρίκνωση και σκλήρυνση των όρχεων, νεφρική βλάβη, γυναικομαστία, αλωπεκία, υπερτροφία προστάτη, μειωμένη παραγωγή ενδογενούς τεστοστερόνης και γοναδοτροπινών □ Παρενέργειες αναβολικών:

TEMINAPIO



DOPING/ANTI-DOPING

- 13. Στους άνδρες: Ακμή, αυξημένη επιθετικότητα και σεξουαλική διάθεση. Χρήση για μεγάλο διάστημα μπορεί να προκαλέσει στειρότητα και ανικανότητα, αναστολή της σπερματογένεσης, συρρίκνωση και σκλήρυνση των όρχεων, νεφρική βλάβη, γυναικομαστία, αλωπεκία, υπερτροφία προστάτη, μειωμένη παραγωγή ενδογενούς τεστοστερόνης και γοναδοτροπινών □ Παρενέργειες αναβολικών:

- 14. Στις γυναίκες: Ακμή, ανάπτυξη ανδρικών χαρακτηριστικών, μεταξύ αυτών τριχοφυΐα στο πρόσωπο και στο σώμα, βάθυνση του τόνου της φωνής, διαταραχές εμμήνου ρύσεως (περιόδου), αυξημένη επιθετικότητα και σεξουαλική διάθεση, συρρίκνωση του στήθους, αλωπεκία ανδρικού τύπου, πολύ αυξημένα επίπεδα τεστοστερόνης, μειωμένα επίπεδα ωοθυλακιοτρόπου ορμόνης□
- 15. Στους εφήβους: Σοβαρή ακμή στο πρόσωπο και στο σώμα, ανδρογενής σωματοκατασκευή στις κοπέλες, αναστολή της σωματικής ανάπτυξης εξαιτίας της πρώιμης σύγκλισης των επιφύσεων των οστών.□

- 16. Τα διεγερτικά δρουν άμεσα στο κεντρικό νευρικό σύστημα (ΚΝΣ) και αυξάνουν τη διέγερση του εγκεφάλου και του σώματος. Είναι παράγωγα της αδρεναλίνης. Διαθέτουν επίσης περιφερικές δράσεις (έξω από το ΚΝΣ). : Παραδείγματα απαγορευμένων διεργετικών • ΣΥΜΠΑΘΟΜΙΜΗΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ: ΕΦΕΔΡΙΝΗ • ΑΜΦΕΤΑΜΙΝΕΣ: ΜΕΘΑΜΦΕΤΑΜΙΝΗ, Η 3,4- ΜΕΘΥΛΕΝΕΔΙΟΞΥΑΜΦΕΤΑΜΙΝΗ (MDA) ΚΑΙ ΎΕΚΣΤΑΣΗ (MDMA). • ΕΠΙΝΕΦΡΙΝΗ , ΚΟΚΑΪΝΗ Κ.Α ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΔΙΕΓΕΡΤΙΚΆ Τα διεγερτικά βρίσκονται σε ποικίλα φυτικά και διατροφικά συμπληρώματα, σε φάρμακα που χρησιμοποιούνται κατά του κρυολογήματος και της

**SAY NO!
TO DOPING**

In partnership with



- αλλεργικής ρινίτιδας. Οι αθλητές οφείλουν να ενημερώνουν το φαρμακοποιό ή τον ιατρό τους, σχετικά με το ενδεχόμενο να υποβληθούν σε έλεγχο απαγορευμένων ουσιών. Κοινά χρησιμοποιούμενα προϊόντα που περιέχουν Καφεΐνη είναι: Καφές, τσάι, σοκολάτα, Red Bull / Red kick και άλλα ενεργειακά ποτά, μερικά αναψυκτικά (τύπου κόλα), Feminax, Pro - plus, Panadol Extra ή Hedex Extra. Αναφέρεται ότι η Guarana περιέχει έως και 5% καφεΐνη, ενώ άλλες πηγές καφεΐνης, όπως ο καφές, το τσάι και η σοκολάτα περιέχουν περίπου 1-4%.□

