



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa



DEFINICJA DOPINGU

***„DOPING TO ZŁAMANIE
JEDNEGO LUB WIĘCEJ
PZEPISÓW ANTYDOPINGOWYCH”***



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**UŻYCIE LUB PRÓBA
UŻYCIA SUBST.
ZABRONIONEJ LUB
METODY ZABRONIONEJ**

**MANIPULACJA LUB
PRÓBA MANIPULACJI**

**PODANIE LUB PRÓBA
PODANIA
NAMAWIANIE DO
STOSOWANIA SUBST.
LUB METODY
ZABRONIONEJ**

**ODMOWA ODDANIA
PRÓBKII LUB UNIKANIE
KONTROLI
ANTYDOPINGOWEJ**

**POSIADANIE
SUBSTANCJI LUB
METODY ZABRONIONEJ**

**WSPÓŁDZIAŁANIE PRZY
NARUSZENIU
PRZEPISÓW**

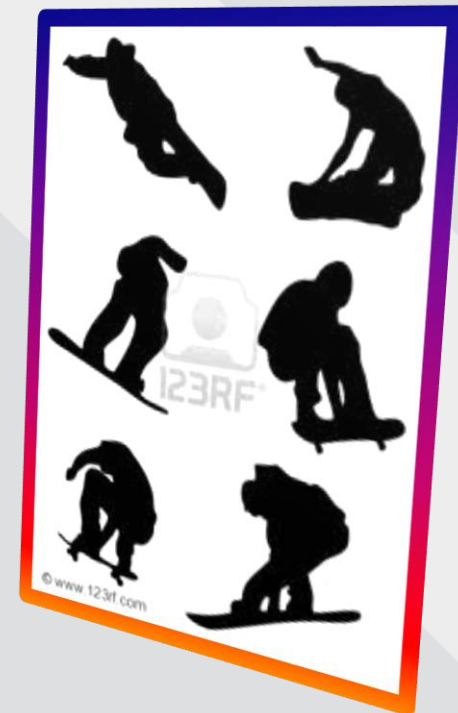
**NIEPODANIE LUB
NIEWŁAŚCIWE
PODANIE INFORMACJI
POBYTOWYCH**

**HANDEL LUB PRÓBA
HANDLU SUBST. LUB
METODAMI
ZABRONIONYMI**

**ZABRONIONA
WSPÓŁPRACA
ZAWODNIKA Z
ZAWIESZONYM
TRENEREM**



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa



**PROFESJONALNY SPORT, FITNESS,
CODZIENNA I STRESUJĄCA PRACA, STYL
ŻYCIA**



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

DOPING W SPORCIE

WALCZYĆ CZY ZAAKCEPTOWAĆ?





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa



PRÓBKI MOCZU I KRWI



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa



PRÓBKI

**EDUKACJA
INFORMACJA**

**ANTY
DOPING**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**FAIR PLAY, CZYSTY SPORT, SKACZ
CZYSTY
CLEAN, BIEGAJ CZYSTY, RZUCAJ
CZYSTY**





