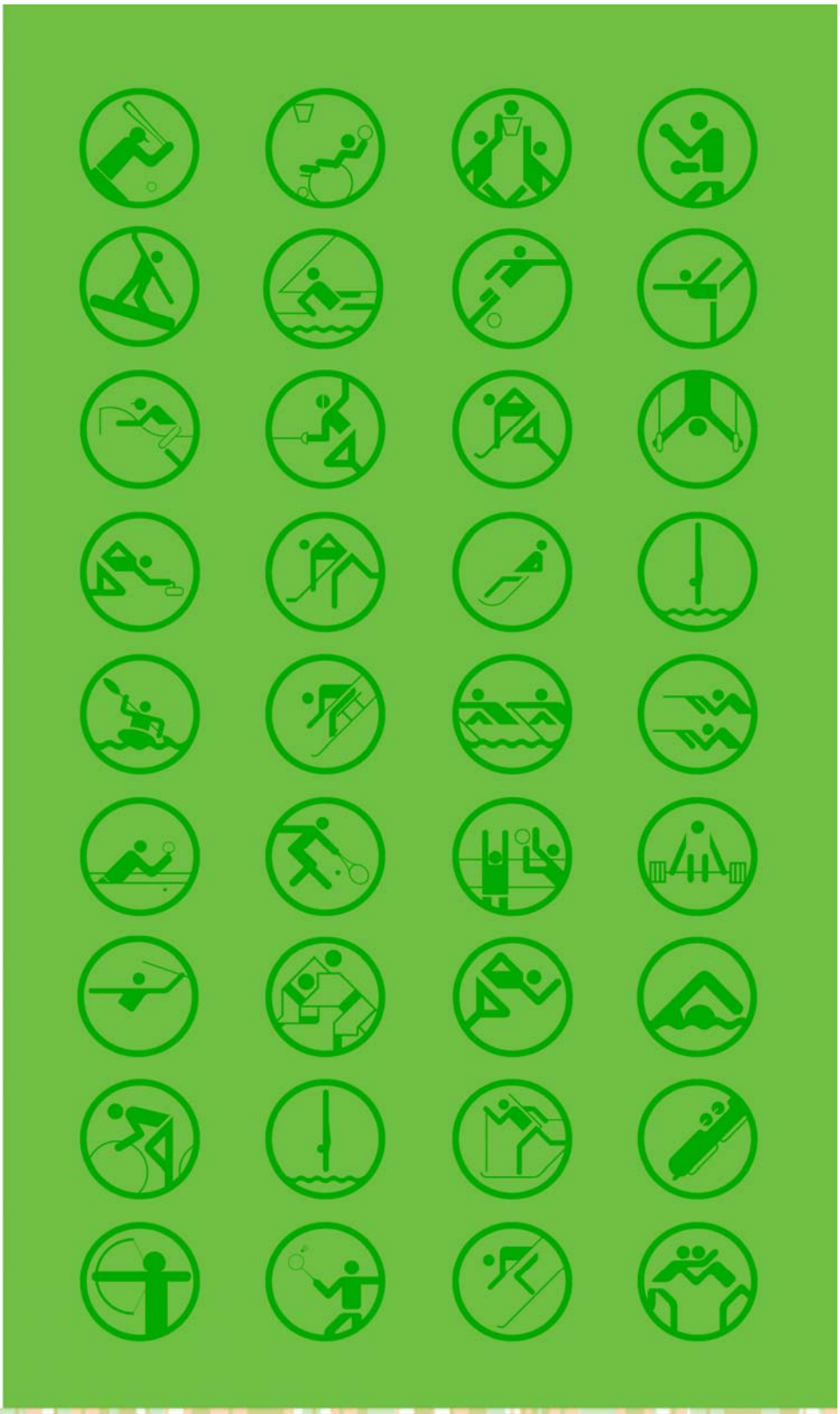
WADA AMA



Anti-Doping Quiz

www.wada-ama.org

All rights reserved 2007 WADA

1. **Otázka:** Jsem absolutně zodpovědný za vše, co se dostane do mého těla. Nezáleží na tom, zda spolknutím, aplikováním injekce či jinak. **Odpověď:** Správně.