- 17. Τα Ναρκωτικά είναι παυσίπονα. Χρησιμοποιούνται για να ανακουφίσουν από τον πόνο και για τη θεραπεία της αναπνευστικής δύσπνοιας. Αποτελούν την ισχυρότερη μορφή παυσίπονων. Απαγορευμένα Ναρκωτικά : Βουπρενορφίνη, Δεξτρομοραμίδη, Ηρωίνη, Υδροκωδεΐνη, Μεθαδόνη, Μορφίνη, Πενταζοκίνη, Πεθιδίνη και οι σχετικές ουσίες. Επιτρέπονται: Μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα (NSAIDs), ασπιρίνη, κωδεΐνη, δεξτρομεθορφάνη, δεξτροπροποξυφαΐνη, διυδροκωδεΐνη, διφαινοξυλικό, αιθυλομορφίνη, φολκοδίνη, προποξυφαΐνη, παρακεταμόλη και τραμαδόλη. Που βρίσκονται τα Ναρκωτικά: Σε φαρμακευτικά σκευάσματα που χρησιμοποιούνται για την ανακούφιση από τον ισχυρό πόνο.□

- 18. ΧΑΣΙΣ'ΕΛΑΙΟ: είναι ένα συμπυκνωμένο απόσταγμα ρητίνης και η πιο δραστική μορφή κάνναβης που χρησιμοποιείται. Η κάνναβη είναι πλούσια σε ψυχοενεργά συστατικά (κανναβινοειδή), με κυριότερο εκπρόσωπο τη δέλτα-9- τετραϋδροκανναβινόλη ή Δ9- THC. Σε πολλές δυτικές κοινωνίες η κάνναβη θεωρείται ναρκωτικό και η νομοθεσία απαγορεύει την εμπορεία, κατοχή και κατανάλωσή της. Η Ιατρική Επιτροπή της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής (Δ.Ο.Ε), αποφάσισε στις 28 Απριλίου του 1998 να συμπεριλάβει τα κανναβινοειδή στη λίστα των ουσιών που θεωρούνται ως φάρμακα. □ ΧΑΣΙΣ: η ονομασία χασίς τυπικά αναφέρεται μόνο στο ρετσίνι (ρητίνη) της κάνναβης, μετά την αφαίρεσή του από το φυτό. □ ΜΑΡΙΧΟΥ'ΑΝΑ: ο όρος αυτός υποδηλώνει τα ξηρά και συνθλιμμένα άνθη και τα μικρά φύλλα από το φυτό της κάνναβης. □ ΟΝΟΜΑΣΙΕΣ Κ'ΑΝΝΑΒΗΣ: □

- τεχνητές ενώσεις που δρουν με τρόπο παρόμοιο με την ορμόνη τεστοστερόνη. Η τεστοστερόνη προκαλεί την ανάπτυξη των ανδρικών χαρακτηριστικών του φύλου (ανδρογόνος δράση) και τη σταδιακή αύξηση του μυϊκού ιστού (αναβολική δράση). ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ:
ΑΝΑΒΟΛΙΚΑ ΑΝΔΡΟΓΟΝΑ ΣΤΕΡΟΕΙΔΗ: Νανδρολόνη, Στανολόλη, Τεστοστερόνη, Μπολντενόνη, Ανδροστενεδιόνη, Ανδροστενεδιόλη, 19-νορανδροστενεδιόνη, 19-νορανδροστενεδιόλη και DHEA (δεϋδροεπιανδροστερόνη) κ.α ΑΛΛΟΙ ΑΝΑΒΟΛΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ (B2-ΑΓΩΝΙΣΤΕΣ): Κλενβουτερόλη και Ζερανόλη Παραδείγματα ουσιών και σκευασμάτων: Μερικές αναβολικές απαγορευμένες ουσίες, όπως η ανδροστενεδιόνη και η DHEA μπορεί να βρεθούν σε προϊόντα διατροφής. Τα αναβολικά ανδρογόνα στεροειδή, που συχνά καλούνται απλά «αναβολικά στεροειδή», υπάρχουν και σε σκευάσματα για κτηνιατρική χρήση.

