



Dopagem...

Você talvez tenha escutado esta palavra sendo usada em círculos do esporte e na mídia. Alguma coisa do que você sabe a respeito de dopagem talvez seja verdade, é importante saber os fatos.



O que é dopagem?

‘Dopagem’ se refere ao uso de substâncias ou métodos proibidos pelo atleta para melhorar o treinamento e resultados no esporte. Esteróides são drogas que vem a mente com freqüência quando falamos a respeito de dopagem, mas dopagem também inclui o uso de outras substâncias proibidas (como estimulantes, hormônios, diuréticos, narcóticos e maconha), uso de métodos proibidos (como transfusões de sangue ou dopagem genética), e até se recusar a fazer um teste por uso de drogas ou uma tentativa de adulterar o controle de dopagem.

Por que as pessoas trapaceiam?

A maioria dos atletas sabem que dopagem é trapaça, porém, alguns ainda escolhem correr o risco.

Alguns prêmios, dinheiro ou fama podem levar as pessoas a tomarem decisões ruins. A dopagem talvez dê a eles um estímulo, promovendo um atalho para longos anos de treinamento, ou ajudem eles a vencer.

Outros sentem a pressão dos treinadores, pais e eles mesmos para ser o melhor. Eles vêem a dopagem como um caminho para satisfazer estas expectativas.

Alguns atletas usam drogas para superar uma lesão. Treinadores ou técnicos talvez digam que drogas podem fazer você esquecer a dor ou talvez ajudar na velocidade da recuperação, mas eles freqüentemente não mencionam o risco à saúde, e que a dopagem é trapaça.

Qualquer que seja a razão, não existem desculpas para dopagem.



©EAA

Qual é o grande problema?

Pensar que as drogas podem ajudar no desenvolvimento do atleta, é a questão! Além de ser trapaça as drogas se tornam evidentemente a ruína de quem a utiliza.

Algumas delas, levam à mudanças claramente visíveis à aparência da pessoa que a consome. Como os esteroides anabolizantes, que causam alteração na voz, impotência, calvície ou excesso de pelo e alterações na estrutura física.

O uso contínuo, pode levar as condições mais graves, afetando coração, fígado e rins, causando a morte do atleta!

Dopagem no esporte destrói o jogo limpo e a competição esportiva, em desencontro com os valores essências que a prática promove, como:

Qualidade de vida, Inclusão social e a democracia.

Quais drogas são banidas?

Existem muitos tipos de drogas que são banidas no esporte por causa do dano que elas podem causar na saúde do atleta e para o jogo limpo. Todo ano uma nova lista de drogas banidas é preparada pela Agência Mundial de Antidopagem. Essas drogas caem dentro das seguintes categorias:

- estimulantes* pode aumentar a concentração e reduzir cansaço, mas eles podem também causar danos ao coração;
- esteróides* pode desenvolver músculos e força, mas eles prejudicam o coração, fígado e sistema reprodutivo e pode causar a morte.
- hormônios* pode ser utilizado para fins terapêuticos, mas eles podem ser prejudiciais quando você é novo e ainda está crescendo.
- diuréticos* talvez ajude com perda de peso, mas eles ocultam o uso de outras drogas banidas e podem causar desidratação e fadiga.
- narcóticos* podem aliviar dores, mas isto prolongar ou piorar a lesão;
- cannabis sativa* (*haxixe, maconha*) podem agir como relaxantes, mas talvez também leva a perda da coordenação e concentração.

Mesmo que você use algo por acidente, ainda assim é considerado dopagem. Finalmente, você é o responsável por tudo que vai para dentro do seu corpo.

Verifique a lista completa no site da AMA: www.wada-ama.org.



Evite quaisquer drogas que não são prescritas por um médico ciente da sua condição de atleta. Algumas drogas ou suplementos da farmácia ou supermercado podem conter substâncias banidas mesmo se estiver no rótulo relatado que é “natural”.

Fale com o seu médico que você é um atleta, e que você tem que ser cuidadoso sobre quais remédios utilizar. Se você precisa de um remédio para um problema de saúde, existem caminhos para assegurar que o remédio que você está utilizando não vai impactar na sua carreira esportiva.

Por exemplo, se você precisa de um remédio para asma, a organização do seu esporte e o médico podem fornecer um formulário para permitir que você use este remédio e pratique o esporte. Isso é chamado de AUT (Autorização para uso terapêutico).

Se cuide

© INGRAM

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

®

©

</

Jogue limpo



Para ter sucesso no esporte, você precisa da atitude correta. Honestidade, dignidade, respeito, trabalho de equipe, comprometimento e coragem são essenciais para um desempenho memorável no esporte. Todos esses valores podem ser resumidos em um termo ‘jogo limpo’.

Jogar limpo tem a ver com escolhas que você faz- o que é certo e errado. Pessoas irão notar como você joga. Você irá ter uma reputação por ser um bom ou mau esportista, que irá te seguir muito depois da competição acabar. Isto pode influenciar em como as pessoas irão agir com você até mesmo antes de eles conhecerm você. Para agir de acordo com o espírito esportivo e construir uma boa reputação, observe as atitudes descritas abaixo:

- Demonstre respeito próprio e por outros (competidores, árbitros e oficiais);
- Respeite as regras da competição e de um esporte limpo;
- Seja amável tanto na vitória como na derrota;
- Se divirta e aproveite!

Esporte tem um significado pequeno sem o jogo limpo. Nós praticamos esporte por causa da chance de demonstrar nossos talentos únicos, para compartilhar, para fazer amigos e nos divertir. Jogo limpo permite que isso tudo seja possível.

Controle de Dopagem

Conforme você vai evoluindo e melhorando no esporte é provável que você seja testado por dopagem. Esses testes estão direcionados para preservar o Espírito Esportivo capturando os trapaceiros.

Os testes podem ser durante a competição ou fora de competição e geralmente sem aviso prévio. Se você se recusar a fazer o teste ou a seguir os procedimentos do teste, você irá receber a mesma sanção que um atleta com teste positivo.

Estes testes são feitos por um Oficial de Controle de Dopagem certificado, que coleta uma amostra de urina ou sangue. As amostras são enviadas para laboratório aprovado para análises. Algumas drogas podem ser detectadas em pequenas porções e meses depois de serem administradas. Além disso, o uso de algumas substâncias proibidas podem ser identificadas pelos resultados que causam no organismo.



Atletas pegos trapaceando com dopagem poderão ser banidos do esporte. Imagine não ser apto a jogar nenhum esporte por um período de dois anos ou pelo resto da sua vida.

Sendo Pego

Depois de todo o seu treino, o mais perto que você chegaria do esporte seria os bastidores ou arquibancadas.

Existe também uma grande vergonha associada a ser pego por dopagem. Tentar explicar para seus amigos, colegas e time ou pais, que você trapaceou. Ninguém quer se passar por essa situação.



© STEFAN REUS

Coisas importantes para pensar a respeito

- Esporte sempre é sobre se expressar verdadeiramente, percebendo seu potencial único.
- Dar o seu melhor naturalmente é o que importa.
- Você será julgado por *como* você joga, não somente pelo resultado.
- Você, e somente você, é responsável pelo que é encontrado dentro do seu corpo.



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



www.unesco.org/en/antidoping www.european-athletics.org

Traduzido e atualizado pela ABCD