

Ντόπινγκ κατά λάθος; Τρόποι αποφυγής του και προστασίας του αθλητή

Β. Μπαρκούκης

ΤΕΦΑΑ - ΑΠΘ



Πόσο συχνό είναι το ντόπινγκ;

- Εμφανίζεται σε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες και σε όλα τα επίπεδα του αθλητισμού
 - Χρήση αναβολικών ουσιών από την ηλικία των 12 ετών
 - Έλεγχοι WADA = 2%
 - Ερωτηματολόγια = 15%
 - Έμμεσες μέθοδοι = 39% ή και 57% στον κλασικό αθλητισμό



Συμπληρώματα διατροφής

- Νόμιμο για αγορά
- Προορίζεται να υποστηρίξει τις καθημερινές διατροφικές συνήθειες
- > 70% των νέων που ασκούνται καθημερινά κάνουν χρήση συμπληρωμάτων διατροφής



(Braun et al., 2009; Dietz et al., 2014; Malik & Malik, 2010)



Η σχέση ανάμεσα στα NS και το ντόπινγκ 1/2

Μολυσμένα συμπληρώματα διατροφής και ακούσιο ντόπινγκ

Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι τα NS μπορεί να μολυνθούν από απαγορευμένες ουσίες, όπως αναβολικά στεροειδή, διεγερτικά (π.χ. εφεδρίνη) και β2 αγωνιστές



(Geyer et al., 2008; van Thuyne, Eenoo, & Delbeke, 2006)



Μόλυνση των συμπληρωμάτων

- Ερευνητικά δεδομένα έδειξαν ότι ~ 33% των συμπληρωμάτων απέτυχε σε δοκιμή διασφάλισης ποιότητας
 - Δεν αναφέρθηκαν δραστικά συστατικά
 - Έχουν συμπεριληφθεί απαγορευμένες ουσίες (π.χ. στεροειδή, διεγερτικά κλπ)
- Στο Ηνωμένο Βασίλειο, το 44% των παραβιάσεων του κανόνα κατά του ντόπινγκ συνδέεται με την ακούσια χρήση των συμπληρωμάτων του αθλητισμού

Απόλυτη Ευθύνη

Οι αθλητές/τριες (ατομικά) είναι υπεύθυνοι/ες για κάθε απαγορευμένη ουσία που έχουν χρησιμοποιήσει, για την απόπειρα χρήσης της, ή που έχει ανιχνευθεί στον οργανισμό τους, ανεξαιρέτου αν αυτή ήταν ακούσια ή εκούσια, ή αν υπήρχε δόλος .

Το σώμα αθλητή/τριας έγκειται στην απόλυτη ευθύνη του/της



Είναι τα παρακάτω σκευάσματα ασφαλή;





Informed-Sport is a quality assurance program for sports nutrition products, suppliers to the sports nutrition industry, and supplement manufacturing facilities. The program certifies that all nutritional supplements and/or ingredients that bear the Informed-Sport logo have been tested for banned substances by the world class sports anti-doping laboratory, LGC. Athletes choosing to use supplements can use the search function above to find products that have been through this rigorous certification process.

MORE ABOUT

EDUCATIONAL RESOURCES

Informed Sport

- Ελαχιστοποίηση κινδύνου μόνο
- Δεν ελέγχονται όλες οι απαγορευμένες ουσίες
- Μόνο συγκεκριμένα προϊόντα - όχι μάρκες
- Πρέπει να αγοράσετε από την ίδια παρτίδα για να ελαχιστοποιήσετε τον κίνδυνο

<http://www.informed-sport.com/>



1^ο Βήμα – Εξακρίβωση ουσίας

Αναζητήστε εδώ ...

Είσοδος χρήστη | Ανανέωση συνθηματικού | Δωρεάν εγγραφή

Γαληνός
Οδηγός φαρμάκων

Εμπορική, δραστική, barcode, νόσος, κ.α. | Όλες οι κατηγορίες

Αρχική σελίδα | Φαρμακευτικός οδηγός | Εργαλεία | Περί Γαληνού

Πρόγραμμα συνδρομητών

Μάθετε περισσότερα για τα οφέλη και τις επιπλέον παροχές των συνδρομητικών προγραμμάτων

- Φάρμακα
- Δραστικές ουσίες
- Συμπληρώματα
- Συγχορήγηση
- Νόσοι ICD-10
- Ομάδες ATC

1^ο Βήμα – Έλεγχος της ουσίας (στα αγγλικά)

WHAT IS PROHIBITED

English

2017 LIST OF PROHIBITED SUBSTANCES AND METHODS

The Prohibited List is a cornerstone of the World Anti-Doping Code and a key component of harmonization. The List is updated annually following an extensive consultation process facilitated by WADA.