- 20. Απαγορεύονται (και σε άνδρες και σε γυναίκες). • Αναστολείς της αρωματάσης όπως: αναστοζόλη, λετροζόλη, αμινογλουτεμίδη, εξεμεστάνη, φορμεστάνη, τεστολακτόνη • Έκλεκτικοί τροποποιητές υποδοχέα οιστρογόνων όπως: ραλοξιφαίνη, ταμοξιφαίνη, τορεμιφαίνη • Άλλες ουσίες με αντι-οιστρογόνο δράση όπως η κλομιφαίνη και άλλες Παραδείγματα τέτοιων ουσιών είναι: τα διουρητικά, η επιτεστοστερόνη (epitestosterone), η προβενεσίδη (probenecid), τα υποκατάστατα του πλάσματος (π.χ υδροξυαιθυλάμυλο). Οι παράγοντες συγκάλυψης (μάσκες) συγκαλύπτουν την παρουσία μιας ουσίας (π.χ αναβολικών στεροειδών), στα δείγματα που προορίζονται για έλεγχο ντόπινγκ, ούτως ώστε να μην προκύπτει θετικό δείγμα. Αυτό το γεγονός μπορεί να δημιουργήσει στον αθλητή την ψευδαίσθηση ότι είναι ασφαλής και ότι δεν πρόκειται να βρεθεί θετικός σε κάποιο ενδεχόμενο έλεγχο ντόπινγκ, παραβλέποντας τους κινδύνους για την υγεία που κρύβει η χρησιμοποίηση καλυπτικών παραγόντων.

- 21. Τι είναι doping? Αυτές τις ημέρες γινόμαστε μάρτυρες μιας θλιβερής πραγματικότητας που μαστίζει τους αθλητικούς χώρους όχι μόνο της Ελλάδας αλλά όλου του κόσμου. Είναι δυστυχώς το γνωστό σε όλους μας doping. Το ντόπινγκ στον αθλητισμό συνίσταται στη χρήση απαγορευμένων ουσιών παραβιάζοντας τους κανόνες των αρμόδιων αθλητικών οργανισμών. Η λήψη φαρμάκων για τη βελτίωση των επιδόσεων υποδηλώνει την έλλειψη αυτοπεποίθησης, υπέρμετρη βιασύνη και την αναζήτηση "εύκολων λύσεων".

- 22. Περίοδοι χρήσης ντόπινγκ από αθλητές Το ντόπινγκ, ιδίως σε περιόδους πριν από τη διεξαγωγή μεγάλων διοργανώσεων, όπως Ολυμπιακοί Αγώνες, Παγκόσμιο και Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, είναι συνηθισμένο φαινόμενο εδώ και δεκαετίες. Ο σκληρός ανταγωνισμός απαιτεί τα μέγιστα σε προσπάθεια και πειθαρχία και συνδέεται άμεσα με το φαινόμενο του ντόπινγκ. Το doping στον αθλητισμό
- 23. Η λήψη φαρμάκων για τη βελτίωση των επιδόσεων υποδηλώνει την έλλειψη αυτοπεποίθησης, υπέρμετρη βιασύνη και την αναζήτηση "εύκολων λύσεων". Η άγνοια, η έλλειψη προοπτικών και η πίεση για νίκες", οδηγούν στο ντοπάρισμα ως μέσο για εύκολο κέρδος, άφθονο χρήμα, επιβεβαίωση, αναγνώριση, άνοδο, χρήμα, προβολή και μια εξαιρετικά προσοδοφόρα επαγγελματική αποκατάσταση.

- 24. Εμπόριο ντόπινγκ Το κόστος για την ικανοποίηση αυτών των φιλοδοξιών είναι πολύ μεγάλο, στοιχίζοντας σε μερίδα αθλητών ακόμη και τη ζωή τους. Η σχεδόν ελεύθερη κυκλοφορία των σκευασμάτων, ο εύκολος τρόπος ανεύρεσής τους, τα ανεπαρκή συστήματα ελέγχου doping και το ανεκτικό ποινολόγιο για όσους πιάνονται ντοπαρισμένοι για πρώτη φορά, μειώνουν τις ηθικές αντιστάσεις, αυξάνουν τα διλήμματα και οδηγούν ευκολότερα στην απόφαση για χρησιμοποίησή τους. «Διακινούνται 700 τόνοι ετησίως, που μπορούν να ντοπάρουν 15 εκατ. άτομα» Έγραφε ακόμα η FAZ: «Βάσει έκθεσης της αμερικάνικης αντιντόπινγκ υπηρεσίας (USADA), οι αρχές καταφέρνουν να κάνουν κατάσχεση μόνο στο 0,7% των απαγορευμένων ουσιών που διακινούνται. Εκτιμάται μέσα από έρευνες και τα υπάρχοντα στοιχεία , ότι το παγκόσμιο παράνομο εμπόριο αναβολικών ανέρχεται σε 700 τόνους κατά έτος. Αυτή η τεράστια ποσότητα θα μπορούσε να προμηθεύσει 15 εκατομμύρια ενδιαφερόμενους για να ντοπαριστούν επί έναν ολόκληρο χρόνο!».