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**SAY NO TO
DOPING!**



**BĄDŹ
ŚWIADOMY
BĄDŹ CZYSTY**



**CZYSTY SPORT
AKADEMIA
PRAWDZIWYCH
MISTRZÓW**

**GRAM
CZYSTO**

***FAIR
PLAY**



POLADA

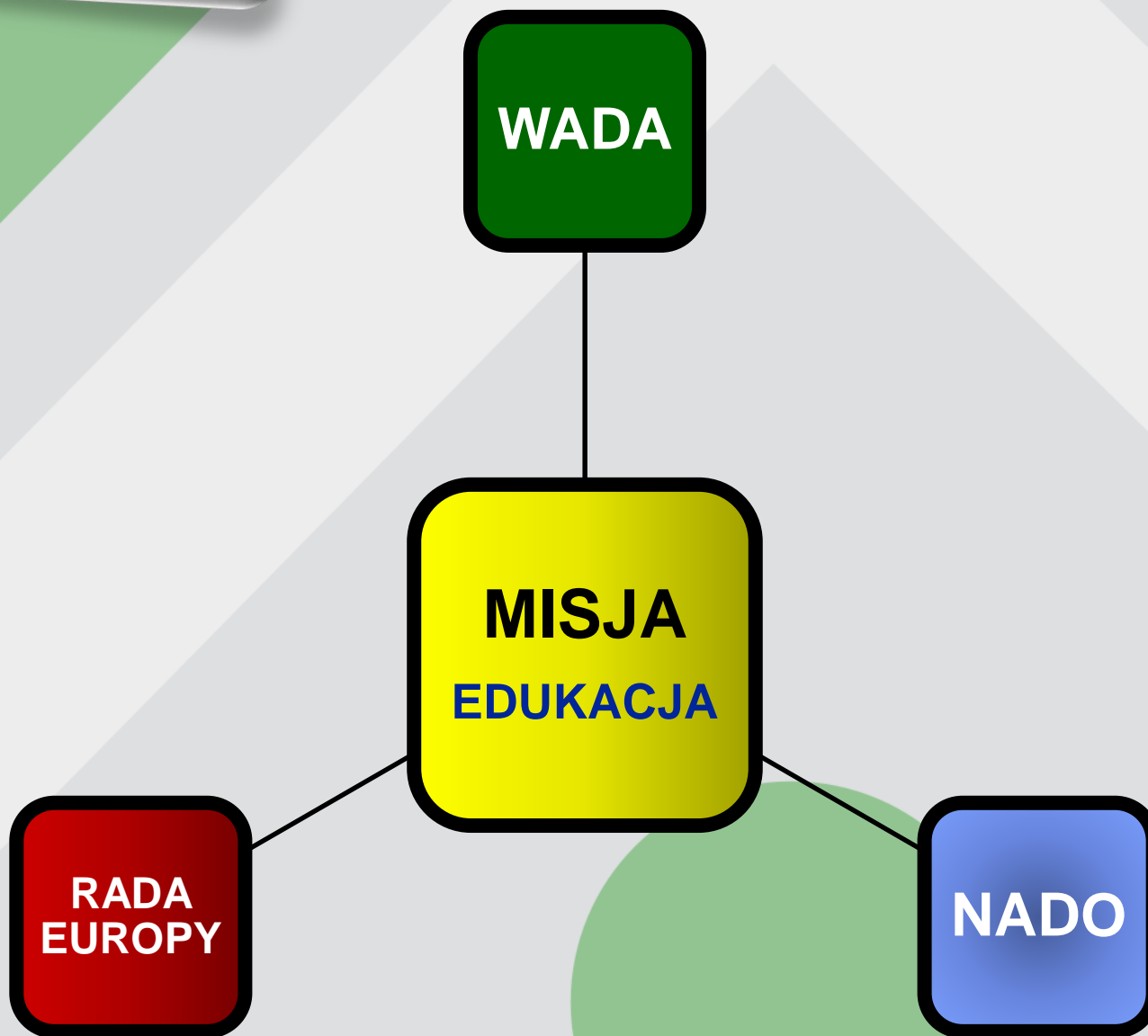
Polska Agencja Antydopingowa

WADA

**MISJA
EDUKACJA**

**RADA
EUROPY**

NADO





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

DZIAŁALNOŚĆ EDUKACYJNA



**PRZEDSTAWIENIE FAKTÓW
TU I TERAZ
(INFORMACJA)**



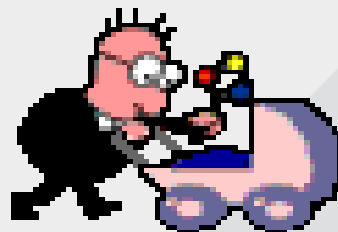
**PRZEDSTAWIENIE WARTOŚCI
ZMIENIAJĄCYCH ZACHOWANIE
DŁUGI CZAS TRWANIA
(EDUKACJA)**



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa



ZAWODNICY



RODZICE



TRENERZY – TRESERZY?



SŁUŻBA MEDYCZNA

GRUPY DOCELOWE



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

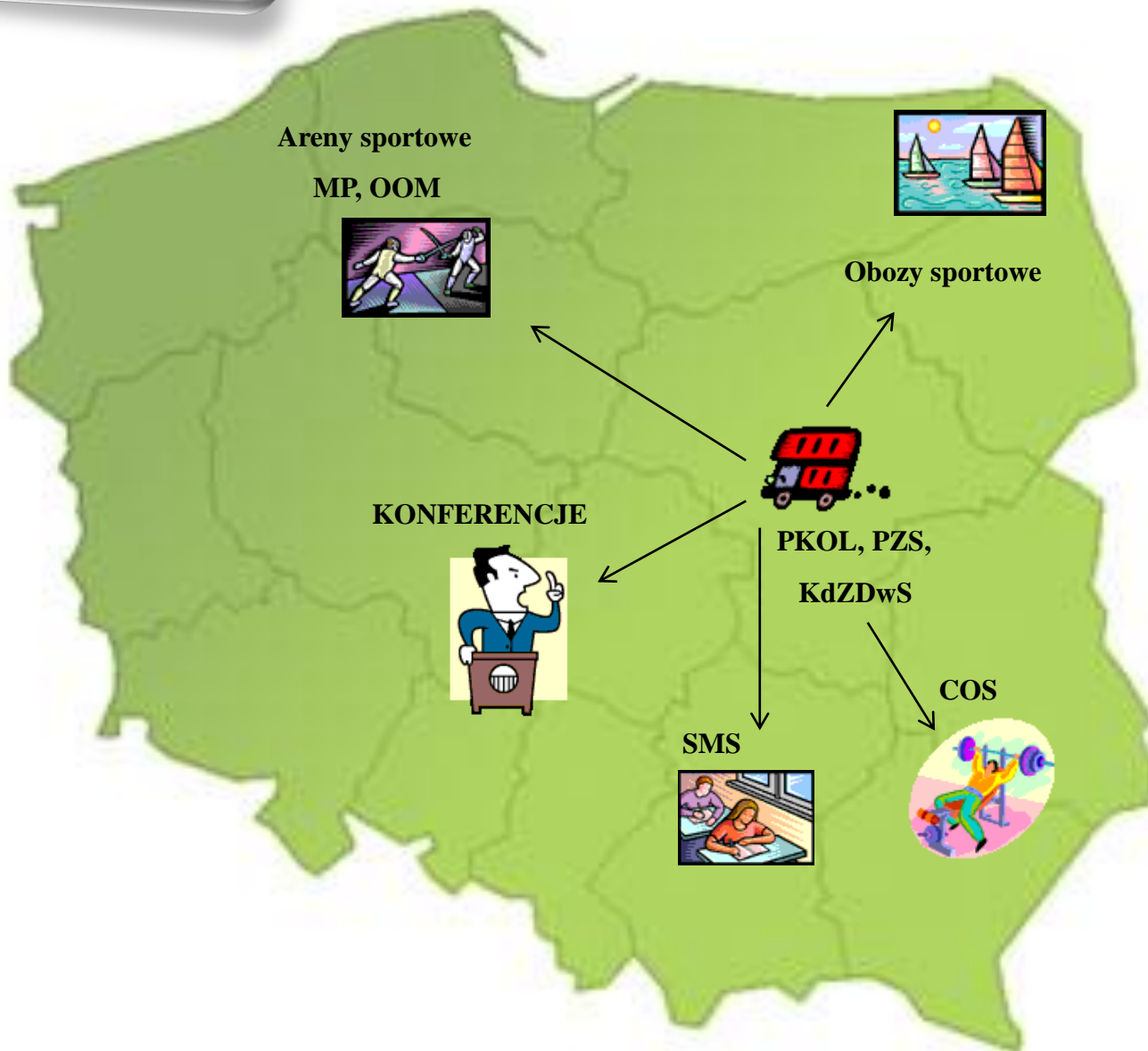
KONTROLA ANTYDOPINGOWA





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

SPRZĘT ANALITYCZNY





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

ILOŚĆ PRZEPROWADZONYCH TESTÓW ANTYDOPINGOWYCH W POLSCE I NA ŚWIECIE W 2016 ROKU.

	LICZBA PRÓBEK (tyś)	MOCZ	KREW	ZAWODY	POZA ZAWODAMI	ABP PASZPORT	AAF WYNIKI POZYTYWNE
ŚWIAT 2016	328,381	276,660	23,253	138,457	161,456	28,173	4,814
POLSKA 2016	3,282	2,783	499	1613	1669	168	49



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

THE WORLD ANTI-DOPING CODE
**INTERNATIONAL
STANDARD**



PROHIBITED LIST

JANUARY 2017



The official text of the Prohibited List shall be maintained by WADA and shall be published in English and French.
In the event of any conflict between the English and French versions, the English version shall prevail.

