

- 1 ▶ **Въпрос:** Спортистите носят отговорност за всичко, което постъпва в организма им, независимо по какъв начин.
Отговор: Вярно
Обяснение: *Бъдете проактивни! Не излагайте кариерата си на риск! Ако нещо Ви съмнява или не Ви е ясно – ПИТАЙТЕ! Ако не сте 100% сигурни, че нещата, които Ви се дават са „чисти“– НЕ ГИ ВЗИМАЙТЕ! Ако се съмнявате дали дадена субстанция е забранена или не е – НЕ Я ИЗПОЛЗВАЙТЕ!*
-
- 2 ▶ **Въпрос:** На допингов контрол подлежат само спортисти, които се състезават на олимпиади, параолимпиади и световни първенства.
Отговор: Невярно
Обяснение: *Повечето държави и международни федерации имат антидопингови програми. Най-общо казано, това означава, че ако сте включени в национален отбор можете да бъдете подложени на проверка както по време на състезание, така и извън състезание (например в дома Ви или там където тренирате).*
-
- 3 ▶ **Въпрос:** Съкращението „САА“ означава.
Отговор: Световна антидопингова агенция
Обяснение: *Световната антидопингова агенция (САА) лансира, координира и наблюдава на международно ниво борбата срещу допинга в спорта във всичките ѝ форми.*
-
- 4 ▶ **Въпрос:** Ако дадено лекарство е позволено в България, значи е позволено навсякъде по света.
Отговор: Невярно
Обяснение: *Съставът на едно и също лекарство може да бъде различен в различните държави на разпространение. В зависимост от това къде са произведени или за кой пазар са предназначени, лекарствата с една търговска марка могат да имат различен състав (включително да съдържат забранени субстанции). Ако сте спортист – винаги проверявайте какво съдържат лекарствата, които приемате! Ако не сте сигурни дали съдържат забранени субстанции – консултирайте се с личния Ви лекар или лекаря на отбора.*
-
- 5 ▶ **Въпрос:** Какъв е максималният брой проверки, на които може да бъде подложен спортист в рамките на една година?
a. 2
b. 5
c. 20
d. Неограничен
Отговор: d. Неограничен
Обяснение: *Всеки спортист може да бъде подложен на неограничен брой проверки от всякакъв вид – с или без предизвестие, по време на състезание и извън състезание, въз основа на подбор на случаен принцип или на неслучаен принцип, и т.н.*
-
- 6 ▶ **Въпрос:** Анализът на уринни проби за откриване на забранени субстанции и методи може да бъде извършен от всяка лаборатория, стига да разполага с необходимата апаратура.
Отговор: Невярно
Обяснение: *Анализът на уринни проби за откриване на забранени в спорта субстанции и методи се извършва само от лаборатории, които са в състояние да изпълнят високите изисквания на Световната антидопингова агенция и са акредитирани от нея за този вид дейност.*
-
- 7 ▶ **Въпрос:** Всяка хранителна добавка, която мога да си купя от аптеката без рецепта, е позволена в спорта.
Отговор: Невярно
Обяснение: *Ако използвате хранителни добавки или някакви други „подсилващи“ субстанции, рискът си е Ваш. Голяма част от хранителни добавки съдържат забранени субстанции, тъй като в повечето държави контролът над тези продукти е слаб или липсва. СЪВЕТ: Ако нещо Ви изглежда прекалено хубаво за да е истина – значи най-вероятно е забранено! Алтернатива на хранителните добавки е добрата хранителна програма.*
-