- 25. Κέντρο ντόπας η Ελλάδα... Η Ελλάδα, πάντως, είναι αρκετά γνωστό διεθνώς πως αποτελεί ένα από τα βασικά κέντρα παραγωγής και διακίνησης ντόπας στον πλανήτη και, φυσικά, δεν αναφέρομαι μόνο στην πρόσφατη κατάσχεση του Ρέντη, σε αποθήκη εταιρείας ταχυμεταφορών, 1.630 σκευασμάτων αναβολικών. Με προορισμό την Πορτογαλία, μάλιστα! Η εν λόγω εταιρεία, σύμφωνα με την ελληνική αστυνομία, το τελευταίο τετράμηνο απέστειλε περισσότερα από 32.000 κουτιά αναβολικών σε διάφορες χώρες της Ευρώπης. Όπως μπορεί να διαπιστώσει κανείς από τον χάρτη, η Ελλάδα δεν εισάγει μόνο αναβολικά, αλλά παράγει κι εξάγει κιόλας τόσο προς την κεντρική Ευρώπη, όσο και προς τις ΗΠΑ. Οι άλλες εφτά παγκόσμιες υπερδυνάμεις του μαύρου εμπορίου ντόπας είναι η Κίνα, η Ταϊλάνδη, η Ινδία, η Ρωσία, η Ουκρανία, η Λιθουανία και το Μεξικό. Η Ελλάδα συγκεκριμένα, έχει διπλό ρόλο, αφού λειτουργεί τόσο ως «αγοραστής» όσο και ως «προμηθευτής» αναβολικών.

- 26. Οι μεγάλοι κόμβοι λαθρεμπορίου «Οκτώ χώρες που προαναφέρθηκαν(ανάμεσά τους και η Ελλάδα) αποτελούν τους μεγάλους κόμβους παραγωγής και διακίνησης αναβολικών παγκοσμίως. Στην Ινδία και την Κίνα, όμως, θα υπάρξει αύξηση μελλοντικά στην πίτα της παγκόσμιας αγοράς ντόπινγκ. Εν τέλει, μάλιστα, αυτές οι χώρες αναμένεται να κυριαρχήσουν στο λαθρεμπόριο, αφού εκεί θα βρίσκεται το παγκόσμιο κέντρο». Το doping στον αθλητισμό
- 27. Πως ψαρεύει πελατεία η «μαφία» της ντόπας Όπως αναφέρουν στο theTOC.gr, πρώην χρήστες αναβολικών ουσιών, τα κυκλώματα διακίνησης αναβολικών φροντίζουν να έχουν «μάτια» και «αυτιά» σε όλους τους χώρους

- όπου συγκεντρώνονται αθλητές, ή και άτομα τα οποία απλά προσπαθούν να «σφίξουν». «Πηγαίνουν από κοντά σε όποιον δουν ότι είναι "φιλόδοξος" και θέλει να πάρει όγκο ή να κάνει γράμμωση. Αφού γνωριστούν λίγο έτσι ώστε να υπάρχει μια σχετική εμπιστοσύνη, τους προτείνουν να πάρουν διάφορα φάρμακα. Στους περισσότερους δεν λένε ότι είναι αναβολικά. Τους λένε ότι είναι "καθαρά" σκευάσματα τα οποία θα τους βοηθήσουν να "χτίσουν" σώμα σε σύντομο χρονικό διάστημα. Για τις παρενέργειες ούτε λέξη βέβαια. Το μόνο που μπορεί να τους πουν, είναι ότι για ένα μικρό διάστημα θα νιώθουν κάπως "τσιτά", αίσθηση η οποία θα περάσει σύντομα». Το doping στον αθλητισμό

- 28. «Σύμμαχος» των αναβολικών το Ίντερνετ Ένας άλλος τρόπος διακίνησης των αναβολικών, είναι το Διαδίκτυο, καθώς υπάρχουν αρκετές ιστοσελίδες οι οποίες πωλούν αναβολικά με παράνομες ουσίες. Το doping στον αθλητισμό
- 29. Ο Έλεγχος Ντόπινγκ περιλαμβάνει τη Δειγματοληψία από ένα Οργανισμό Αντί-Ντόπινγκ(όπως την Κυπριακή Αρχή Αντί- Ντόπινγκ) και την ανάλυση του Δείγματος από ένα εργαστήριο διαπιστευμένο από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Αντί-Ντόπινγκ (WADA)→ Οι Έλεγχοι Ντόπινγκ έχουν σκοπό την ανίχνευση χρήσης, από τους αθλητές, ουσιών ή μεθόδων που περιλαμβάνονται στον Κατάλογο Απαγορευμένων Ουσιών και Μεθόδων και συμβάλουν στην προαγωγή και στην προστασία του αθλητισμού χωρίς ντόπινγκ.