The 2017 List is valid from January 1 to December 31, 2017.

SUBSTANCES AND METHODS

PROHIBITED AT ALL TIMES

(IN- AND OUT-OF-COMPETITION)

SUBSTANCES

PROHIBITED IN-COMPETITION

RESOURCES

[Prohibited List](#)

[Monitoring Program](#)

PROHIBITED AT ALL TIMES

English

[Back](#)

Substances

50 Non-approved substances

Methods

51 Anabolic agents

52 Peptide hormones, growth factors, related substances and mimetics

53 Beta-2 agonists

54 Hormone and metabolic modulators

55 Diuretics and masking agents

ANABOLIC AGENTS

If a Substance or Method is not defined in this list, please verify with your Anti-Doping Organization.

Anabolic agents are prohibited.

1. ANABOLIC ANDROGENIC STEROIDS (AAS)

A. EXOGENOUS * AAS, INCLUDING:

1 androstenediol (5α-androst-1-ene-3β,17β-diol)
1 androstenedione (5α-androst-1-ene-3,17-dione)
1 testosterone (17β-androst-4-en-3-one)



Εναλλακτικά ... 2^ο Βήμα – Global Dro

The screenshot shows the Global Dro website, titled "The Real World Prohibited List". The header includes the logo and a UK flag. A navigation bar contains links for HOME, SEARCH, HELP, and FAQs. Below this is a search interface with four dropdown menus: "User Type" (set to "Select"), "Sport" (set to "Select"), "Nation of Purchase" (set to "United Kingdom"), and "Search for" (empty). A "Search" button is positioned to the right of the search input. The main content area features a "Top 5 Searches" list: PARACETAMOL, LEMSIP GOLD & FLU, COCAINE, IBUPROFEN, and SUDAFED CONGESTION. To the right of the list are two promotional banners: one for "100% ME" (UK's anti-doping education programme) and another with the text "DON'T LET DRUG CHEATS STEAL YOUR GLORY" over an image of a person.

Εφαρμογή SafeYou



**MUSCLE
GROWTH &
STRENGTH**

**WEIGHT
LOSS & FAT
BURNER**

ENDURANCE

**STIMULANTS
& ENERGY
BOOST**

ANABOLIC ANDROGENIC STEROIDS (AAS) ARE SYNTHETIC VERSIONS OF THE HORMONE TESTOSTERONE. TESTOSTERONE IS A MALE SEX HORMONE FOUND IN LARGE QUANTITIES IN MOST MALES AND SMALLER AMOUNTS IN FEMALES. THE ANABOLIC EFFECTS CAN RESULT IN AN ACCELERATED GROWTH OF MUSCLE AND BONE. ATHLETES MAY BE TEMPTED TO USE ANABOLIC STEROIDS TO INCREASE MUSCLE SIZE AND STRENGTH, REDUCE THE AMOUNT OF TIME REQUIRED TO RECOVER AFTER EXERCISE, AND TO TRAIN HARDER AND FOR A LONGER PERIOD OF TIME ALLOWING THEM TO COMPETE AT THE HIGHEST LEVEL IN SPORTS RELATING TO STRENGTH, POWER, BODYBUILDING AND STAMINA ACTIVITIES.

LIST SUBSTANCES 



Εφαρμογή SafeYou



**MUSCLE
GROWTH &
STRENGTH**

**WEIGHT
LOSS & FAT
BURNER**

ENDURANCE

**STIMULANTS
& ENERGY
BOOST**

ANABOLIC ANDROGENIC STEROIDS (AAS) ARE SYNTHETIC VERSIONS OF THE HORMONE TESTOSTERONE. TESTOSTERONE IS A MALE SEX HORMONE FOUND IN LARGE QUANTITIES IN MOST MALES AND SMALLER AMOUNTS IN FEMALES. THE ANABOLIC EFFECTS CAN RESULT IN AN ACCELERATED GROWTH OF MUSCLE AND BONE. ATHLETES MAY BE TEMPTED TO USE ANABOLIC STEROIDS TO INCREASE MUSCLE SIZE AND STRENGTH, REDUCE THE AMOUNT OF TIME REQUIRED TO RECOVER AFTER EXERCISE, AND TO TRAIN HARDER AND FOR A LONGER PERIOD OF TIME ALLOWING THEM TO COMPETE AT THE HIGHEST LEVEL IN SPORTS RELATING TO STRENGTH, POWER, BODYBUILDING AND STAMINA ACTIVITIES.