This List shall come into effect on 1 January 2017

**PAMIĘTAJ!!!
JEST AKTUALNA
LISTA**





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

Substancje zabronione na i poza zawodami we wszystkich dyscyplinach sportu

S-0 Substancje niezatwierdzone

S-1 Środki Anaboliczne

S-2 Hormony i substancje pokrewne

S-3 Beta 2 agoniści

S-4 Antagoniści i modulatory hormonów

S-5 Diuretyki i środki maskujące

Substancje zabronione tylko na zawodach

S-6 Stymulanty

S-7 Narkotyki

S-8 Kanabinoidy THC, (Marihuana i Haszysz)

S-9 Glikokortykoidy

Metody zabronione w sporcie na i poza zawodami

M-1 Metody zwiększające transfer tlenu

M-2 Manipulacje fizyczne lub chemiczne

M-3 Doping genetyczny

Substancje zabronione w określonych dyscyplinach sportowych

P-1 Alkohol

P-2 Beta-Blokery



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**DZIAŁANIA
NIEZAMIERZONE**

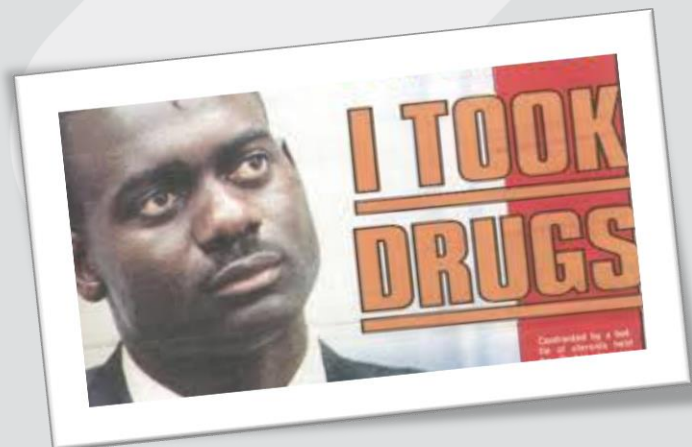
**DOPING
NIEZAMIERZONY**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

GWIAZDY SPORTU NA DOPINGU



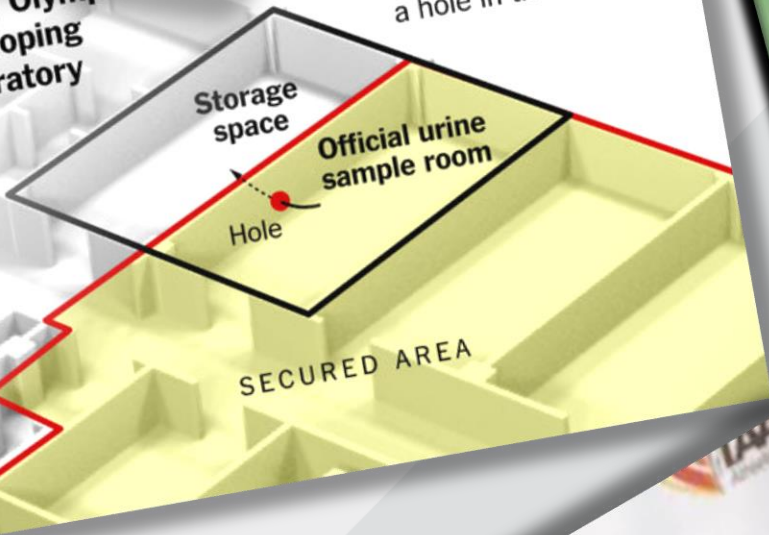


POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**Sochi Olympic
antidoping
laboratory**

Urine sample bottles
were passed through
a hole in the wall.



How the suspected Sochi doping scam worked

1. Ahead of the Games, athlete gives clean urine sample when performance enhancing drugs are not in system



2. Russian authorities store it in freezer



3. Athlete resumes doping



4. At the Games, athlete gives urine samples watched by independent doping control officer - as usual



5. The samples are smuggled out of the laboratory at night through a "mouse hole" between rooms and taken away by an FSB agent disguised as a sewer engineer



6. The tamperproof lids are removed in a manner which does not break the seal and the contaminated urine is replaced with the athlete's destroyed clean sample



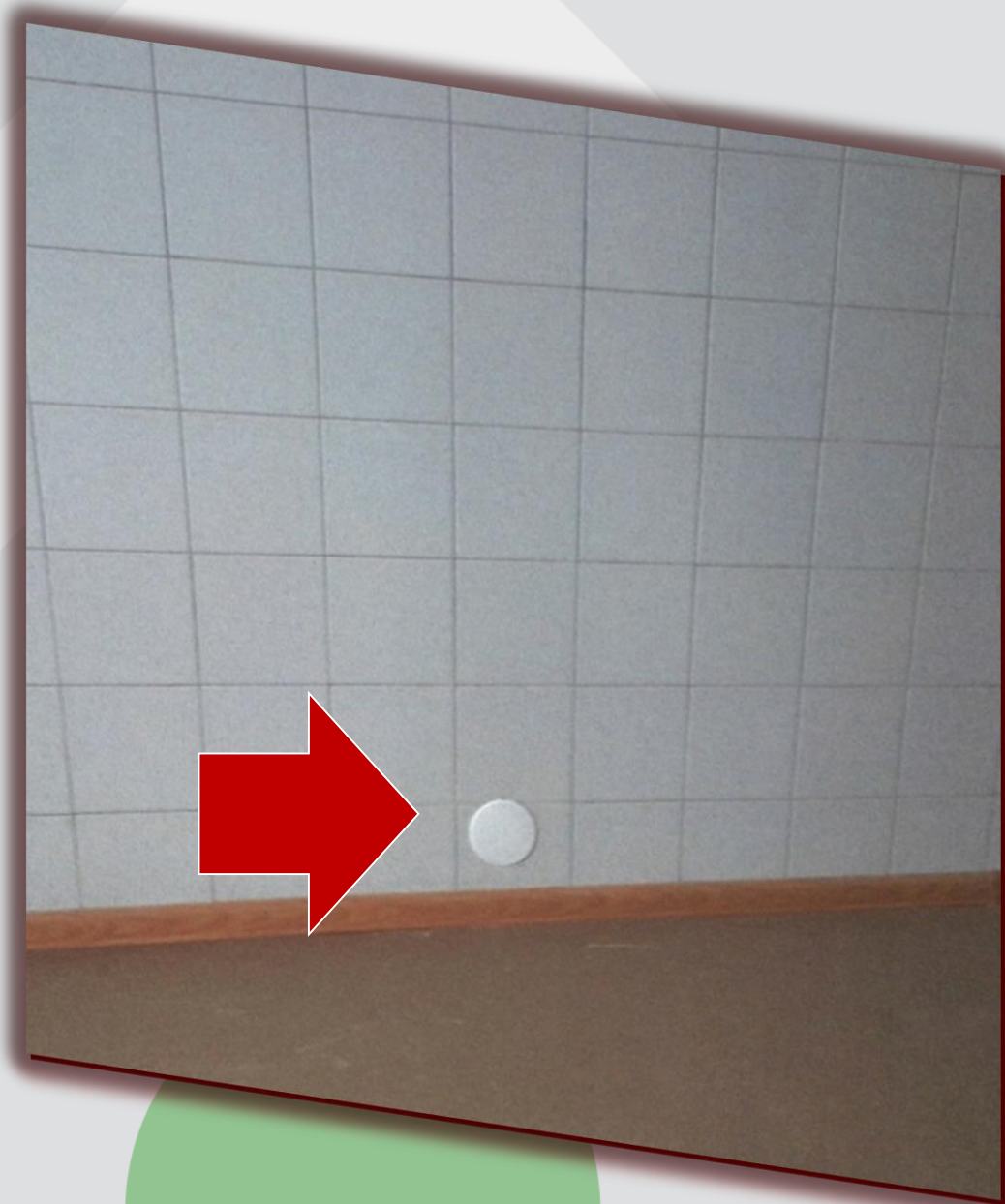
7. The bottle, now containing drug-free urine, is passed back into the laboratory to await testing