- 30. Προληπτικά Μέτρα για Το Ντόπινγκ Η πείρα έχει δείξει ότι επί πλέον του τακτικού τυχαίου έλεγχου πληροφοριακά προγράμματα και ενέργειες που μπορούν να επηρεάσουν τη γενικότερη στάση για το ζήτημα, είναι εξίσου σημαντικά. Τέτοια προγράμματα πρέπει να θεωρούνται οποιαδήποτε μπορούν να γίνουν για να περιορισθεί η έκταση του Ντόπινγκ και σε εθνικό και σε διεθνές επίπεδο. Τα πιο σημαντικά σημεία αυτών των προγραμμάτων είναι τα εξής: 1. Παροχή πληροφοριών για τους κινδύνους του ντόπινγκ στην υγεία. 2. Ενημέρωση για την περιορισμένη συμβολή των ουσιών Ντόπινγκ στη βελτίωση της επίδοσης. 3. Προσπάθεια για την ανάπτυξη των ηθικών απόψεων για τους σκοπούς και τα μέσα αθλητισμού, που στοχεύουν στην καταδίκη του Ντόπινγκ και των άλλων τεχνικών μέσων για την επίτευξη καλύτερων αποτελεσμάτων 4. Συνεργασία και με τελωνιακές αρχές για να αποφευχθεί η εισαγωγή αναβολικών 5. Συνεργασία με τις αστυνομικές αρχές για να εμποδιστεί η διανομή ναρκωτικών φαρμάκων και ουσιών Ντόπινγκ. 6. Καθιέρωση και στήριξη πρακτικών και τακτικών εξετάσεων και σε εθνικό επίπεδο, παρέχοντας τα απαιτούμενα κονδύλια στους οργανωτές. Καθιέρωση και στήριξη πρακτικών και τακτικών εξετάσεων και σε εθνικό επίπεδο, παρέχοντας τα απαιτούμενα κονδύλια στους οργανωτές.

- 31. Από τον Ρασίντ Ραζμί το 2008 στο Πεκίνο(Στίβος) θ Από τον Νταβίντε Ρεμπελίν το 2008 στο Πεκίνο(Ποδηλασία Δρόμου) θ Από την Φανή Χαλκιά το 2008 στο Πεκίνο(Στίβος) θ Από τους Κώστας Κεντέρης και Κατερίνα Θάνου το 2004 στην Αθήνα(Στίβος) θ Από την Ιρίνα Κορζανένκο το 2004 στην Αθήνα(Στίβος) θ Από τους Αντριάν Άνους και Ρομπέρτα Φάζεκας το 2004 στην Αθήνα(Στίβος) θ Από την Μάριον Τζόουνς το 2000 στο Σίδνεϋ(Στίβος) θ Από τον Μπεν Τζόνσον το 1988 στο Σεούλ(Στίβος) θ Από την Άννα Βερούλη το 1984 στο Λος Άντζελες(Στίβος) θ Από τον Ρικς Ντε Μοντ το 1972 στις Μόναχο(Κολύμβηση) θ Από τον Παναγιώτη Χριστόπουλο θ Οι Πιο Διαβόητες Υποθέσεις Ντόπινγκ

- 32. A.N.E.P στη Γαλλία (Association Nationale Education Physique) π International Olympic Committee (IOC). π Ο Εθνικός Οργανισμός Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Ο.ΚΑ.Ν.) με έδρα την Αθήνα π Ο ρωσικός οργανισμός κατά του ντόπινγκ (RUSADA). π «Ο UKAD (ο Οργανισμός κατά του Ντόπινγκ του Ηνωμένου Βασιλείου). π Το Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (Ε.Σ.ΚΑ.Ν.) π Οργανισμοί Κατά Του Ντόπινγκ
- 33. Ομάδες Απαγορευμένων Ουσιών Διεγερτικές Ουσίες • Ουσίες όπως οι αμφεταμίνες και η εφεδρίνη έχουν στο σώμα μια δράση παρόμοια με αυτή της αδρεναλίνης, την οποία παράγει το ίδιο το σώμα μας. Δρουν δηλαδή στο κεντρικό νευρικό σύστημα και "ενεργοποιούν" το σώμα σε μεγάλο βαθμό. Αναβολικές Ουσίες • Οι αναβολικές ουσίες προέρχονται από την ανδρική σεξουαλική ορμόνη τεστοστερόνη και αυξάνουν την ποσότητα μυών στο σώμα ενώ παράλληλα μειώνουν την ποσότητα λίπους. Αυτό για τους αθλητές στίβου είναι προτέρημα, αφού χρειάζονται μεγάλη μυϊκή δύναμη.