LIST SUBSTANCES [➔](#)



Εφαρμογή SafeYou

NANDROLONE-DECANOATE



TESTOSTERONE BOOSTERS OR
MUSCLE BUILDERS

MEDIUM



HIGH

PROHIBITED AT ALL TIMES



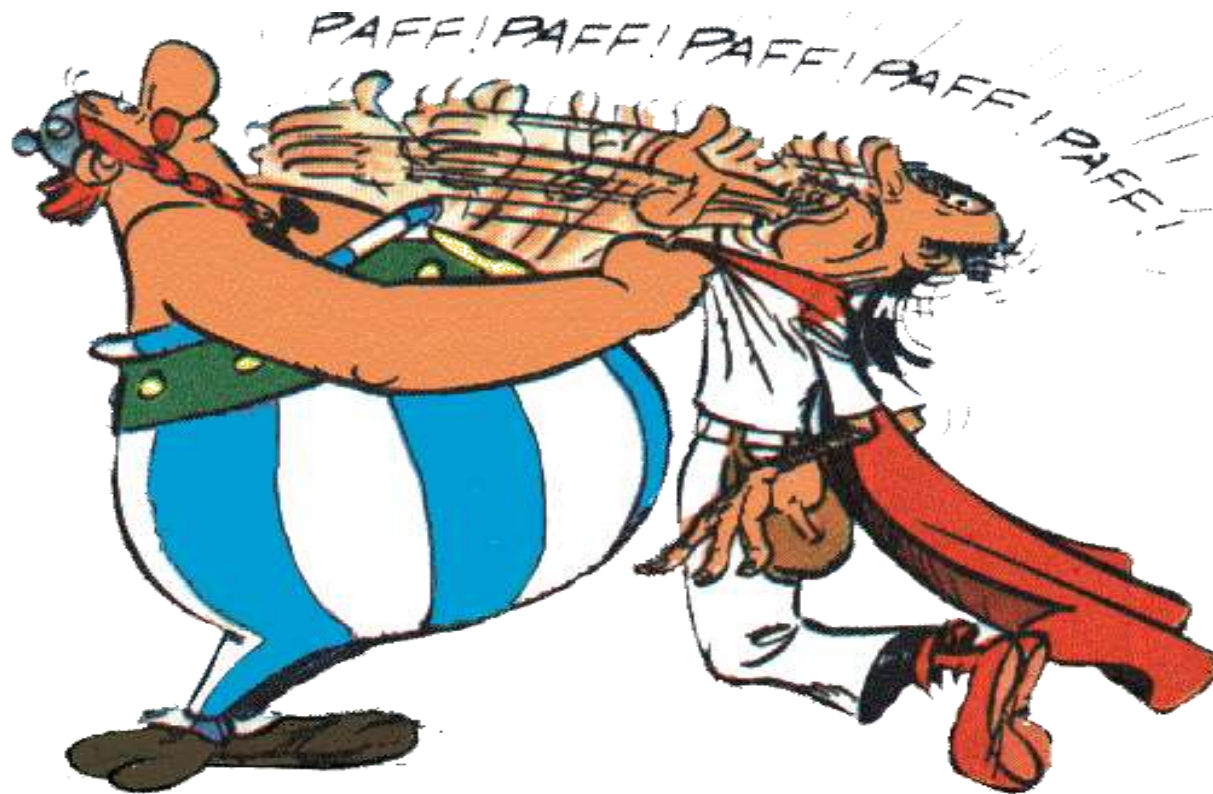
MEDICAL USE FOR: TREATING ANEMIA

MAXIMUM DOSAGE: WITHDRAWN FROM THE MARKET. NOT APPROPRIATE FOR USE FOR HUMANS.

COMMON SIDE EFFECTS: NOT KNOWN SIDE EFFECTS DUE TO BEING WITHDRAWN FROM THE MARKET.



Ευχαριστώ



Για την προσοχή σας