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa



PLANOWANIE



BADANIA



**LEKI,
ODŻYWKI**



ZAWODNIK



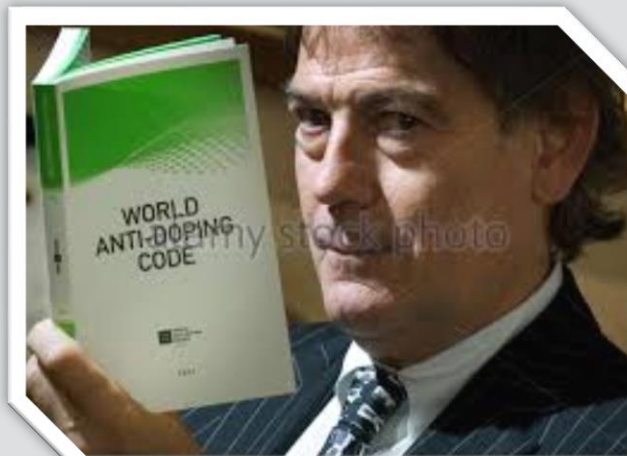
ANALIZY



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

WALKA Z DOPINGIEM KTO I JAKIMI SPOSOBAMI?





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

WADA





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

WADA

WORLD ANTI-DOPING AGENCY

**SHAPING THE FUTURE
FOR CLEAN SPORT**

- CODE COMPLIANCE MONITORING**
- EDUCATION**
- SCIENCE AND MEDICINE**
- ANTI-DOPING COORDINATION**
- GLOBAL ANTI-DOPING DEVELOPMENT**
- ATHLETE OUTREACH**
- COOPERATION WITH LAW ENFORCEMENT**
- OTHER INITIATIVES**

- OTHER INITIATIVES**
- COOPERATION WITH LAW**
- ATHLETE OUTREACH**
- DEVELOPMENT**
- GLOBAL ANTI-DOPING**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

POLSKA AGENCJA ANTYDOPINGOWA



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

TASKFORCES – SIŁY SPECJALNE





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

INDEPENDENT TESTING AUTHORITY





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

WADA LISTA SUBSTANCJI ZABRONIONYCH, TUE

WORLD ANTI-DOPING CODE
INTERNATIONAL
STANDARD



**THERAPEUTIC USE
EXEMPTIONS**

GdA

**YOUR BODY
YOUR RESPONSIBILITY**

DID YOU KNOW?
STRICT LIABILITY
Players are solely responsible for any prohibited substance found in their system, despite whether there was an intention to cheat or not.

CONSEQUENCES
A positive test can result in a suspension of a minimum of 4 years from all sports.

SUPPLEMENTS
Know the risks associated with supplements and how you can reduce your risk.

MEDICATIONS
Players should consult with the Medication Officer App or website: www.wada-ama.org/en/wada/medications and their Team Doctor before taking any over-the-counter medications. For prohibited medications please consult the Team Doctor.

PROHIBITED LIST
In addition to performance enhancing substances, recreational drugs are also included on the prohibited list.

The
World Anti-Doping Agency
2017
Prohibited List
is
NOW AVAILABLE

NOW AVAILABLE
is
Prohibited List



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

SYSTEMS ADAMS



**SAY NO!
TO DOPING**

In partnership with



Results Finding(ATF)

Originally created 18-Dec-2009 21:25 GMT - By AnotherLast, AnotherUser from Test
Last updated 18-Dec-2009 21:25 GMT - By AnotherLast, AnotherUser from Test

ADAMS ID# ADADMA98973

Date of birth

Sport Nationality UNITED KINGDOM

Gender Male

Athlete Adams, Adam

Sport / Discipline Gymnastics | Trampoline

Result Management Authority WADA - World Anti-Doping Agency

ADAMS ATF# ATF-2300305

Comment

Record visible to other relevant ADD

Sub Status

Record visible to athlete

Activities(0)

WADA Only Activities(0)

Links	Departure from Standard(s)	Activities(0)	City	Test Type In Competition	Substance
DCP	Sport-Discipline				
Date of Test 18-Dec-2009	Gymnastics - Trampoline				
Lab Result(s)	Sample Code				
Date Reported 18-Dec-2009	777123				
Applicable TUE(s)	Sample Type				
Effective Date	Urine				
Expiry Date	Sample A/B				
	A				
	Substance				

