

Podľa Zákona o športe (440/2015 Z. z.), majú uznané národné športové zväzy a uznané národné športové organizácie na Slovensku **povinnosť poskytovať vzdelávanie v oblasti antidopingu svojim členom.**

Antidopingová agentúra SR preto pripravila návrh materiálov a textov, ktoré by si zväzy, organizácie a asociácie mali zverejniť na svojich webových stránkach.

Nižšie nájdete aj najnovšiu verziu Zoznamu zakázaných látok a metód - pre rok 2024 a rovnako aj aktuálne zmeny v tomto Zozname, s ktorými by sa mali oboznámiť športovci a ich sprievodný personál.

Svetový antidopingový kódex

Svetový antidopingový kódex (Kódex) je hlavnou štruktúrou antidopingového systému, ktorý stanovuje pravidlá, ktoré športovci musia dodržiavať. Cieľom Kódexu je chrániť práva čistých športovcov. Prijalo ho olympijské hnutie, ako aj športové zložky a antidopingové organizácie po celom svete. Je uznaný viac ako 170 vládami (UNESCO Dohovor proti dopingu v športe).

[Svetový antidopingový kódex 2021 \(svk verzia\)](#)

[World antidoping code 2021 \(eng verzia\)](#)

Čo je doping?

Doping je definovaný ako porušenie jedného alebo viacerých antidopingových pravidiel uvedených v článkoch Kódexu 2.1 až 2.11.

Podľa Kódexu je povinnosťou športovca ovládať antidopingové pravidlá a vedieť, čo znamená ich porušenie. Porušenie antidopingových pravidiel neznamena len „pozitívny test“, ktorý Kódex definuje ako nepriaznivý analytický nález. Porušením antidopingových pravidiel je napríklad aj držba zakázaných látok alebo používanie zakázaných metód.

Práva a povinnosti športovca

Športovec má isté práva a povinnosti:

- Musí ovládať a akceptovať všetky antidopingové pravidlá.
- **Nesie zodpovednosť za všetky látky, ktoré sa dostanú do jeho tela**, čiže za všetko, čo konzumuje a pije, vrátane liekov a doplnkov výživy, ktoré užíva. **Základné pravidlo je, čo je v tvojom tele, za to si aj zodpovedný.**
- Musí byť dostupný pre odber vzoriek za účelom dopingovej kontroly.
- Musí informovať zdravotnícky personál o tom, že podlieha antidopingovým pravidlám a nesmie užiť liečbu obsahujúcu zakázané látky. Taktiež berie na seba zodpovednosť, že každá podstupená liečba nie je v rozpore s Kódexom.
- Musí spolupracovať s antidopingovými organizáciami vyšetrujúcimi porušenia antidopingových pravidiel.

Pravidlo miesta pobytu – ADAMS

ADAMS (*Anti-Doping Administration and Management System* – Antidopingový správny a riadiaci systém) je internetový databázový systém vytvorený Svetovou antidopingovou agentúrou (WADA).

[ADAMS - Pravidlá pre športovcov zaradených do NRTP](#)

Umožňuje vkladanie, uchovávanie, zdieľanie a poskytovanie informácií o jednotlivých športovcoch a ich miestach pobytu, dopingových kontrolách, terapeutických výnimkách (TUE) a prípadných sankciách voči športovcom. Táto databáza uľahčuje zdieľanie informácií medzi príslušnými organizáciami, a má za cieľ podporovať účinnosť, efektívnosť a transparentnosť. Tento systém má jednoduché použitie, je dostupný vo viacerých jazykoch a prostredníctvom internetu je dostupný všade na svete 24 hodín denne počas celého roka.

[ADAMS – Rýchly sprievodca pre športovcov](#)

Hlavným cieľom informovania o mieste pobytu je uľahčiť mimosúťažné testovanie. Poskytovanie informácií o miestach pobytu umožňuje antidopingovej organizácii lokalizovať športovca pre účely neohlásenej dopingovej kontroly. Takéto testovanie je základom efektívneho antidopingového programu.

Ak je športovec upozornený, že bol zaradený do „Registra pre testovanie,“ znamená to, že musí poskytnúť informácie o svojom pobyte štvrťročne. Informácie zahŕňajú miesta a časy pravidelných činností a známych udalostí (miesto prespávania, tréningu, súťaže, sústreďenia, práce...) a jeden 60 minútový časový interval pre každý deň, kedy musí byť športovec k dispozícii pre možné testovanie. Pravidelné činnosti športovca a 60 minútový časový interval musia byť priebežne aktualizované.

Zoznam zakázaných látok

Zoznam zakázaných látok a metód každoročne vydáva Svetová antidopingová organizácia (WADA), pravidelne sa aktualizuje, minimálne raz ročne. Aktualizovaný nový zoznam zvyčajne nadobúda platnosť každý rok 1. januára. Zoznam sa rozdeľuje na látky, ktoré sú trvalo zakázané a na látky, ktoré sú zakázané len počas súťaže (väčšinou v rámci 24 hodín počas súťaže).

[Zoznam zakázaných látok a metód 2024 \(svk verzia\)](#)

[Prohibited list 2024 \(eng verzia\)](#)

[Zmeny v Zozname zakázaných látok a metód 2024](#)

[Monitorovací program 2024 \(eng verzia\)](#)

Povinnosťou každého športovca je vedieť, ktoré látky a metódy sú zakázané.

Trvalo zakázaná látka sa nesmie užívať počas celého roka, čiže ani počas tréningu, ani počas súťaže. Napríklad anabolické steroidy sa užívajú počas tréningu a môžu mať dlhotrvajúci efekt na športový výkon alebo maskovacie látky, ktoré sa môžu použiť s cieľom zakrytia užívania iných dopingových látok.

Na druhej strane, užitie látky v období mimo súťaže, ktorá je zakázaná len počas súťaže, sa nepovažuje za porušenie antidopingových pravidiel, pokiaľ daná látka nie je prítomná v tele počas súťažnej dopingovej kontroly. Na upresnenie, mnoho látok môže ostať v tele po dlhý čas. Ak je výsledok dopingovej kontroly pozitívny na látku, ktorú športovec užil mimo súťaže (kedy nebola zakázaná), ale test súťažnej dopingovej kontroly je pozitívny (kedy je zakázaná), športovec porušil antidopingové pravidlá.

Zakázané látky sa môžu nachádzať aj v bežných liekoch, ako sú lieky proti bolesti, lieky proti prechladnutiu a chrípke. SADA preto pripravila online databázu www.zakazanelatky.sk, prostredníctvom ktorej si viete overiť, či daný liek obsahuje zakázanú látku alebo nie. Pre bližšie informácie kontaktuje SADA.

Brožúru, kde nájdete príklady povolených liekov (rozčlenené podľa jednotlivých skupín ochorení), ktoré športovec môže užívať nájdete tu: [Povolené lieky](#)

Výživové doplnky

Regulácia výživových doplnkov je vo všeobecnosti minimálna. Bežné doplnky ponúkané či už v obchodoch so zdravou výživou alebo internetových obchodoch, neobsahujú zakázané látky, ak nie sú uvedené na etikete výrobku. V posledných rokoch sa pripisuje značný počet pozitívnych testov zle označeným alebo kontaminovaným doplnkom.

SADA v spolupráci s farmáciou pripravila vzdelávací program [Doplnky výživy v športe](#), zameraný na doplnky výživy. Hlavným zámerom je informovať o funkčnosti jednotlivých skupín výživových preparátov z pohľadu vedy a výskumu.

Terapeutická výnimka (TUE)

<https://antidoping.sk/tue/>

Jeden z kľúčových princípov antidopingu je chrániť zdravie športovca.

Môže dôjsť k situácii, kedy je zo zdravotných dôvodov nevyhnutné užiť zakázanú látku alebo použiť zakázanú metódu. Podľa Kódexu je možné takúto situáciu riešiť tzv. terapeutickou výnimkou (TUE).

Na získanie TUE je potrebné splniť niekoľko kritérií, napríklad:

- príslušná zakázaná látka/metóda je potrebná na účely liečby zdravotného stavu a športovec by utrpel vážne poškodenie zdravia, ak by mu zakázaná látka alebo metóda nebola poskytnutá;
- jej užitie nepovedie k zvýšeniu výkonnosti po liečbe;
- neexistuje primeraná terapeutická alternatíva.