- 8 ▶ **Въпрос:** Когато съм болен имам право да взимам каквито лекарства искам, стига да ми помогнат да оздравея.
Отговор: Невярно
Обяснение: Ако старадате от настинка, грип, сенна хрема или каквото и да е друго заболяване, НЕ ВЗИМАЙТЕ лекарства, за които не сте 100% сигурни, че не съдържат забранени субстанции. Това се отнася както за лекарствата, които се продават в аптеките без рецепта, така и за лечението, което Ви предписва Вашия лекар. Помнете – положителната проба си е положителна проба!
-
- 9 ▶ **Въпрос:** Всеки треньор или лекар, който съдейства на спортист или го подстрекава да взима забранени субстанции, може да бъде санкциониран ако спортистът даде положителна проба.
Отговор: Вярно
Обяснение: В Световния антидопингов кодекс са предвидени строги санкции за лицата, които съдействат, подстрекават или извършват други действия, които могат да доведат до използване или опит за използване на забранени субстанции или методи от спортист. Санкциите са особено строги, ако уличеният спортист е непълнолетен.
-
- 10 ▶ **Въпрос:** Няколко часа преди началото на процедурата за взимане на проби, длъжностното лице по допингов контрол е задължено да се свърже със спортиста и да го предупреди, че ще бъде подложен на проверка.
Отговор: Невярно
Обяснение: Проверките винаги протичат без предизвестие за спортиста, освен ако обстоятелствата не позволяват това. Целта е да се запази внезапността на допинговия контрол. Длъжностните лица по допингов контрол, при наличие на съответното пълномощно, имат право да проверяват спортистите винаги и навсякъде. Все пак, обаче, тази свобода на действие не бива да създава ненужно неудобство на проверявания спортист.
-
- 11 ▶ **Въпрос:** След взимането и запечатването на пробата и попълването на съответната документация, ако някой се опита да отвори пробата, да я замърси или да извърши друг вид манипулация, неминуемо ще си проличи.
Отговор: Вярно
Обяснение: Техническите пособия за взимане на проби разполагат със системи за защита, които не позволяват отварянето или манипулирането на пробата след като веднъж бъде запечатана. Освен това, лабораториите винаги докладват всяка нередност по отношение на целостта или анонимността на получените проби.
-
- 12 ▶ **Въпрос:** Спортистът има право да откаже участие в процедура за допингов контрол ако има да върши някаква по-спешна работа.
Отговор: Невярно
Обяснение: Отказът за участие в процедура за допингов контрол може да бъде равносilen на положителна проба. При отказ за участие в проверка след като Ви е било връчено известие, Вие сте длъжен незабавно да дадете писмено обяснение на съответния формуляр и да информирате за това свое действие организацията, която отговаря за Вас.
-
- 13 ▶ **Въпрос:** Имам право да поискам треньорът ми да дойде с мен в станцията за допингов контрол.
Отговор: Вярно
Обяснение: Всеки спортист има право на придружител по време на процедурата за взимане на проби.
-
- 14 ▶ **Въпрос:** Длъжен съм да използвам само техническите пособия за даване на проба, които ми се връчат от длъжностното лице по допингов контрол – дори и ако са разпечатани или изглеждат замърсени. Нямам право на поискан нов комплект.
Отговор: Невярно
Обяснение: Длъжностното лице по допингов контрол е длъжно да Ви предостави няколко на брой неразпечатани комплекта за взимане на проби и да Ви даде възможност да изберете един от тях. В случай, че комплектът, който изберете не Ви удовлетворява, имате право да поискате да си изберете нов.
-

