

# Αντι-Ντόπινγκ

Σημαντικά Δεδομένα και Επισημάνσεις  
από τον Οδηγό Αθλητή του WADA



**WORLD  
ANTI-DOPING  
AGENCY**

play true

# Τι είναι ο WADA;

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Αντι-Ντόπινγκ (WADA) είναι ο διεθνής ανεξάρτητος οργανισμός που δημιουργήθηκε το 1999 για να προωθεί, συντονίζει και παρακολουθεί τη μάχη κατά του ντόπινγκ στον αθλητισμό σε όλες του τις μορφές.

Ο WADA συντόνισε την ανάπτυξη και την περαιτέρω εξέλιξη, του Παγκόσμιου Κώδικα Αντι-Ντόπινγκ (Κώδικα). Ο WADA εμπλέκεται σε πολλές σημαντικές δραστηριότητες, περιλαμβανομένων, επιστημονικής και κοινωνικής έρευνας, εκπαίδευσης, επιρροής σε αθλητές, οικοδόμησης ικανότητας αντι-ντόπινγκ, επιβολής και παρακολούθησης της εφαρμογής του Κώδικα. Ο WADA δεν είναι υπηρεσία ελέγχων.

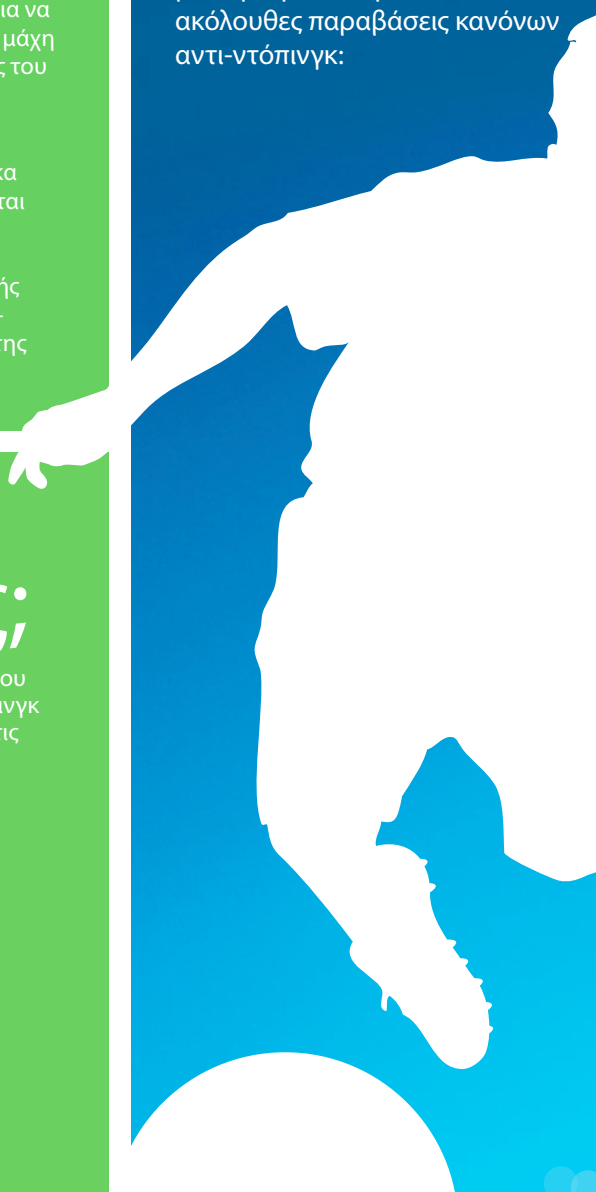
# Τι είναι Ο Κώδικας;

Ο Κώδικας είναι το κείμενο μέσω του οποίου διασφαλίζεται ότι οι κανονισμοί αντι-ντόπινγκ είναι οι ίδιοι σε όλα τα αθλήματα και όλες τις χώρες.




# Τι είναι Ντόπινγκ;

Ως Ντόπινγκ ορίζεται το γεγονός μιας ή περισσότερων από τις ακόλουθες παραβάσεις κανόνων αντι-ντόπινγκ:



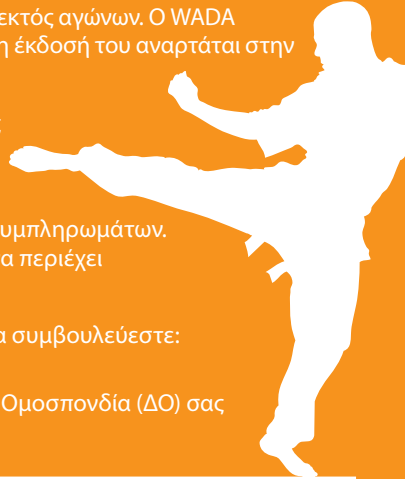


- 
- 1 Παρουσία** μιας απαγορευμένης ουσίας σε δείγμα αθλητή
  - 2 Χρήση** ή απόπειρα χρήσης απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου
  - 3 Άρνηση** υποβολής σε δειγματοληψία μετά από ειδοποίηση
  - 4 Αποτυχία** υποβολής πληροφοριών εντοπισμού & άκαρποι έλεγχοι
  - 5 Παραποίηση** οποιουδήποτε μέρους της διαδικασίας ελέγχου ντόπινγκ
  - 6 Κατοχή** μιας απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου
  - 7 Διακίνηση** μιας απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου
  - 8 Χορήγηση** ή απόπειρα χορήγησης απαγορευμένης ουσίας ή μεθόδου σε αθλητή
  - 9 Συνέργεια** σε παράβαση κανόνων αντιντόπινγκ
  - 10 Απαγορευμένη** Σύμπραξη με τιμωρημένο Προσωπικό Υποστήριξης Αθλητή