ADRV

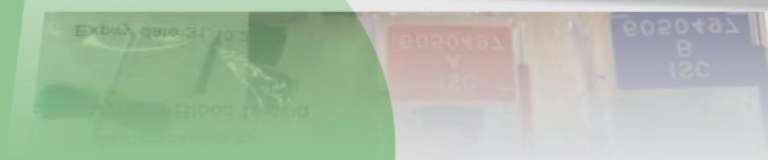
print Notify Edit



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

AKREDYTACJE DLA LABORATORIÓW





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

ATHLETE OUTREACH PROGRAM





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

CZYNNOŚCI ŚLEDZCZE, INTERPOL, SPEAK-UP PROGRAM



WORLD
ANTI-DOPING
AGENCY
play true

WADA partnership with INTERPOL



- Cooperate in a common fight
- Exchange of information
- Sharing of expertise

SAY NO! TO DOPING

WORLD ANTI-DOPING AGENCY

СКАЖИТЕ НЕТ ДОПИНГУ

МОНД АНТИ-ДОПИНГ АГЕНСА



POLADA

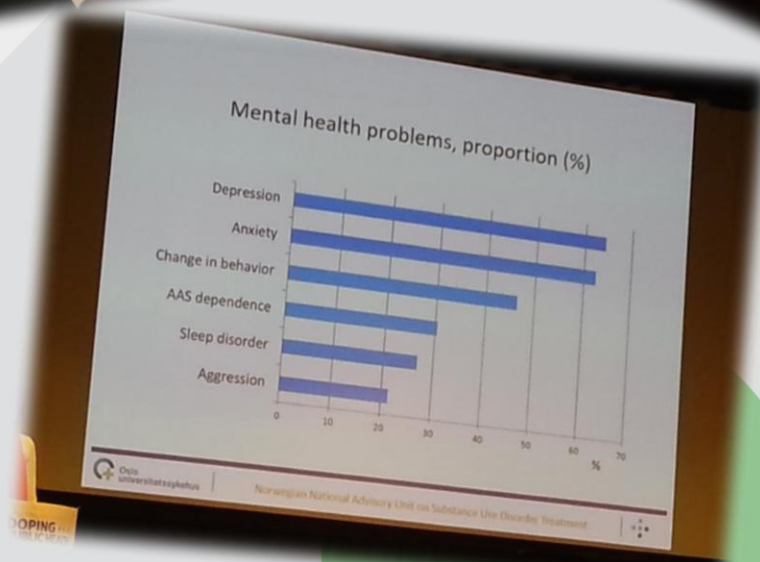
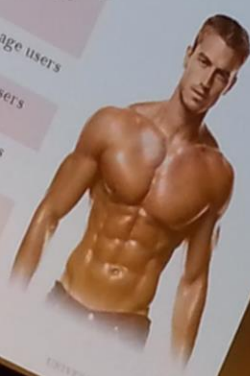
Polska Agencja Antydopingowa

BADANIA NAUKOWE - GRANTY



Aesthetic/Cosmetic Users'

1 st Author	Year	Taxonomy
Christiansen	2017	Wellbeing type
Enaker	2013	Body image users
Evans-Brown	2012	Cosmetic users
Evans-Brown	2008	Aesthetic users
Peters	1997	Body image users
Brower	1989	Aesthetes





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

OD LAT CAŁY CZAS MÓWIMY TO SAMO



CAŁY CZAS
O TYM
SAMYM
**BRRR,
BRRRRYYY
!!!!!!!!!!**



**TAK SAMO POBIERA
SIĘ PRÓBKİ OD LAT**



**OD LAT MÓWIMY, ŻE
EDUKACJA JEST
NAJWAŻNIEJSZA**



**OD LAT JEST TA SAMA
WADA, KOMISJE
ANTYDOPINGOWE, TE
SAME KARY I CO Z
TEGO !!!!!!!**





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

ROZWÓJ TECHNIK DETEKCYJNYCH



World Anti-Doping Program

GUIDELINES
Human GROWTH
HORMONE (hGH)
BIOMARKERS TEST
for Doping Control Analyses

Version 2.0
April 2016

1

Version 2.0
April 2016

for Doping Control Analyses
BIOMARKERS TEST
HORMONE (hGH)
Human GROWTH



POLADA

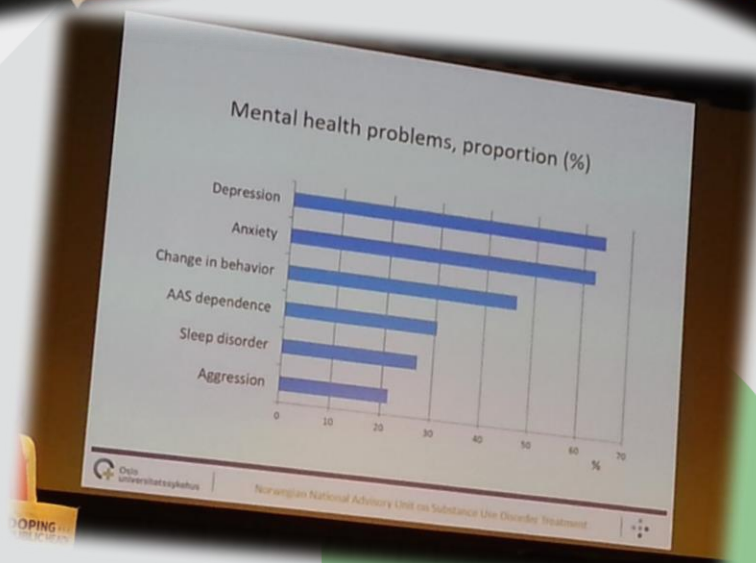
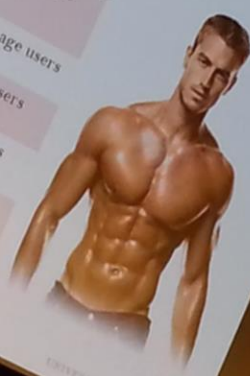
Polska Agencja Antydopingowa

BADANIA NAUKOWE - GRANTY



Aesthetic/Cosmetic Users'

1 st Author	Year	Taxonomy
Christiansen	2017	Wellbeing type
Enaker	2013	Body image users
Evans-Brown	2012	Cosmetic users
Evans-Brown	2008	Aesthetic users
Peters	1997	Body image users
Brower	1989	Aesthetes





POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

ATHLETE OUTREACH PROGRAM





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

**ALE I
NAGRODY**





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

DOPING

PRZYCZYNA

NIEWIEDZA!!!

NIEWIEDZWA!!!

DEFINICJI DOPINGU,

**POSTĘPOWANIA KONTROLNEGO ORAZ PRAW I OBOWIĄZKÓW
ZAWODNIKA,**

**POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU KONIECZNOŚCI LECZENIA
DOLEGLIWOŚCI CHOROBYCH Z UŻYCIEM SUBSTANCJI
ZABRONIONYCH,**

**POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU STOSOWANIA LEKÓW ORAZ ODŻYWEK,
ZASAD DOZWOLONEGO WSPOMAGANIA,**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

Zdrowie sportowca
mogłoby ulec
znacznemu
pogorszeniu, jeśli
substancje
zabronione lub
metoda zabroniona
zostałyby wycofane
w trakcie leczenia

(TUE)
**WYŁĄCZENIE
TERAPEUTYCZNE**



Lecnicze użycie
substancji
zabronionej lub
metody zabronionej
nie przyczynia się
do poprawy
wyników
sportowych

Nie istnieje
rozsądna
terapeutyczna
alternatywa wobec
substancji która jest
zabroniona i
metody która jest
zabroniona



**API SERWIS TELEFONICZNY
695 367 464**



POLADA
Polska Agencja Antydotyngowa

Pseudoefedryna





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa



Pseudoefedryna jest zabroniona, jeśli jej stężenie w moczu przekroczy wartość 150 µg/ml.

Maksymalna dobowa dawka nie może przekraczać 240 mg

Koniecznienależy wyłączyć leki z pseudoefedryną na co najmniej 24 h przed zawodami

przekroczył wartość 150
stężenie w moczu
zabroniona, jeśli jej
Pseudoefedryna jest

przekraczając 240 mg
dawka nie może
Maksymalna dobowa

zawodami
najmniej 24 h przed
Pseudoefedryną na co
najmniej 24 h przed
koniecznienależy



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

Trofodermin
500 mg/100 g + 500 mg/100 g crema

USO CUTANEO

Leggere il foglio illustrativo
prima dell'uso.