- 34. Η μορφίνη, η ηρωίνη και η μεθαδόνη είναι οι πιο γνωστές ουσίες από την κατηγορία των ναρκωτικών. Έχουν δράση απαλυντική ενάντια στον πόνο αλλά και ηρεμιστική στο σώμα (πράγμα που ας πούμε για ένα πρωταθλητή του γκολφ ή της τοξοβολίας μπορεί να είναι πολύ χρήσιμο!). Σε μεγάλες δόσεις μπορούν να οδηγήσουν όμως ακόμη και στο θάνατο! □
Ναρκωτικές Ουσίες □ Οι διουρητικές ουσίες χρησιμοποιούνται κυρίως σε αθλήματα όπου πρέπει ο αθλητής να έχει ένα συγκεκριμένο βάρος. Τέτοιες ουσίες μπορούν σε διάστημα ωρών να επιφέρουν απώλεια μεγάλης ποσότητας νερού που σαν αποτέλεσμα έχει βέβαια και την απώλεια βάρους του σώματος! Τα διουρητικά είναι όμως πολύ επικίνδυνα! Με το που χάνεται τόσο γρήγορα τόσο νερό από το σώμα, χάνονται και πολλές θρεπτικές ουσίες που χρειαζόμαστε. Το σώμα αφυδατώνεται και μπορούν να πάθουν μεγάλη ζημιά οι νεφροί. □ Ομάδες Απαγορευμένων Ουσιών Διουρητικές Ουσίες

- 35. Χρονικές στιγμές αγώνων ή προπονήσεων.
Τάση για ουσίες που χρησιμοποιούνται στο άθλημα □
Στατιστικά στοιχεία □ Η μυϊκή δύναμη □ Κριτήρια
διαφορετικά σε κάθε άθλημα: □ Το πλάνο της IAAF Το
πλάνο της IAAF για όλες τις ομοσπονδίες ως προς
το Doping κατά την διάρκεια και μη συγκεκριμένων
αγώνων.
- 36. Χώρα λήψης □ Ημερομηνία λήψης δείγματος □
Τύπος δείγματος □ Εθνικότητα του αθλητή □
Αγωνίσματα □ Όνομα του αθλητή □ Το πλάνο της
IAAF Απαραίτητα στοιχεία για τον αθλητή που
υποβάλλεται σε Doping Control:

- 37. Διακίνηση οποιασδήποτε απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου. Άρνηση ή αποτυχία χωρίς αναντίρρητη αιτιολόγηση, να υποβληθεί σε συλλογή δείγματος μετά από ανακοίνωση όπως ορίζεται στους εφαρμοστέους κανόνες αντί-ντόπινγκ ή με άλλο τρόπο αποφυγή συλλογής δείγματος → Χρήση ή απόπειρα χρήσης μιας απαγορευμένης ουσίας ή μιας απαγορευμένης μεθόδου
→ **NOMΟΘΕΣΙΑ ΚΑΙ DOPING** Παραβίαση κανόνα αντί-ντόπινγκ στον αθλητισμό νοείται ένα ή περισσότερα από τα εξής: Η παρουσία μιας απαγορευμένης ουσίας ή μεταβολιτών ή δεικτών του σε σωματικό δείγμα ενός αθλητή

- 38. Χορήγηση ή αποπειραθείσα χορήγηση μιας απαγορευμένης ουσίας ή απαγορευμένης μεθόδου σε οποιοδήποτε αθλητή, ή ενίσχυση, ενθάρρυνση, βοήθεια, υποκίνηση, συγκάλυψη ή οποιοσδήποτε άλλος τύπος συνυπαιτιότητας σε μια παραβίαση κανόνα αντί-ντόπινγκ ή οποιαδήποτε αποπειραθείσα παραβίαση. — Κατοχή απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων — Αλλοίωση ή απόπειρα αλλοίωσης, οποιουδήποτε μέρους του ελέγχου ντόπινγκ — Παραβίαση των εφαρμοστέων απαιτήσεων σχετικά με τη διαθεσιμότητα αθλητή για εκτός αγώνων έλεγχο συμπεριλαμβανομένης της αδυναμίας του/της να παρέχει πληροφορίες σχετικά με το πού ακριβώς βρισκόταν και χαμένων ελέγχων που κηρύσσονται βασισμένοι σε λογικούς κανόνες —