Športovci na medzinárodnej a národnej úrovni si musia byť vedomí ďalšieho dôležitého pravidla: TUE musí byť udelená v časovom predstihu, nie retroaktívne (spätne), okrem situácií ohrozujúcich zdravie a vo výnimočných situáciách.

TUE pre športovcov na národnej úrovni udeľuje SADA. TUE pre športovcov na medzinárodnej úrovni udeľuje príslušná medzinárodná federácia. Usporiadatelia olympijských hier alebo iných významných podujatí môžu takisto udeliť TUE.

Nerátajte s tým, že TUE udelená SADA v rámci národnej úrovne bude automaticky uznaná aj na medzinárodnej úrovni. V prípade akýchkoľvek pochybností kontaktujte vašu medzinárodnú federáciu alebo usporiadateľa významného podujatia.

Testovanie, odber vzoriek a ich analýza

Keď oprávnený komisár dopingovej kontroly požiada športovca o odovzdanie vzorky, musí tak urobiť.

Každá antidopingová organizácia, ktorá spravuje konkrétneho športovca, má právomoc na odber vzorky moču alebo krvi, kedykoľvek a kdekoľvek.

Národná antidopingová agentúra má právomoc testovať športovcov,:

- ktorí sú štátnymi príslušníkmi danej krajiny, majú trvalý pobyt v danej krajine, sú držiteľmi licencie alebo sú členmi športových zväzov (federácií, asociácií) v danej krajine, alebo
- ktorí sú prítomní v danej krajine, kde národná antidopingová organizácia vykonáva svoju činnosť, alebo
- ak o to požiadala medzinárodná federácia (asociácia), ktorá spravuje daného športovca.

Medzinárodné federácie majú právomoc testovať športovcov, ktorí podliehajú ich pravidlám,:

- vrátane športovcov zúčastňujúcich sa na medzinárodných podujatiach a
- športovcov, ktorí sú držiteľmi licencie tejto medzinárodnej federácie (asociácie), alebo sú jej priamy členovia.

Organizátor významného podujatia má právomoc testovať športovcov tohto podujatia.

Proces odberu vzorky je štandardizovaný. Pre viac informácií o odbere vzorky a vašich právach pozri <https://antidoping.sk/dopingova-kontrola/>

Za účelom zisťovania prítomnosti zakázanej látky vo vzorke športovca sa využívajú laboratória výlučne akreditované WADA.

Ako dlho sú vzorky uchovávané?

Vzorky moču môžu byť zmrazené, skladované a znovu otestované po dobu 10 rokov. Technológie analýzy vzoriek sa vyvíjajú, niektoré zakázané látky a metódy, ktoré nie sú v súčasnosti detekovateľné, môžu byť odhalené v budúcnosti.

Ak už boli vzorky použité pre účely odhalenia zakázaných látok, budú zbavené označenia a využité len na výskum, alebo budú zničené.

Návrat po ukončení aktívnej športovej činnosti

Ak ste patrili do registra medzinárodnej federácie alebo národného registra pre testovanie, musíte 6 mesiacov vopred zaslať písomnú žiadosť národnej antidopingovej organizácii, alebo medzinárodnej federácii. Počas týchto šiestich mesiacov budete podliehať pravidlám antidopingovej regulácie a musíte byť k dispozícii na testovanie skôr, ako sa zúčastníte súťaže.

Elearningové platformy sú určené pre športovcov, trénerov, lekárov, rodičov ale aj pre širokú verejnosť.

[ADEL](#) je vzdelávacia platforma určená pre športovcov, trénerov, lekárov či rodičov, ktorú kompletne vytvorila Svetová antidopingová agentúra. V súčasnosti je na tejto platforme dostupný kurz pre športovcov národnej úrovne aj v slovenčine.

[I RUN CLEAN](#) je vzdelávacia platforma Európskej atletiky, ktorá je okrem iných jazykov tiež preložená aj do slovenčiny.

Videá:

- [Priebeh dopingovej kontroly](#)
- [Mr. Dop - Čo som Ti dal, to mi raz vrátiš](#)
- [Andreas Krieger príbeh](#)

Podcasty:

[Podcasty antidopingovej agentúry SR](#)