**TENERE FUORI DALLA VISTA
E DALLA PORTATA DEI BAMBINI.**

Titolare AIC:
Laboratorio Farmaceutico SIT S.r.l.
Via Cavour, 70
27035 Mede (PV)
AIC 020942025



Stimpendien

Трудовой



VIC 0508453052
33032 1946 (bA)
AP STANIC 30
ΓΡΑΦΕΙΟ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

UWAGA !!!

**ZANIECZYSZCZENIE
ODŻYWEK SZACUJE SIĘ
NAWET NA OKOŁO 20-25%**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

Suplementy, które zostały zatwierdzone dzięki naukowym badaniom

**PODZIAŁ SUPLEMNTÓW
AUSTRALIJSKI INSTYTUT
SPORTU**

SPORTU

AUSTRALIJSKI INSTYTUT
SPORTU

Suplementy zasługujące na rozważenie do ewentualnego zastosowania pomimo braku odpowiednich badań naukowych



Suplementy, których korzystnego działania nie udowodniono. Nie wywołują pozytywnych zmian w obrębie zdolności wysiłkowych i odbudowy zasobów energetycznych

Suplementy, które nie mogą być stosowane przez zawodników z powodu dużego ryzyka pozytywnego wyniku testu antydopingowego



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

Analiza musujących tabletek różnych odżywek zanieczyszczenia stanozolem i metandienonem Badania niemieckie

Witamina C

data ważności: lipiec 2005

Nie deklarowane:

Metandienone 0.2 µg/tabletka



Multiwitamina

data ważności: lipiec 2006

Nie deklarowane:

Stanozolol 0.06 µg/tabletka

Magnez

data ważności: styczeń 2006

Nie deklarowane:

Stanozolol 0.16 µg/tabletka





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

„Jungle Warfare” firmy ALRI

Zawiera prohormony





POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

„NO Shotgun” firmy VPX

Zawiera izomery amfetaminy

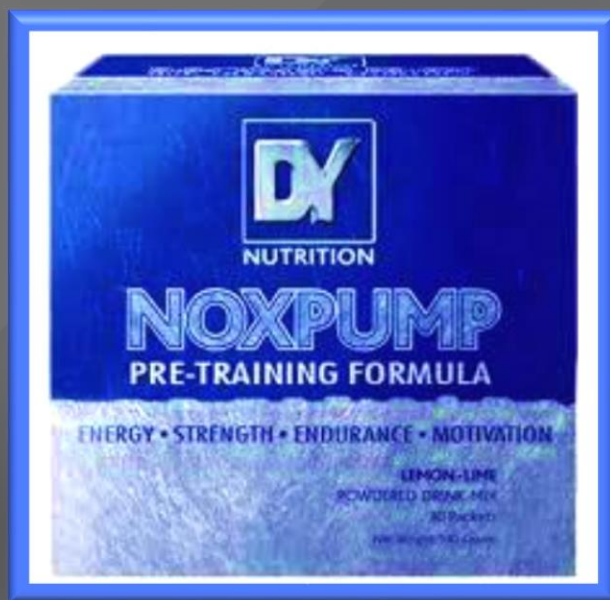




POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

NOX Pump



Zawiera: oksylofrynę oraz N,N-dimetylo-2-fenylopropan-1-aminę



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

DOZWOLONE WSPOMAGANIE

• **ŻELE SPORTOWE**

• **PŁYNY
ELEKTROLITOWE**

**DWUWĘGLAN
SODU**

KOFEINA

KREATYNA

PROBIOTYKI

• **BATONY
SPORTOWE**

ŻELAZO, WAPŃ



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

CO SIĘ STANIE JEŚLI MY TEJ WIEDZY NIE ZDOBEDZIEMY?

- ❑ ZAGROZONE BĘDZIE NASZE ANTYDOPINGOWE BEZPIECZEŃSTWO



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

CO SIĘ STANIE JEŚLI TYCH DZIAŁAŃ NIE PODEJMIEMY?

- UTRATA KONTROLI NAD ŚWIATOWYM SYSTEMEM WALKI Z
DOPINGIEM



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

CO MOGĘ ZROBIĆ JA – JAKO ZAWODNIK I JA JAKO TRENER?



Antydopingowy pomocnik sportowca

Pamiętaj, że to Ty jesteś odpowiedzialny za to, co znajduje się w Twoim organizmie, dlatego:

- * nie lecz się na własną rękę dostępnymi w wolnej sprzedaży środkami medycznymi;
- * w przypadku stanu chorobowego zasięgaj porad lekarza, a w sytuacji potrzeby leczenia lekami sprawdzaj razem z lekarzem czy zawarte tam składniki nie znajdują się na liście substancji i metod zabronionych;
- * jeśli masz dolegliwości o charakterze przewlekłym wymagającym skomplikowanego leczenia często z udziałem leków zabronionych w sporcie, to wystąp z wnioskiem o zgodę na wyłączenie terapeutyczne TUE. Tylko takie postępowanie chroni Cię skutecznie przed pozytywnym wynikiem kontroli antydopingowej;

- * jeśli korzystasz z dostępnych na rynku odżywek i suplementów diety to:

- bezwzględnie decyduj o ich stosowaniu podejmij po konsultacji z lekarzem lub kompetentnym specjalistą;
- bezwzględnie korzystaj z tych, które są rekomendowane przez polskie związki sportowe;
- bezwzględnie decyduj o ich stosowaniu poprzedz starannym sprawdzeniem ich jakości (fora internetowe itd.);

Pamiętaj, że jeśli jesteś zawodnikiem na którym spoczywa obowiązek podawania danych pobytowych do krajowego lub międzynarodowego systemu (ADAMS) ich gromadzenia dla potrzeb niezapowiedzianych kontroli to:

- * Systematycznie i samodzielnie wprowadzaj wszystkie wymagane dane;
- * Nie przekazuj tego obowiązku innym osobom w Twoim imieniu, gdyż może na skutek zapomnienia lub innego niedopatrzenia nastąpić nieterminowe przekazanie danych, co będzie skutkowało pierwszym lub kolejnym ostrzeżeniem.

Pamiętaj, że jako zawodnik rutynowo poddawany testom antydopingowym powinieneś znać przebieg postępowania kontrolnego.

Pamiętaj aby w trakcie kontroli antydopingowej jeśli to tylko możliwe towarzyszył Ci trener, lekarz lub inna zaufana osoba, a w przypadku kiedy nie ukończyłeś 18 roku życia wymagaj takiej obecności bezwzględnie.

Pamiętaj aby podczas kontroli antydopingowej dokładnie podawać a po jej zakończeniu starannie sprawdzać wszystkie dane, które zostały zapisane w protokole kontroli antydopingowej.