   Vysvětlení: Všichni sportovci musí vyvíjet ativitu a ptát se, pokud si nejsou jisti, zda by látka nemohla ohrozit jejich sportovní kariéru. Pokud máte otázku, POLOŽTE JI! Pokud si nejste na 100 % jistí složením látky nebo neznáte její status **-** NEBERTE JI.

2. **Otázka:** Pouze sportovci startující na olympijských hrách, paralympijských hrách nebo světových šampionátech podstupují dopingové kontroly. **Odpověď:** Špatně.

   Vysvětlení: Řada zemí a mezinárodních federací má vlastní antidopingový program. To znamená, že pokud jste v reprezentaci, mužete být testováni jak při soutěži, tak mimo ni (např. doma či na tréninku).

3. **Otázka:** WADA je zkratkou: World Anti-Doping Administration nebo World Anti-Doping Agency? **Odpověď:** World Anti-Doping Agency.

   Vysvětlení: Cílem World Anti-Doping Agency (WADA) je propagovat, koordinovat a monitorovat na mezinárodní úrovni boj proti dopingu ve sportu.

4. **Otázka:** Když je sportovec při soutěži informován o tom, že byl vybrán na dopingovou kontrolu, může se do místnosti dopingové kontroly vzít doprovod dle svého výběru. **Odpověď:** Správně.

   Vysvětlení: Sportovec si má právo přivést na dopingovou kontrolu doprovod dle vlastního výběru. Obvykle doprovodem bývá osobní nebo týmový lékař či trenér. Doprovod může být přítomen při všech fázích dopingové kontroly s výjimkou vlastního odevzdání vzorku. Pokud je to nezbytné, má sportovec rovněž právo na překladatele.

5. **Otázka:** Pokud je v zemi, ve které bydlím, povoleno užívat určitý lék či preparát, mohu stejný lék prodávaný v cizině rovněž bezpečně použít. **Odpověď:** Špatně.

   Vysvětlení: Některé léky či preparáty mohou mít v různých zemích mírně odlišné složení.

6. **Otázka:** Kolikrát může být sportovec maximálně testován v průběhu jednoho roku? **Odpověď:** Počet dopingových kontrol není omezen.

   Vysvětlení: Neexistuje limit počtu soutěžních i mimosoutěžních, cílených i náhodných dopingových kontrol, které musí sportovec ročně absolvovat.

7. **Otázka:** Analýza moči ke zjištění zakázaných látek či metod ve sportu může být provedena jakoukoliv laboratoří, která má potřebné vybavení. **Odpověď:** Špatně.

   Vysvětlení: Analýza moči ke zjištění zakázaných látek či metod ve sportu může být provedena pouze v těch laboratořích, které odpovídají vysokým standartům WADA a jsou akreditovány jako dopingová laboratoř.

8. **Otázka:** Pokud si sportovec zakoupí výživový doplněk v lékárně (na přepážce), může si být absolutně jist, že je ve sportu povolen**. Odpověď:** Špatně.

"Please be advised that this information is subject to change at anytime. Always check with your International Federation or National Federation for the most up-to-date anti-doping regulations."
UPDATED January 2009

All rights reserved 2007 WADA

Vysvětlení: Používání preparátu či léku podstupuje sportovec na své vlastní riziko. Řada doplňků výživy obsahuje zakázané látky z hlediska dopingu. jelikož výroba těchto látek není v mnoha zemích regulována, musíte si pečlivě prověřit, že opravdu víte, co produkt obsahuje. **CHYTRÁ POMŮCKA:** Pokud jsou inzerované účinky suplementu až příliš vynikající - pravděpodobně obsahuje zakázanou látku. Alternativou k užívání doplňků výživy je přizpůsobit si nutriční program.

9. **Otázka:** Zdravotně postižení sportovci mohou užívat jakékoliv léky, které potřebují. **Odpověď:** Špatně.

   Vysvětlení: Zdravotně postižení sportovci musí akceptovat stejný seznam zakázaných látek jako zdraví sportovci. Pokud ovšem kvůli svému postižení potřebují určitý lék nebo preparát, mohou požádat lékařskou komisi Mezinárodního paralympijského výboru nebo národní antidopingovou organizaci o terapeutickou výjimkou (TUE). Nebývá však udělována automaticky.

10. **Otázka:** Je snadné se vyhnout pozitivnímu dopingovému testu díky použití cizího vzorku moči! **Odpověď:** Špatně.