# Ο Κατάλογος Απαγορευμένων Ουσιών και Μεθόδων

Ο Κατάλογος εφαρμόζεται σε αθλητές τόσο εντός όσο και εκτός αγώνων. Ο WADA επικαιροποιεί τον Κατάλογο ετησίως και η πλέον πρόσφατη έκδοσή του αναρτάται στην ιστοσελίδα μας.

- Η ανεύθυνη χρήση οποιασδήποτε ιατρικής, διαιτητικής ή άλλης ουσίας ή μεθόδου μπορεί να σας αποστερήσει από την καλύτερη επίδοσή σας.
- Συστήνεται εξαιρετική προσοχή σχετικά με τη χρήση συμπληρωμάτων. Ακόμα και ένα “πλήρως φυσικό” συμπλήρωμα μπορεί να περιέχει μια απαγορευμένη ουσία.
- Πριν πάρετε φάρμακα/συμπληρώματα πρέπει πάντα να συμβουλευέστε:
  - τον Κατάλογο
  - τον Εθνικό Οργανισμό Αντι-Ντόπινγκ (ΕΟΑΝ)/Διεθνή Ομοσπονδία (ΔΟ) σας
  - έναν φαρμακοποιό ή ιατρό



**ΕΧΘΣ** Απουύμενος και αποκτώντας μιαν Εξαίρεση Χρήσης για Θεραπευτικούς Σκοπούς (ΕΧΘΣ) από την ΔΟ σας (για αθλητές διεθνούς επιπέδου) ή τον ΕΟΑΝ σας (για αθλητές εθνικού επιπέδου), μπορεί να σας επιτραπεί να πάρετε ορισμένα απαγορευμένα φάρμακα για συγκεκριμένες παθήσεις.

## Τα πάντα γύρω από τις Πληροφορίες Εντοπισμού

Εάν έχετε ενταχθεί σε έναν Κατάλογο Ελεγχόμενων Αθλητών (ΚΕΑ), πρέπει να παρέχετε τρέχουσες και ακριβείς πληροφορίες εντοπισμού, περιλαμβανομένων:

- διεύθυνσης κατοικίας
- προγράμματος και εγκατάστασης προπονήσεων
- προγράμματος αγώνων
- συνήθων προσωπικών δραστηριοτήτων όπως εργασία ή σχολείο.

Επιπροσθέτως, πρέπει να προσδιορίσετε μία τοποθεσία και ένα παράθυρο 60 λεπτών κάθε ημέρας εντός του οποίου μπορεί να αναζητηθείτε για έλεγχο. Εάν δεν είστε παρών στην προσδιορισθείσα τοποθεσία εντός της ώρας αυτό μπορεί να θεωρηθεί ως άκαρπος έλεγχος. Ακόμα και εάν δεν έχετε περιληφθεί σε έναν ΚΕΑ μπορεί να σας ζητηθεί να παρέχετε παρόμοιες πληροφορίες εντοπισμού.

# Έλεγχος (Έλεγχος Ντόπινγκ)

Δείτε παρακάτω έναν  
εικονογραφημένο οδηγό με  
Τα 11 Στάδια του  
Ελέγχου Ντόπινγκ

Εάν αγωνίζεστε σε διεθνές και/η εθνικό επίπεδο, μπορεί να υποστείτε έλεγχο ούρων ή/και αίματος ανά πάσα στιγμή, οπουδήποτε από τη ΔΟ σας, τον ΕΟΑΝ σας ή την Οργανωτική Επιτροπή Μεγάλης Διοργάνωσης. Ειδικά εκπαιδευμένο και διαπιστευμένο προσωπικό ελέγχου ντόπινγκ διεξάγει όλους τους ελέγχους.

Ο έλεγχος μπορεί να διενεργηθεί εντός αγώνων και εκτός αγώνων.

## Αλλά γιατί εγώ;

- Εντός αγώνων μπορεί να επιλεγείτε μέσω τυχαίας επιλογής, θέσης κατάταξης ή στοχευμένα για κάποιον ιδιαίτερο λόγο.
- Εκτός αγώνων μπορεί να ελεγχθείτε ανά πάσα στιγμή, οπουδήποτε και χωρίς προειδοποίηση.
- Εάν είστε ανήλικος ή αθλητής με συγκεκριμένη αναπηρία, μπορεί να χρειάζεστε ελαφρές τροποποιήσεις κατά τη διαδικασία δειγματοληψίας. Μπορείτε να συζητήσετε αυτές τις τροποποιήσεις με τον Υπεύθυνο Ελέγχου Ντόπινγκ κατά τη διάρκεια του ελέγχου.