- 15 ▶ Въпрос:** Длъжен съм да обясня на личния ми лекар, както и на всеки лекар, при който се явявам на преглед, че съм спортист, че подлежа на допингов контрол и че не бива да приемам забранени субстанции и да ми се прилагат забранени методи.
Отговор: Вярно
Обяснение: Изключително важно е личният Ви лекар, както и всяко друго лице, което Ви оказва медицинска помощ, да бъде наясно, че сте длъжен да използвате само лечебни субстанции и методи, които не фигурират в Списъка на забранените субстанции и методи на Световната антидопингова агенция. Ако това не е възможно, трябва поискате разрешение за терапевтична употреба (PTU) от Вашата международна федерация или национална антидопингова организация преди да започнете да използвате съответната субстанция или метод. За спешните ситуации също има процедури, с които лекуващият Ви лекар трябва да бъде запознат.
-
- 16 ▶ Въпрос:** Ако не съумеете да предоставите количеството урина, което е необходимо за извършване на лабораторен анализ, ще трябва да дадете кръвна проба.
Отговор: Невярно
Обяснение: В случай, че не съумеете да дадете нужното количество урина, предоставената частична проба се запечатва и описва, след което длъжностното лице по допингов контрол Ви изчаква да дадете нова проба, която отговаря на съответните изисквания за извършване на анализ.
-
- 17 ▶ Въпрос:** Всяко лекарство, което ми се дава от близък човек е напълно безопасно – даже и когато нямам представа какво съдържа.
Отговор: Невярно
Обяснение: Лично задължение на всеки спортист е да се увери, че в организма му не постъпват забранени субстанции. Когато не сте съвсем наясно какво точно приемате, не е невъзможно да се стигне до положителна проба.
-
- 18 ▶ Въпрос:** Ако длъжностно лице по допингов контрол пристигне за извънсъстезателна проверка в дома Ви, имате право да излезете от стаята за да си направите кафе по всяко време.
Отговор: Невярно
Обяснение: Спортистът е длъжен да се намира в ползрението на длъжностното лице по допингов контрол от момента на връчване на известието до приключването на процедурата за взимане на проби. Ако желаете да излезете от стаята, просто помолете длъжностното лице по допингов контрол да Ви придружи.
-
- 19 ▶ Въпрос:** Миналата седмица ме провериха на тренировка. Следващата проверка сигурно ще е чак след няколко седмици.
Отговор: Невярно
Обяснение: Наистина – следващата проверка може да е чак след няколко седмици. Но може да е и след няколко дни, дори и след няколко часа. Ползата от извънсъстезателното тестване без предизвестие е че спортистите, които са свикнали да мамят, няма как да са спокойни, че няма да бъдат подложени на внезапна проверка.
-
- 20 ▶ Въпрос:** Ако длъжностното лице по допингов контрол не се легитимира с акредитация или друг подходящ документ, имам право да откажа участие в процедура за взимане на проби.
Отговор: Вярно
Обяснение: Длъжностното лице по допингов контрол трябва да бъде в състояние да докаже, че е упълномощено да Ви подложи на проверка и че представлява легитимна организация. Ако не го направи, опишете това във формуляра за допингов контрол, задръжете екземпляр от него и незабавно се свържете с Вашата федерация.
-

- 21 ▶ **Въпрос:** Хората от лабораторията ще разберат как се казвам веднага щом получат пробата ми.
Отговор: Невярно
Обяснение: Документите, които се изпращат заедно с взетата от Вас проба в лабораторията, не съдържат никакви данни за Вашата самоличност. Единствените данни, които лабораторията узнава при получаване на пробата са датата на нейното взимане, спорта, по който се състезавате, Вашият пол и наименованието на спортната проява, в случай, че пробата е взета по време на състезание.
-
- 22 ▶ **Въпрос:** РТУ дава възможност на спортистите да използват забранени субстанции или методи, но само за лечение на реални заболявания. Съкращението „РТУ“ означава:
Отговор: а. Разрешение за терапевтична употреба
Обяснение: Спортистите на международно ниво подават молби за издаване на разрешение за терапевтична употреба (РТУ) до техните международните федерации, а спортистите на национално ниво – до техните националните антидопингови организации. РТУ се издава за конкретен вид лечение, с точни дозировки, за точно определен период.
-
- 23 ▶ **Въпрос:** Списъкът на забранените субстанции и методи посочва кои субстанции и методи са забранени по време на и извън състезание.
Отговор: Вярно
Обяснение: Списъкът на забранените субстанции и методи се обновява ежегодно от група експерти с международна репутация. Всяка негова нова версия влиза в сила на 1-ви януари от съответната календарна година. Лично задължение на всеки спортист е да бъде наясно с нововъведенията в списъка. За тази цел посетете интернет страницата на Световната антидопингова агенция (САА) – www.wada-ama.org.
-
- 24 ▶ **Въпрос:** Ако съм включен в регистър на спортисти за тестване, съм длъжен да предоставям информация за местонахождение дори и да не участвам в тренировки и състезания поради контузия.
Отговор: Вярно
Обяснение: Ако сте спортист от регистъра на спортистите за тестване на международна федерация или друга антидопингова организация, сте абсолютно задължени да предоставяте информация за местонахождение винаги, дори и когато сте „извън строя“, заради заболяване или контузия.
-
- 25 ▶ **Въпрос:** По време на състезание подлежа на проверка дори и ако реално не съм се състезавал/а.
Отговор: Вярно
Обяснение: Ако името Ви фигурира в стартовия лист може да бъде включено в процедурата за подбор на спортисти за допингов контрол, независимо дали сте участвали в състезанието.
-
- 26 ▶ **Въпрос:** Ако взета от Вас проба се окаже положителна имате право:
а. Да поискате анализ на проба „Б“
б. Да присъствате лично на отварянето и анализа на проба „Б“ или да упълномощите някой да присъства вместо Вас
с. Да поискате екземпляр от документацията свързана с лабораторния анализ на проба „А“ и/или „Б“
д. Всички отговори са верни
Отговор: д. Всички отговори са верни
Обяснение: Една от основните цели на Световния антидопингов кодекс е да гарантира зачитането на правата на спортистите.
-

27 ► **Въпрос:** Списъкът на забранените субстанции и методи се обновява:

- a. Ежемесечно
- b. Ежегодно
- c. Преди началото на всяка Олимпиада и Параолимпиада
- d. Никога

Отговор: b. Ежегодно

Обяснение: Списъкът на забранените субстанции и методи се обновява ежегодно от група експерти с международна репутация. Всяка негова нова версия влиза в сила на 1-ви януари от съответната календарна година. В списъка могат да бъдат внасяни и извънредни промени, но само при спешна нужда. Лично задължение на всеки спортист е да бъде наясно с нововъведенията в списъка. За тази цел посетете интернет страницата на Световната антидопингова агенция (CAA) – www.wada-ama.org.

28 ► **Въпрос:** След като съм уведомен/а, че подлежа на допингов контрол, необходимо ли е веднага да се явя в допинг станцията?

- a. Да
- b. Не – имам 1 час
- c. Мога да явя, когато съм готов
- d. Не - имам 24 часа

Отговор: a. Да

Обяснение: Когато спортистът е уведомен от служителя по допингов контрол (DCO) или шапероне, че е избран/а за допингов контрол, трябва да се яви незабавно в допинг станцията, освен ако няма уважителни причини за забавяне. Дори и при основателно забавяне, спортистът трябва да остане под пряко наблюдение на служителя по допингов контрол и/или шапероне през цялото време докато бъде взета пробата.

29 ► **Въпрос:** Ако изтърпявам наказание в моя спорт, мога да се състезавам в друг спорт.

Отговор: Невярно

Обяснение: Ако състезател е наказан/а в резултат на нарушение на антидопинговите правила, той/тя **НЯМА ПРАВО** да участва в никакви спортни състезания или спортни дейности до изтичане на периода на наказанието.

30 ► **Въпрос:** Ако съм дал/а положителна проба в родната ми страна, мога да се състезавам за друга?

Отговор: Невярно

Обяснение: Ако състезател е извършил антидопингово нарушение в родината си, то нарушението важи за всички страни членки на Световния антидопингов кодекс. Ето защо, по време на периода на наказание състезателят не може да се състезава за друга страна.

31 ► **Въпрос:** Мога ли да бъда уличен/а в нарушение на антидопинговите правила ако съм употребявал/а хранителна добавка, която съдържа забранена субстанция?

Отговор: Да

Обяснение: Съгласно Кодекса, спортистът е отговорен за всички забранени вещества, които са открити в неговото организъм. При употребата на хранителни добавки и храни (особено месото в определени страни), спортистът рискува да извърши нарушение на антидопинговите правила, независимо от нивото му на предпазливост или познания.

- 32 ▶ Въпрос:** Кой определя дали молбата за разрешение за терапевтична употреба (РТУ), която ти дава право да употребяваш забранено вещество поради здравословни причини, ще бъде одобрена или отхвърлена?
- Експертен състав от състезатели
 - Експертен състав работещ към национални и международни спортни федерации
 - Комисия за разрешения за терапевтична употреба / КРТУ/
 - Президентът на националната или международната федерация
- Отговор:** с. Комисия за разрешения за терапевтична употреба / КРТУ/
Обяснение: След като спортистът изпрати молба за РТУ до съответната Антидопингова организация (МФ или НАДО и/или Организатор на спортни прояви от по-висок ранг, ако е приложимо), тя ще разгледа и ще вземе решение от името на независим състав наречен КРТУ. Международните федерации, Националните Антидопингови организации и Организатори на Спортни прояви, чрез техните КРТУ са отговорни за одобряване или отказ на дадена молба.
-
- 33 ▶ Въпрос:** Ако почитам спортните ценности и искам да бъда най-добрият в даден спорт, аз трябва:
- да побеждавам на всяка цена
 - да направя всичко, за да съм с преимущество пред останалите
 - да знам, че всяка загуба значи, че съм се провалил
 - Нито едно от изброените
- Отговор:** d. Нито едно от изброените
Обяснение: Упоритата работа, отдадеността към спорта и поуките от загубите са важни за да стане един спортист най-добрият състезател, но победата на всяка цена без да се интересува от здравето, съотборниците или спортните правила е против спортния дух.
-
- 34 ▶ Въпрос:** Спортистите употребили допинг постъпват нечестно спрямо всеки друг спортист, който се състезава без допинг.
- Отговор:** Вярно
Обяснение: Ако състезател постъпва нечестно, то той/тя е извън равностойната игра, не се състезава в духа на спорта и няма да бъде истински победител. Нарушението на антидопинговите правила е нарушение на състезателните правила, съгласно които спортистите се съгласяват да участват и да се състезават честно.
-
- 35 ▶ Въпрос:** Кой има право да взема кръвни допинг проби?
- Служител по допингов контрол, квалифициран за вземане на кръв
 - Всеки служител по допингов контрол
 - Квалифицирано шапероне
 - Всички отговори са верни
- Отговор:** а. Служител по допингов контрол, квалифициран за вземане на кръв
Обяснение: Служител по допингов контрол, квалифициран за вземане на кръв, е официално лице,оторизирано от Антидопинговата организация (АДО) за вземане на кръвни допинг проби от състезателите.
-
- 36 ▶ Въпрос:** След като съм дал проба (кръв и/или урина), за какъв период може да се съхранява и анализира отново?
- Неограничен
 - 10 години
 - 2 години
 - Не се съхранява
- Отговор:** b. 10 години
Обяснение: Всички проби могат да се съхраняват до 10 години и да бъдат анализирани отново по всяко време от този период. Това означава, че субстанции, които не са били открити към момента на тестването, а са били установени на по-късен етап в този 10-годишен период, състезателите могат да бъдат наказани и техните резултати да бъдат анулирани.
-

- 37 ▶ Въпрос:** Положителен допинг тест е единственото нарушение, заради което състезател може да бъде наказан.
Отговор: Невярно
Обяснение: Наличието на забранена субстанция е само 1 от 11 нарушения на антидопинговите правила. Отказ или избягване на даване на проба, притежание на забранени субстанции, насърчаване, подпомагане, подбуждане и забранени връзки са само някои от другите нарушения на антидопинговите правила, за които състезател подлежи на наказание.
-
- 38 ▶ Въпрос:** Аз мога да бъда наказан за връзка с треньор, терапевт или друго спортно-техническо лице, който изтърпява период на наказание поради нарушение на антидопинговите правила.
Отговор: Вярно
Обяснение: „Забранени връзки“ е антидопингово нарушение, при което състезатели могат да бъдат наказвани.
-
- 39 ▶ Въпрос:** Ако съм запознат, че дадена хранителна добавка е минала през качествен контрол, мога да бъда сигурен/а, че тя НЕ съдържа вещества от забранителния списък.
Отговор: Невярно
Обяснение: Не може да се гарантира, че дадени хранителни добавки не съдържат субстанции от забранителния списък тъй като тази индустрия не е регулирана. Нито една организация не може да гарантира, че хранителната добавка е безопасна за здравето или употребата ѝ няма да доведе до положителна допинг проба. Балансираното хранене, пълноценните храни са най-добрия начин да подобрите спортните си постижения.
-