- 39. Η ελληνική νομοθεσία Το πρόβλημα του ντόπινγκ φαρμακοδιέγερσης ρυθμίζουν ειδικές διατάξεις του νόμου. Η αντιμετώπιση του ντόπινγκ απασχολεί τον έλληνα νομοθέτη από το 1986 ο οποίος προβλέπει επιβολή ποινών όταν διαπιστωθεί χρήση διεγερτικών ουσιών με αυτεπάγγελτη δίωξη. Επιβάλλει δε και διοικητικές ποινές, ενώ προβλέπει και τη διαδικασία ελέγχου φαρμακοδιέγερσης των αθλουμένων στο ερασιτεχνικό και στο επαγγελματικό ποδόσφαιρο και στους αθλητικούς αγώνες. Κατά τον αθλητικό νόμο απαγορεύεται η χορήγηση σε αθλητή ή η λήψη από αυτόν κάθε ουσίας η οποία θα μπορούσε να επιφέρει τεχνητή μεταβολή της φυσικής αγωνιστικής ικανότητας, όπως η χρήση κάθε μέσου σωματικής ή νευρικής διέγερσης, καθώς και η αφαίρεση αίματος και η επαναχορήγησή του πριν από τον αγώνα.

- 40. Παρατηρεί κανείς ότι στην απαγόρευση περιλαμβάνονται όχι μόνο ουσίες αλλά και μέσα που μπορεί να διεγείρουν τον αθλητή, όπως η αφαίρεση και επαναχορήγηση αίματος πριν από τον αγώνα. Ο νόμος για τον χαρακτηρισμό των ουσιών ως διεγερτικών (ντόπινγκ) είναι σαφής, δεν αναφέρει όμως ποια είναι τα συγκεκριμένα μέσα που είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν για σωματική ή νευρική διέγερση. Ποια θα μπορούσε, για παράδειγμα, να είναι τα όρια του αδικήματος με τη χρήση μέσω σωματικής και νευρικής διέγερσης; Ο νόμος επίσης απαγορεύει κάθε λήψη φαρμάκου και χορήγηση σε αγωνιζόμενο το οποίο έχει θεραπευτική ενέργεια για ορισμένη ασθένεια.

- ⦿ χρονικό διάστημα. Για τις παρενέργειες ούτε λέξη βέβαια. Το μόνο που μπορεί να τους πουν, είναι ότι για ένα μικρό διάστημα θα νιώθουν κάπως "τσίτα", αίσθηση η οποία θα περάσει σύντομα». Το doping στον αθλητισμό

- ◉ 41. Όταν γίνουν γνωστά πριν από την τέλεση του αγώνα στην αρμόδια αρχή από τον θεράποντα γιατρό ή παράγοντα της ΑΑΕ ή τον γιατρό του αγώνα η νόσος από την οποία πάσχει ο αγωνιζόμενος, όπως και το είδος, η δοσολογία, ο χρόνος και η διάρκεια της λήψης του φαρμάκου, τα οποία βέβαια πρέπει να αποδεικνύονται με ιατρικά έγγραφα των δημόσιων νοσηλευτικών ιδρυμάτων. Στην Ελλάδα το αδίκημα της φαρμακοδιέγερσης στον αθλητισμό αντιμετωπίζεται και ποινικά. Η παράβαση της χορήγησης απαγορευμένων ουσιών σε αθλητή, οι οποίες έχουν χαρακτηριστεί ως τέτοιες με υπουργική απόφαση, τιμωρείται με ποινή φυλάκισης τουλάχιστον ενός έτους και χρηματική ποινή και με ισόχρονη στέρηση της άδειας άσκησης επαγγέλματος

- ④ 42. Η παράβαση της χορήγησης απαγορευμένων ουσιών σε αθλητή, οι οποίες έχουν χαρακτηριστεί ως τέτοιες με υπουργική απόφαση, τιμωρείται με ποινή φυλάκισης τουλάχιστον ενός έτους και χρηματική ποινή και με ισόχρονη στέρηση της άδειας άσκησης επαγγέλματος. Στον αθλητή που χρησιμοποιεί απαγορευμένες ουσίες επιβάλλεται ποινή φυλάκισης μέχρι ενός έτους καθώς και περαιτέρω πειθαρχικές ποινές. Στην Ελλάδα το αδίκημα της φαρμακοδιέγερσης στον αθλητισμό αντιμετωπίζεται και ποινικά. Η παράβαση της χορήγησης απαγορευμένων ουσιών σε αθλητή, οι οποίες έχουν χαρακτηριστεί ως τέτοιες με υπουργική απόφαση, τιμωρείται με ποινή φυλάκισης τουλάχιστον ενός έτους και χρηματική ποινή και με ισόχρονη στέρηση της άδειας άσκησης επαγγέλματος.

- ④ 43. Στον αθλητή που χρησιμοποιεί απαγορευμένες ουσίες επιβάλλεται ποινή φυλάκισης μέχρι ενός έτους καθώς και περαιτέρω πειθαρχικές ποινές.
- ④ 44. Η ποινική αντιμετώπιση Η φαρμακοδιέγερση ως πράξη εντάσσεται στον χώρο της αδικοπραξίας και εκτός από ποινικώς κολάσιμη είναι και αθλητικώς άδικη, γιατί στρέφεται κυρίως κατά του αθλητισμού με τη νόθευση του αγωνιστικού αποτελέσματος. Συνάμα είναι συμπεριφορά αντιαθλητικού χαρακτήρα επισύρουσα παράλληλα πειθαρχικές κυρώσεις και στέρηση της φιλάθλου ιδιότητας. Δευτερευόντως αφορά τα πρόσωπα της αθλητικής δραστηριότητας, όπως συμβαίνει και με την άρνηση ελέγχου αντιντόπινγκ, η οποία λειτουργεί προς βλάβη του αθλητισμού, της αθλητικής ιδέας και του φιλάθλου πνεύματος και επισύρει αθλητική και ποινική ευθύνη.

- 45. Η ποινική αντιμετώπιση του ντόπινγκ, όπως ήδη από το 1990 αυτή έχει αναλυθεί ως πρόβλημα του Αθλητικού Δικαίου, εμφανίζει αναποτελεσματικότητα. Τούτο διότι, όπως επιβεβαιώνεται και σήμερα από διεξαχθείσα έρευνα του Πανεπιστημίου Αθηνών (1998) στο πλαίσιο διατριβής επί διδακτορία, επί 462 ερωτηθέντων αθλητών για την ποινή που πρέπει να επιβάλλεται στους αθλητές χρήστες ουσιών ντόπινγκ, σε ποσοστό 58% απάντησαν ότι θα πρέπει να επιβάλλεται ποινή μεγάλου αποκλεισμού από τους αγώνες. Το ντόπινγκ δηλαδή αποτελεί, όπως έχουμε τονίσει και στο παρελθόν, ή θα πρέπει να αποτελεί, αμιγώς άδικη πράξη εντός των ορίων της αθλητικής δραστηριότητας και όχι ποινικό αδίκημα, με τις προβλεπόμενες και μόνο μέσα από αυτήν αυστηρές κυρώσεις, δηλαδή ισόβιο αποκλεισμό από αγώνες των χρηστών φαρμακοδιεγερτικών ουσιών και των χορηγών και με ανάλογο αποκλεισμό τους από την αθλητική δράση.

- 46. Στον Ιατρικό Κώδικα περιλαμβάνονται διατάξεις που αφορούν το υπέρτατο δικαίωμα της υγείας του αθλητή ως ιατρικής φροντίδας που οφείλεται στους αθλητές και βασικής προϋπόθεσης συμμετοχής τους στους αγώνες. Την υποχρέωση συμμόρφωσης με τις διατάξεις του Ιατρικού Κώδικα αναλαμβάνει ο αθλητής με υπεύθυνη δήλωσή του κατά τον Ολυμπιακό Χάρτη. Οι ολυμπιακοί αθλητές απαγορεύεται να κάνουν χρήση ουσιών και μεθόδων που απαγορεύονται από τους κανόνες της ΔΟΕ και των διεθνών ομοσπονδιών, ενώ είναι υποχρεωμένοι να σέβονται τον Ιατρικό Κώδικα της ΔΟΕ και να συμμορφώνονται με όλες τις διατάξεις του.



**SAY NO!
TO DOPING**

In partnership with



