

Quem joga limpo já é vencedor!

O Olimpismo é uma filosofia de vida que deve ser praticada por todos. Utiliza o esporte para a formação de uma consciência pacifista, democrática, humanitária, cultural e ecológica.

Exercitar o jogo limpo (*fair play*), respeitar competidores, árbitros, auxiliares, normas da competição e de cooperação com os adversários é agir como vencedor. Dentre as normas da competição, o uso do doping não é permitido.



ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO



CO-REALIZAÇÃO



OLIMPÍADAS
ESCOLARES
2009

Setembro/2009

ANTIDOPING

Mas o que é doping?

A palavra doping indica o uso de substância e/ou método proibido por parte de um atleta em benefício próprio, para progredir em seus treinamentos e melhorar seus resultados. Normalmente o doping é associado à utilização de substâncias ilícitas e alguns atletas lesionados recorrem a esse método rápido para reduzir as dores ou o tempo de recuperação. Nenhum doping é aceitável e não há motivo que justifique este comportamento antiesportivo.



MAIS INFORMAÇÕES!

www.cob.org.br/pesquisa_estudo/pesquisa_estudo.asp

www.olimpiadasescolares.org.br

www.wada-ama.org

A Agência Mundial Antidoping (AMA) divulga anualmente a lista de substâncias e métodos proibidos, que se dividem nas seguintes categorias:

Esteróides - Aumentam o volume dos músculos e sua força, mas podem prejudicar o fígado, o sistema hormonal, órgãos sexuais e o sistema reprodutor. Podem, ainda, causar morte por complicações cardiovasculares e hepáticas;

Hormônios - Quando ingeridos sem acompanhamento especializado e na juventude, em idade de crescimento, podem ser extremamente prejudiciais;

Diuréticos - Podem ajudar a perder peso, a mascarar o uso de outras substâncias proibidas e causar desidratação e fadiga.

São também proibidos em competição:

Estimulantes - Podem aumentar a contração muscular e reduzir o cansaço, mas também podem prejudicar o coração;

Narcóticos - Podem aliviar a dor temporariamente, mas costumam acarretar, em casos específicos, o agravamento de lesões;

Maconha - Pode acarretar a perda da coordenação motora e da concentração.

Alguns suplementos alimentares à venda merecem atenção, pois podem conter substâncias proibidas, mesmo quando seus rótulos afirmam que os produtos são completamente naturais. Todo atleta deve perguntar ao seu médico que cuidados precisa ter com a alimentação e com o uso de medicamentos.

Os testes de controle antidoping

Os testes de controle antidoping podem ser realizados durante uma competição ou treinamento, dentro ou fora de temporada e, segundo norma da Agência Mundial Antidoping (AMA), sem aviso prévio.

Os testes são acompanhados por um oficial de controle antidoping certificado para coleta da amostra de urina. As amostras são enviadas para um laboratório devidamente autorizado para este tipo de análise. Algumas substâncias podem ser detectadas mesmo quando aparecem em quantidades muito pequenas e meses depois de terem sido consumidas.

Se o atleta se negar a passar pelos testes ou fizer alguma tentativa no sentido de manipular o controle antidoping, receberá a mesma punição aplicada a um atleta que tenha um resultado positivo no teste para alguma substância definida como proibida.

O preço caro do doping

Se o resultado do teste de doping for positivo, o atleta será suspenso por período variável (em geral 2 anos). Se recorrer ao uso de doping, será obrigado a se retirar da cena esportiva para sempre, ficando impedido de competir oficialmente pelo resto da vida.

O doping compromete a imagem do esporte, acaba com o espírito esportivo e seus valores de cooperação e ética, tirando todo o brilho da cena de competição. É prejudicial à saúde, podendo inclusive matar!

Por isso, não se esqueça que o importante é competir! Ser avaliado pela técnica e superação, não somente pelos resultados. O esporte é a oportunidade de mostrar talentos, compartilhar uma postura de vida, fazer amigos e se divertir.

Você é o responsável pelas substâncias que ingere!

Cuide do atleta que mora em você!