Διευκολύνοντας  
τις Υποχρεώσεις  
Πληροφοριών Εντοπισμού  
με το

 **A D A M S**

Ως αθλητής, μπορείτε να επικαιροποιήσετε τις πληροφορίες εντοπισμού σας με το Σύστημα Διοίκησης και Διαχείρισης Αντι-Ντόπινγκ του WADA (ADAMS), όπου μπορείτε επίσης να έχετε πρόσβαση σε χρήσιμες πληροφορίες και υλικό.

 Βρείτε περισσότερα στο [wada-ama.org](http://wada-ama.org) 

# Έλεγχος:

## Τα 11 Βήματα του Ελέγχου Ντόπινγκ





3

### Αναφορά στον Σταθμό Ελέγχου Ντόπινγκ

Πρέπει να αναφερθείτε στον Σταθμό Ελέγχου Ντόπινγκ για τον έλεγχο σας αμέσως. Ο YEN μπορεί να σας επιτρέψει να καθυστερήσετε την αναφορά — εντούτοις μόνο σε ορισμένες περιπτώσεις.

4

### Εξοπλισμός Δειγματοληψίας

Σας δίνεται επιλογή ατομικώς σφραγισμένου εξοπλισμού δειγματοληψίας.

5

### Το Δείγμα σας

Θα σας ζητηθεί να παρέχετε δείγμα παρακολουθούμενος από έναν YEN ή Βοηθό. Επιπροσθέτως μπορεί να σας ζητηθεί να παρέχετε ένα δείγμα αίματος.

6

### Όγκος Ούρων

Ένα ελάχιστο 90mL απαιτείται για όλα τα δείγματα.

7

### Διαχωρισμός του Δείγματος

Το δείγμα σας θα διαχωριστεί σε ένα Α και ένα Β φιαλίδιο.



## Διαχείριση Αποτελεσμάτων

Κυρώσεις για παραβάσεις κανονισμών αντι-ντόπινγκ μπορούν να κυμαίνονται από μιαν επίπληξη έως ισόβιο αποκλεισμό. Η περίοδος αποκλεισμού μπορεί να ποικίλει αναλόγως του τύπου της παράβασης αντι-ντόπινγκ, τις συνθήκες κατά περίπτωση, την ουσία, και την πιθανή επανάληψη μιας παράβασης κανόνα αντι-ντόπινγκ.

Ως αθλητής, έχετε το δικαίωμα να αιτηθείτε ανάλυση Β δείγματος. Δικαιούστε μια δίκαιη ακρόαση και να προσφύγετε κατά όποιας απόφασης σχετικής με έναν θετικό έλεγχο ή κύρωσης που σας επιβλήθηκε μετά από μια παράβαση κανόνα αντι-ντόπινγκ.

Σε περίπτωση όποιας ασυμφωνίας μεταξύ αυτών των πληροφοριών και του Παγκόσμιου Κώδικα Αντι-Ντόπινγκ, επικρατεί ο Κώδικας. Οι πληροφορίες αυτές υπόκεινται σε αλλαγές οποτεδήποτε. Ελέγχετε πάντα με τη Διεθνή Ομοσπονδία σας, τον Εθνικό Οργανισμό Αντι-Ντόπινγκ ή την Εθνική Ομοσπονδία για τους πλέον επικαιροποιημένους κανονισμούς αντι-ντόπινγκ.

Ιανουάριος 2015



**WADA**

wada-ama.org • info@wada-ama.org  
facebook.com/wada.ama • twitter.com/wada\_ama

**Κεντρικά Γραφεία** 800 Place Victoria, Suite 1700, P.O. Box 120, Montreal, QC, H4Z 1B7,  
Canada • Tel.: +1.514.904.9232 • Fax: +1.514.904.8650

**Αφρική** Protea Assurance Building, 8th Floor, Greenmarket Square, Cape Town, 8001,  
South Africa • Tel.: +27.21.483.9790 • Fax: +27.21.483.9791

**Ασία/Ωκεανία** C/O Japan Institute of Sports Sciences, 3-15-1 Nishigaoka, Kita-Ku, Tokyo, 115-0056,  
Japan • Tel.: +81.3.5963.4321 • Fax: +81.3.5963.4320

**Ευρώπη** Maison du Sport International, Avenue de Rhodanie 54, 1007 Lausanne,  
Switzerland • Tel.: +41.21.343.43.40 • Fax: +41.21.343.43.41

**Λατινική Αμερική** World Trade Center Montevideo, Tower II, Unit 712, Calle Luis A De Herrera 1248,  
Montevideo, Uruguay • Tel.: +598.2.623.5206 • Fax: +598.2.623.5207



Βρείτε περισσότερα στο [wada-ama.org](http://wada-ama.org)