Pamiętaj, że podczas kontroli antydopingowej dla własnego bezpieczeństwa powinieneś podać informacje dotyczące przyjmowanych przez Ciebie leków, odżywek oraz innych medycznych zaleceń (wyłączenia terapeutyczne (TUE), pokoje hipoksyjne, maski tlenowe, namioty hiperbaryczne, oddawanie krwi itd.).

Pamiętaj, że po zakończeniu kontroli antydopingowej musisz zawsze otrzymać przeznaczoną dla zawodnika jedną z kopii protokołu kontroli.

Pamiętaj, że dla własnego bezpieczeństwa w sytuacjach budzących wątpliwości co do przebiegu kontroli antydopingowej, leczenia czy suplementacji możesz zadzwonić pod numer Antydopingowego Pogotowia Informacyjnego API (695 367 464) gdzie uzyskasz kompetentną i w pełni bezpieczną informację.

POLADA

ul. Łazienkowska 6a
00-449 Warszawa
tel./fax: +48 22 529 89 12
biuro@anty doping.pl

API 695 367 464
www.anty doping.pl
facebook.com/komisja.anty dopingowa
facebook.com/gramczysto

Antydopingowy pomocnik trenera

Pamiętać trzeba, że trener odpowiedzialny jest zarówno za sportowy rozwój zawodnika jak i za jego właściwe wychowanie i postępowanie wobec wielu zagrożeń w tym bezpieczeństwo antydopingowe. Dlatego:

- Należy okresowo rozmawiać z zawodnikiem o zagadnieniach antydopingowych i pytać go czy w tym zakresie czuje pełne bezpieczeństwo;
- Należy zwracać uwagę na zachowanie zawodnika i jego stan emocji oraz bacznie obserwować postępy wynikowe i oceniać ich realną wartość z przyjętym planem szkolenia;
- Należy pytać zawodnika o stan zdrowia i pozyskiwać jeśli to możliwe informacje na temat leczenia i rodzajów przyjmowanych środków leczniczych;
- Należy pytać zawodnika o odżywkę, które przyjmuje i bezwzględnie wymagać, aby ich rodzaj, ilość oraz częstotliwość przyjmowania były ustalane z lekarzem lub innym specjalistą. Tylko takie postępowanie zapewnia bezpieczeństwo i chroni zawodnika przed bezkrytycznym przyjmowaniem produktów, które mogą zawierać zanieczyszczenia skutkujące pozytywnym wynikiem testu antydopingowego.

Jeśli trenowany zawodnik z uwagi na wysoki poziom sportowy jest osobą na której spoczywa obowiązek przekazywania danych pobytowych (ADAMS), to należy mu o tym okresowo przypominać przy realizowaniu planu szkoleń i startów w zawodach.

Ponadto:

- Rekomenduje się aby trener i towarzyszące mu osoby ze sztabu szkoleniowego planowały i realizowały podczas akcji szkoleniowych na zgrupowaniach i w klubie spotkania z zawodnikami, na których omawiano by podstawowe zagadnienia na temat walki z dopingiem.
- Rekomenduje się aby dla wspólnego bezpieczeństwa antydopingowego jeśli to tylko możliwe trener lub inna zaufana osoba z otoczenia zawodnika towarzyszyła mu w trakcie kontroli antydopingowej.

POLADA

**ul. Łazienkowska 6a
00-449 Warszawa
tel./fax: +48 22 529 89 12
biuro@antydoping.pl**

**API 695 367 464
www.antydoping.pl
facebook.com/komisja.antydopingowa
facebook.com/gramczysto**

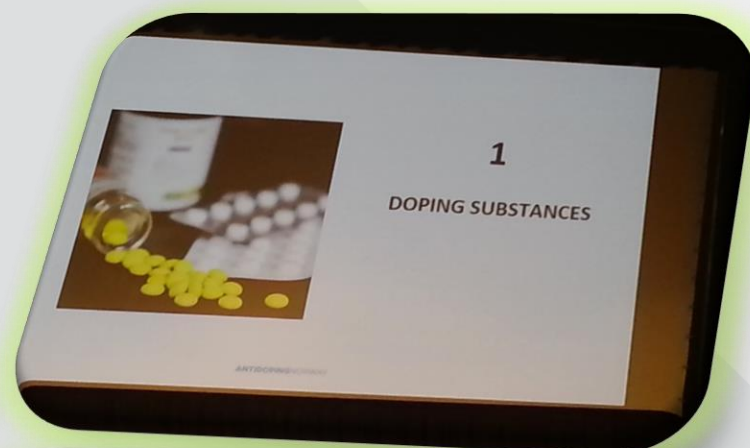
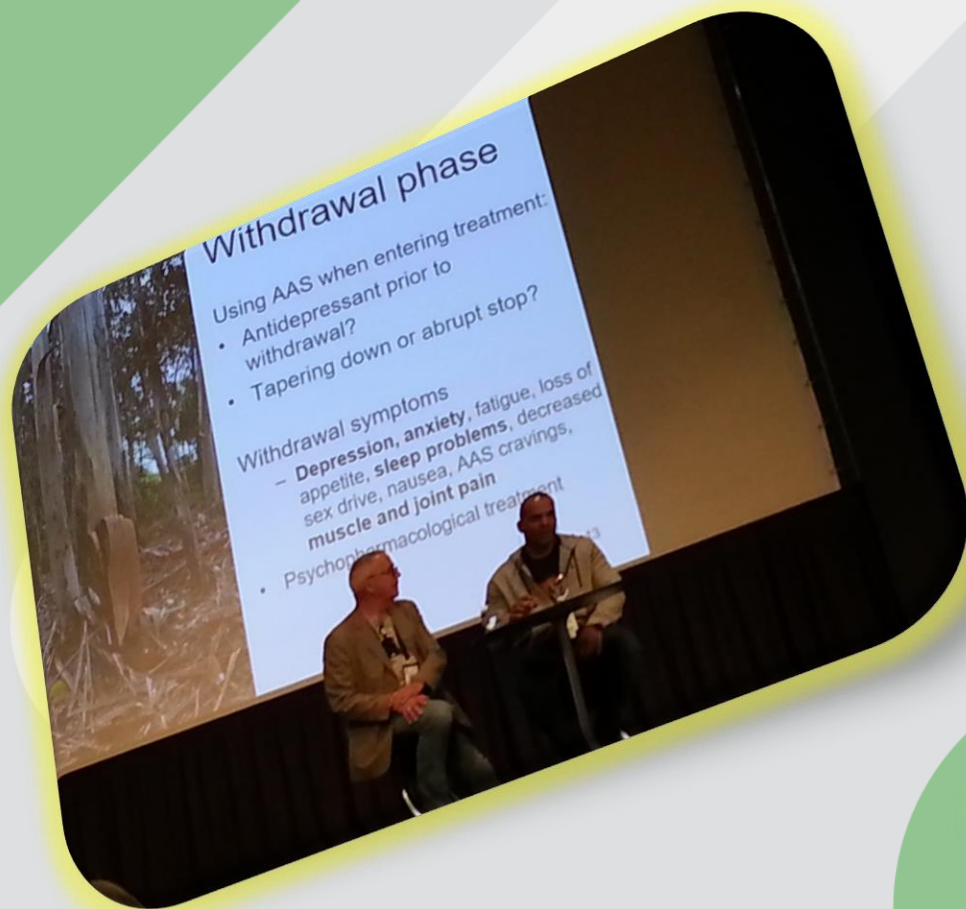




POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

UWAGA – NOWY POŻĄDANY I DOBRZE PŁATNY ZAWÓD



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE STOSOWANIA STEROIDÓW U CHŁOPCÓW I MĘŻCZYŹN

- Kurczenie jąder,
- Zmniejszona ilość wytwarzanej spe
- Impotencja,
- Problemy z popędem płciowym,
- Powiększanie gruczołów piersiowych/ginekomastia/



KONSEKWENCJE STOSOWANIA STEROIDÓW U DZIEWCZĄT I

KOBIET

- **Obniżenie głosu,**
- **Nadmierne owłosienie na twarzy i ciele,**
- **Nieprawidłowe cykle menstruacyjne,**



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie psychiczne,
- Zwiększona agresja,
- Koncentracja na wynikach i wyglądzie,
- Zmiany nastroju,
- Choroby wątroby,
- Choroby układu sercowo naczyniowego,
- Wysokie ciśnienie tętnicze,
- Zmiany skórne /trądzik/,
- Negatywny wpływ na jakość życia płciowego,



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie psychiczne i fizyczne,
- Utrata pamięci, uwagi i motywacji,
- Osłabienie układu odpornościowego,
- Choroby układu oddechowego /infekcje, rak płuc/,
- Osłabienie koordynacji i koncentracji,
- Wydłużenie czasu reakcji,
- Utrata poczucia czasu,
- Mdłości i zawroty głowy,
- Napady złości i paniki,
- Zmniejszenie pamięci krótkoterminowej,



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Uzależnienie fizyczne i psychiczne,
- Niepokój i agresja,

- Wyższe ciśnienie krwi i zwiększona aktywność układu oddechowego,
- Wyższe i nieregularne bicie serca,
- Zwiększone ryzyko udaru i zawału serca,
- Zwiększona nadpobudliwość



DOPING KRWIĄ

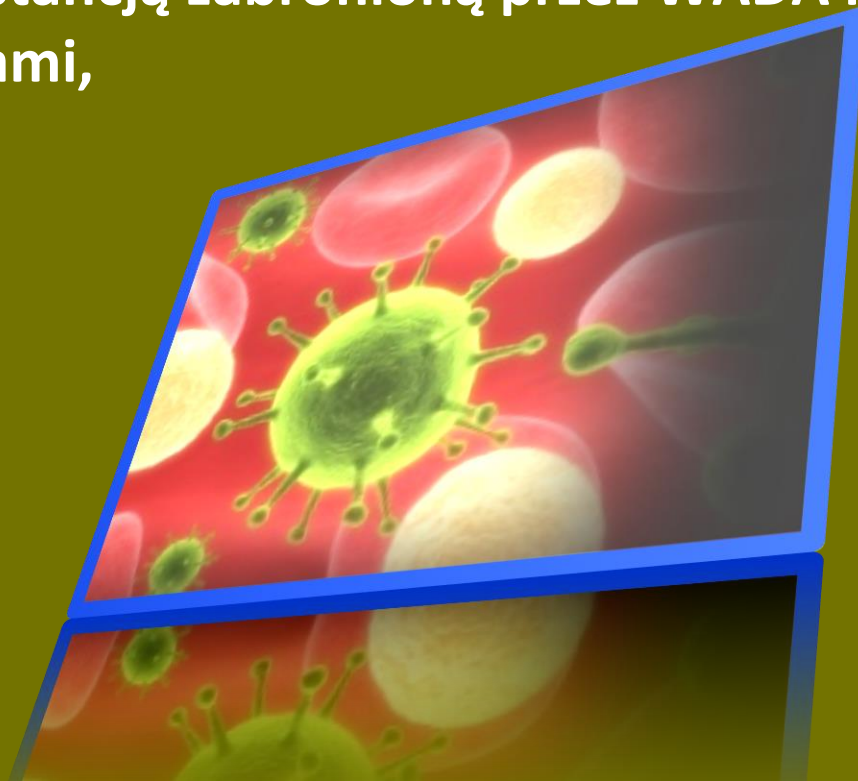
- To metody zabronione z Grupy M1 i są stosowane w celu zwiększenia zdolności przenoszenia tlenu do mięśni,



- Najczęściej zalicza się do nich korzystanie z erytropoetyny, syntetycznych nośników tlenu oraz transfuzję krwi,

ERYTROPOETYNA /EPO/

- Jest to Hormon z Grupy S2, który zwiększa produkcję krwinek czerwonych,
- Powoduje sztuczny wzrost zdolności wysiłkowych poprawiając skuteczność stosowanego treningu oraz zdolność do szybkiej regeneracji po wysiłku,
- Jest substancją zabronioną przez WADA na zawodach i poza zawodami,



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- Niekontrolowany i nienaturalny wzrost,
- Silne bóle głowy,
- Utrata wzroku,
- Wysokie ciśnienie tętnicze i niewydolność serca,
- Cukrzyca i guzy,
- Zapalenie stawów,
- Powiększenie serca,
- Uszkodzenie wątroby i tarczycy



KONSEKWENCJE ZDROWOTNE

- stosowanie dopingu genetycznego wiąże się z ogromnym ryzykiem dla zdrowia i życia,
- Gwałtowne przyspieszenie utajonego procesu nowotworowego.,
- Niebezpieczne dla zdrowia silne reakcje immunologiczne.





POLADA

Polska Agencja Antydingowa







POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

GRAM CZYSTO – FAIR PLAY W.....

TERENIE!!!



MOŻLIWA WSPÓŁPRACA

- 1. kontynuacja spotkań edukacyjnych (szkoły mistrzostwa sportowego, konferencje, warsztaty itd.),**
- 2. kontynuacja prowadzenia fanpage'a „gram czysto – fair play,
przygotowanie serii filmów edukacyjnych,**
- 3. wizyty edukacyjne typu „outreach” na imprezach sportowych poszczególnych związków (głównie grupy młodych zawodników na mp, oom),**
- 4. opracowanie i produkcja wspólnych dedykowanych materiałów edukacyjnych (gadżetów),**



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

www.anty doping.pl

API (Antydopingowe Pogotowie Informacyjne)

695 367 464

695 DOPING



**STOP
DOPING**



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa