

## Onde e quando pode ter lugar um controlo de dopagem?

Em competição e fora de competição, em qualquer local.

## Quem realiza os controlos de dopagem?

Os responsáveis de controlo de dopagem (RCD). Em Portugal são todos médicos, enfermeiros ou técnicos de análises clínicas.

## Quem decide realizar os controlos de dopagem?

A ADOP ou outras organizações internacionais antidopagem.

## Que tipos de controlos são efetuados?

Urina e/ou sangue.

## O PROCESSO DO CONTROLO DE DOPAGEM



## DURANTE O CONTROLO DE DOPAGEM

### DIREITOS DOS DESPORTISTAS

- Ser acompanhado por um representante
- Escolher o material de colheita
- Anotar no formulário as suas observações sobre o desenrolar do controlo

### RESPONSABILIDADES DOS DESPORTISTAS

- Submeter-se a um controlo de dopagem depois de notificado
- Apresentar um cartão de identificação
- Permanecer na presença do escolta ou do RCD durante todo o processo de controlo

## VIOLAÇÕES DAS REGRAS ANTIDOPAGEM

### Princípio da Responsabilidade Objetiva:

O desportista é responsável por todas as substâncias encontradas no seu organismo.



Uma violação de uma regra antidopagem pode levar a uma suspensão de toda a prática desportiva.

## OS SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Os suplementos alimentares podem apresentar riscos para a saúde e riscos de dopagem.

Certos suplementos podem conter substâncias interditas pelo que o seu consumo será susceptível de conduzir a um controlo adverso (**Positivo**) e a uma sanção.

### IMPORTANTE

Não existe nenhuma norma ou certificação que possa garantir a 100% que um suplemento não contém substâncias interditas

#### boas práticas

Pedir conselho junto de um profissional de saúde para a escolha dos suplementos a utilizar

**ATENÇÃO:**  
O RISCO ZERO NÃO EXISTE

## MEDICAMENTOS E AUT (Autorizações de Utilização Terapêutica)

Os desportistas que necessitam de seguir um tratamento médico contendo uma substância proibida podem ser autorizados a fazê-lo, para tal é necessário possuírem uma AUT válida

Os pedidos de AUT devem ser feitos obrigatoriamente antes do uso de substâncias ou métodos proibidos no quadro de um tratamento médico

Em certos casos, muito específicos, é possível fazer um pedido de uma AUT retroativa.

#### boas práticas

Avisar os profissionais de saúde que são desportistas e sujeitos a regras de antidopagem.

Consultar um profissional de saúde antes de tomar qualquer medicamento.

Verificar o carácter de interdição ou não de um medicamento no site da adop ([www.adop.pt - informa-te](http://www.adop.pt - informa-te))

## O SISTEMA DE LOCALIZAÇÃO

Para os desportistas inscritos no grupo alvo é importante fornecer as suas informações de localização nos prazos estabelecidos

Para os desportistas do grupo alvo existem três tipos de falta:

- Falta de transmissão de informação
- Informação insuficiente ou falha na atualização das suas informações
- Controlo declarado como não realizado no período de 60'

### ATENÇÃO

3 faltas num período de 12 meses consecutivos pressupõem uma violação das regras antidopagem e levam à abertura de um procedimento disciplinar

#### boas práticas

### IMPORTANTE

Submeter informação para a totalidade de cada trimestre (até ao dia 15 do mês anterior ao início do trimestre)

Modificar a sua localização sempre que ocorrerem mudanças no inicialmente previsto