    Vysvětlení: Pokud jsou používány příslušné testovací standarty, sportovec je od podání výzvy až do skončení testu neustále pod dohledem. I samotné odevzdání vzorku přímo pozoruje dopingový komisař, což činí případnou manipulaci se vzorkem velmi obtížnou.

11. **Otázka:** Pokud je sportovec nemocný, je omluven z používání jakékoliv léku, který mu pomůže se uzdravit! **Odpověď:** Špatně.

    Vysvětlení: Pokud jste nastydlý, máte chřipku nebo sennou rýmu **NEBERTE** žádné léky nebo látky, aniž byste si nejdříve překontrolovali, že neobsahuje zakázané látky. Platí to jak pro léky zakoupené v lékárně, tak pro léky na předpis. Pamatujte na to, že pozitivní test zůstane pozitivním testem.

12. **Otázka:** Trenér nebo doktor, který asistuje nebo podporuje sportovce v používání zakázaných látek může být potrestán, pokud je sportovcův vzorek pozitivní! **Odpověď:** Správně.

    Vysvětlení: Podporování nebo asistence při používání zakázaných látek nebo metod je považováno za vážné porušení antidopingových pravidel a sankce je nařízena dle pravidel popsaných ve Světovém antidopingovém kodexu.

13. **Otázka:** Dopingoví komisaři musí sportovce upozornit na test několik hodin před jejich příjezdem. **Odpověď:** Špatně.

    Vysvětlení: Pokud to podmínky dovolí, kontrola se uskuteční bez předchozího upozornění. To znamená, že dopingoví komisaři mohou vyzvat sportovce k testování kdykoliv a kdekoliv. Přesto se od dopingových komisařů očekává taktnost tak, aby nezpůsobili sportovcům nadbytečné obtíže.

14. **Otázka:** Pokud je test odebrán a zapečetěn, formulář je dokončen a podepsán, jakýkoliv pokus o otevření, kontaminování či jiné manipulování se vzorky bude očividně zřejmý! **Odpověď:** Správně.

    Vysvětlení: Sportovec by měl být klidný, že s jeho vzorkem nemůže být manipulováno. Navíc laboratoř hlásí každé podezření ohledně neporušenosti vzorku ještě před jeho analýzou.

All rights reserved 2007 WADA

15. **Otázka:** Sportovec může odmítnout podstoupit dopingovou kontrolu, pokud je příliš zaneprázdněný! **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Odmítnutí podstoupit dopingovou kontrolu může mít za následek stejný trest jako pozitivní test. Pokud sportovec odmítne podstoupit test, když byl vyzván, musí své odmítnutí vysvětlit na speciálním formuláři (Notification Form) a informovat o tom co nejrychleji nadřízené orgány.

16. **Otázka:** Pokud si to sportovec vyžádá, může ho jeho trenér doprovodit do místnosti dopingové kontroly. **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Každý sportovec má právo nechat se doprovodit jím vybranou osobou do místnosti dopingové kontroly.

17. **Otázka:** Sportovec musí použít odběrovou soupravu, kterou si vybral, přestože si myslí, že s ní bylo nějakým způsobem manipulováno nebo že vypadá znečištěné... Již si nemůže vyžádat jinou. **Odpověď:** Šptaně.

Vysvětlení: Mělo by vám být poskytnuto několik zapečetěných souprav na výběr. Pokud nejste spokojen se soupravou, kterou jste si původně vybral, měl byste si říci o novou a vaši žádosti bude vyhověno.

18. **Otázka:** Sportovec by měl oznámit svému doktorovi, že je sportovcem, a proto může být vyzván k dopingové kontrole a nesmí užívat zakázané látky. **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Je důležité, že váš doktor ví, že vám musí předepisovat pouze alternativy k lékům zahrnutým na seznamu zakázaných léků. Pokud to není možné, musíte požádat o terapeutickou výjimku (TUE) příslušnou mezinárodní nebo národní federaci či národní antidopingovou organizaci. Požádat o výjimku musíte ještě předtím, než začnete lék užívat. Váš doktor by však měl být upozorněn, že tento postup je pouze pro nutné případy.

19. **Otázka:** Pokud sportovec není schopen poskytnout požadované množství moči bude požádán o krevní test pro doplnění vaš ho testu moči. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Pokud nejste schopen poskytnout požadované množství moči, váš neúplný vzorek bude zapečetěn a zaznamenán, dokud nebudete schopen vzorek doplnit do požadovaného množství.

20. **Otázka**: Někdy sportovec musí podvádět a brát zakázané prostředky, aby vyhrál. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Pokud jste si musel vzít zakázanou látky, abyste vyhrál, pak jste ve skutečnosti nevyhrál, jelikož jste nepodal nejlepší výkon jen díky vašemu tělu. Podvádění podkopává víru v ducha fair play jak u vás, tak u vašich soupeřů.

21. **Otázka:** Je v pořádku vzít si lék od osoby, které sportovec věří, přestože neví, co daný lék obsahuje. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Sportovec by vždy měl vědět, co se dostává do jeho těla. Používání léků bez toho, aniž byste věděli, co obsahují, může vést k pozitivnímu dopingovému testu a rovněž může být nebezpečné pro vaše zdraví.

22. **Otázka:** Pokud přijde ke sportovci domů komisař na mimosoutěžní test, může **sám** opustit pokoj, aby si například udělal hrnek čaje nebo si odešel něco vyřídit. **Odpověď:** Špatně.

All rights reserved 2007 WADA

Vysvětlení: Je důležité chránit věrohodnost vzorku tím, že zůstanete neustále pod dohledem dopingového komisaře, dokud není test dokončen. Pokud potřebujete opustit pokoj, řekněte to komisaři a on vás doprovodí.

23. **Otázka:** Pokud sportovec minulý týden podstoupil mimosoutěžní test, bude trvat několik týdnů, než bude požádán o další? **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Může to trvat několik týdnů než proběhne další test, ale rovněž to může být jen několik dní či dokonce hodin. Výhodou testů krátce po sobě je, že zabraňuje podvádění ve chvíli, kdy je "bezpečné" podvádět.

24. **Otázka:** Když sportovci předepíše osobní nebo týmový doktor lék a má posléze pozitivní dopingový test, je to chyba doktora a nikoliv sportovce. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Váš doktor může být potrestán za špatnou radu a nevhodnou léčbu, ale vy byste měli věřit jen sami sobě, pokud jde o to, co berete. **VY JSTE ZODPOVĚDNÍ ZA TO, CO BERETE!**

25. **Otázka:** Může být sportovec úmyslně vybrán pro dopingovou kontrolu? **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Jako vrcholový sportovec na národní či mezinárodní úrovni můžete být úmyslně i náhodně vybrán pro dopingovou kontrolu. Poskytuje vám to možnost dokázat, že závodíte bez použití dopingu.

26. **Otázka:** Pokud dopingový komisař nemá identifikační průkaz, může sportovec odmítnout testování? **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Dopingový komisař musí být schopen prokázat, že má právo testovat a že náleží k autorizované organizaci. Pokud tak neučiní, vysvětlete to na speciálním formuláři (Notification Form), podepište to, nechte si kopii a okamžitě kontaktujte vaší federaci.

27. **Otázka:** Osoba, která v laboratoři dostane k testování sportovcův vzorek, ví, komu patří? **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Dokumenty, které jsou spolu se vzorkem do laboratoře odeslány, neobsahují žádné osobní údaje. Jediné informace, které laboratoř dostane, jsou sport/ akce/ pohlaví/ federace a datum testu.

28. **Otázka:** Po testu si dopingový komisař nechá všechny dokumenty a sportovec jejich kopie dostane až později? **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Pokud jste poskytl vzorek, dokončili jste vyplňování formuláře o průběhu dopingové kontroly a podepsali ho, dopigový komisař vám má dát kopii formuláře a případně i všech dalších formulářů, které byste si měli uschovat.

29. **Otázka:** Když je sportovec na dovolené, není povinnen poskytnout údaje o místech pobytu pro monitorovací systém, protože je na dovolené! **Odpověď:** Špatně.
Vysvětlení: Sportovci musí poskytnout údaje o místech pobytu pro monitorovací systém i v případě, že jsou na dovolené tak, aby mohly antidopingové organizace lokalizovat jejich pobyt pro případ, že je budou chtít podrobit testování.

"Please be advised that this information is subject to change at anytime. Always check with your International Federation or National Federation for the most up-to-date anti-doping regulations."
UPDATED January 2009

All rights reserved 2007 WADA

30. Otázka: Anabolické steroidy jsou vždy zakázány ve sportu a v mnoha zemích patří mezi ilegální. Používání anabolických steroidů může způsobit tyto vedlejší účinky:

a. Mužům rostou prsa a ženám hrubne hlas
b. Selhání jater a srdce
c. Násilné změny nálad
d. Vše výše zmínené

Odpověď: d. Vše výše zmínené. **Vysvětlení:** Anabolické steroidy způsobují nárůst svalové hmoty, ale jejich zdokumentované vedlejší účinky mohou ohrozit váš život. Používáním anabolických steroidů neohrožujete jen vaše zdraví, ale rovněž podvádíte sami sebe, jelikož nikdy nepoznáte případný maximální výkon sebe sama jako čistého sportovce.

31. Otázka: TUE program poskytuje sportovcům možnost léčit závažné zdravotní problémy za použití zakázané látky. TUE bude udělena pouze v případě, že nezpůsobí závažný zdravotní problém, nezvýší výkonnost a není zde možno použít jinou alternativní látku nebo metodu.

TUE znamená:

a. Therapeutic Use Exemption (Terapeutická výjimka)
b. Therapeutic Use Equipment (Terapeutické vybavení)

Odpověď: a. Therapeutic Use Exemption. **Vysvětlení:** Sportovci soutěžící na mezinárodní úrovni mají požádat o terapeutickou výjimku (TUE) u mezinárodní federace, sportovci soutežící na národní úrodni by tak měli učinit u národního antidopingového výboru. TUE jsou udělovány na specifické léky s určeným dávkováním a na určitou dobu.

32. Otázka: Lidský růstový hormon stimuluje růst kostí, svalů a orgánů. Je absolutně zakázán ve sportu a jeho používání je pokládáno za podvádění. Běžné vedlejší účinky zahrnují:

a. kardiovaskulární onemocnění
b. bolest svalů a kloubů, abnormální růst orgánů
c. cukrovka
d. Vše výše zmínené

Odpověď: d. Vše výše zmínené. **Vysvětlení:** Dopingový test pro určení použití růstového hormonu již existuje.

33. Otázka: Seznam zakázaných látek určuje, které látky jsou zakázané při soutěži a mimo soutěž. **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Seznam zakázaných látek každý rok obnovuje rada mezinárodních expertů a inovovaná verze vstupuje v platnost k 1. lednu každého roku. Všichni sportovci by se měli ujistit, že mají nejnovejší informace, které jsou rovnež k dispozici na webových stránkách WADA - www.wada-ama.org

All rights reserved 2007 WADA

34. Otázka: Pokud si sportovec omylem vezme zakázanou látku a oznámí vše dopingovému komisaři, zaznamená se to do formuláře a s použitím zakázné látky nebude žádný problém. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Světový antidopingový kodex striktně vymezuje odpovědnost, což znamená, že pokud se zakázaná látka najde ve sportovcově těle, je za to zodpovědný.

35. Otázka: Co se skrývá pod názvem "maskovací látka"?

a. osoba, která pomáhá sportovci užívat zakázané látky
b. látka nebo procedura používaná k zakrytí používání zakázaných látek
c. doprovod
d. lepidlo používané k upevnění víčka na lahvičce používané při dopingové kontrole.

Odpověď: b. **Vysvětlení:** "Maskovací látka" je jakákoliv látka nebo procedura používaná ke změně vlastností vzorku, která ve výsledném efektu zakrývá použití dopingu. "Maskovací látky" jsou zakázané jak při souteži, tak i mimo soutěž.

36. Otázka: I když je sportovec zraněný a nezávodí, musí stále obnovovat svá místa pobytu pro monitorovací systém pro případ, že by byl vybrán na dopingovou kontrolu. **Odpověď:** Správně.

Vysvětlení: Jako sportovec musíte stále obnovovat svá místa pobytu pro monitorovací systém i v případě, že nezávodíte kvůli zranění nebo nemoci tak, aby vás antidopingové organizace mohly kdykoliv a kdekoliv nalézt.

37. Otázka: Již existují testy pomocí ní chž lze odhalit používá ní růstové ho hormonu. **Odpověď:** Sprá vně.

Vysvětlení: Existují krevní testy na růstový hormon, které jsou užívány od roku 2004 při kontrolách soutěžních i mimosoutěžních.

38. Otázka: Je časté, že sportovci omdlívají nebo se necítí dobře, když jim při dopingové kontrole odebírají krev. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Pouze velmi malé množství krve (odpovídá rozměru tuby rtěnky) se bere od každého sportovce a toto množství nemá vliv na sportovcův výkon. Zároveň jsou v místnosti dopingové kontroly přítomni specialisté (zdravotní sestry nebo certifikovaný personál) pro zvládnutí případného nepříjemného nebo nepřirozeného pocitu.

39. Otázka: Pokud je sportovec vyzván k dopingové kontrole, vlastní odevzdá ní vzorku bude dosvědčeno komisařem – buď mužem nebo ženou. **Odpověď:** Špatně.

Vysvětlení: Dopingový komisař, který dosvědčí odevzdání vzorku musí být stejného pohlaví jako sportovec.

All rights reserved 2007 WADA

40. Otázka: Pokud má sportovec jaký koliv dotaz nebo cítí nejasnost k průběhu dopingové kontroly, má se na něj zeptat:

a. Kdykoliv po dopingové kontrole
b. Kdykoliv během dopingové kontroly
c. Stačí poslat dopis Světové antidopingové agentuře

Odpověď: b. Kdykoliv během dopingové kontroly. **Vysvětlení:** Sportovci by se měli cítit uvolnění a ptát se dopingového komisaře na cokoliv, co je zajímá. Sportovci mají právo zeptat se na informace ohledně odevzdávání vzorku a zapsat své komentáře ohledně kontroly do formuláře o průběhu dopingové kontroly.

41. Otázka: Sportovec můž e být testován při soutěži, i když nezávodí. **Odpověď:** Správně. **Vysvětlení:** Pokud je součástí týmu, může být zahrnut ve výběru pro dopingovou kontrolu, ať už vlastně závodí nebo ne.

42. Otázka. Jaký je účel Světového antidopingového kodexu?

a. Chránit základní právo sportovce soutěžit v čistém sportu
b. Propagovat zdraví, fair play a rovnost pro sportovce
c. Zajistit na mezinárodní úrovni harmonizovaný a efektivní antidopingový program
d. Vše výše zmíněné

Odpověď: D. Vše výše zmíněné. **Vysvětlení**: Světový antidopingový kodex je univerzální dokument, který zajišťuje a na jehož principu stojí antidopingový program po celém světě.

43. Otázka: Pokud je sportovcův vzorek pozitivní, má právo:

a. požádat si o analýzu B vzorku
b. zúčastnit se nebo se nechat zastoupit při otevírání a analýze B vzorku
c. vyžádat si kopie dokumentace
d. na vše výše zmíněné

Odpověď: D. Na vše výše zmíněné. **Vysvětlení**: Světový antidopingový kodex zajišťuje, že práva sportovců jsou respektována.

44. Otázka: Poskytová ní informací o místech pobytu pomáhá zajistit rovné prostředí ve sportu, jelikož všichni sportovci jsou k dosažení pro dopingovou kontrolu. Kdo má však přístup k informacím o místech pobytu?

a. informace se dostávají na veřejnost a každý, koho to zajímá, se k nim může dostat, včetně veřejnosti a zástupců médií
b. Veřejnost a média se k nim nemůžou dostat, ale každý zaměstnanec antidopingové organizace do nich může nahlédnout
c. Tyto informace jsou neustále udržovány jako přísně důvěrné a mohou bý použity pouze zaměstnanci antidopingové organizace, kteří jsou zodpovědní za plánování dopingových kontrol
d. Žádný z výše uvedených

Odpověď: c. **Vysvětlení**: Všechny informace o místech pobytu jsou přísně důvěrné a jsou používány pouze speciálně pro účely dopingových kontrol. Tyto informace budou zničeny, jakmile přestanou být platné.

All rights reserved 2007 WADA

45. Otázka. Jak často se aktualizuje Seznam zakázaných látek?

A. jednou měsíčně.
B. jednou ročně.
C. před každými olympijskými a paralympijskými hrami
D. nikdy se neaktualizuje

Odpověď: B Jednou ročně. **Vysvětlení**: Seznam zakázaných látek se vydává každoročně a vstupuje v platnost k 1. lednu. Všichni sportovci by se měli ujistit, že mají nejaktuálnější informace, které jsou rovněž k dispozici na webové stránce WADA – www.wada-ama.org.