

- 1 ▶ **Tanong:** Ako ang tanging responsable sa anumang iniinom, itinuturok o inilalagay sa aking katawan.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Kailangan maging aktibo sa pagtatanong ang atleta para hindi masira ang kanilang karera sa isports. Kung naguguluhan- MAGTANONG! Kung hindi ka 100% sigurado sa mga nilalaman ng gamot- HUWAG INUMIN ITO!*

- 2 ▶ **Tanong:** Tanging mga atletang kalahok sa Olympics, Paralympics at World Championships ang sumasailalim sa doping control.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Maraming bansa at international federation ang may programa sa anti-doping. Nangangahulugang kapag ika'y kabilang sa natioanl team, maaari kang i-test habang nasa kompetisyon o sa inyong tahanan o sa lugar na pinag-eensayuhan.*

- 3 ▶ **Tanong:** Ang WADA ay tumutukoy sa: World Anti-Doping Administration, World Anti-Doping Agency?
Sagot: World Anti-Doping Agency
Eksplanasyon: *Misyong ng World Anti-Doping Agency (WADA) sa antas internasyonal ang magpalaganap, makipag-ugnayan at magsubaybay sa paglaban ng doping sa isport.*

- 4 ▶ **Tanong:** Kung ang gamot ay okay na gamitin sa aking bansa, ligtas ko ring magagamit ang parehong brand na binili sa ibang bansa.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *May mga gamot na kapag binili sa labas ng bansa ay may kakaunting kaibahan sa sangkap. Sa ilang kaso, ito minsan ang ipinagbabawal na gamot. Dapat tignan ang sangkap mabuti at pakinggan ang payo ng doktor, kung hindi sigurado.*

- 5 ▶ **Tanong:** Ano ang maximum na bilang ng pagpapasuri ng isang atleta kada taon
Sagot: Walang Limitasyon
Eksplanasyon: *Walang limitasyon ang mga atleta sa bilang ng pagsusulit sa bawat taon kabilang ang sa loob na kompetisyon, labas na kompetisyon, random at itinakdang pagsusulit.*

- 6 ▶ **Tanong:** Maaaring bang gawin sa kahit anumang laboratoryo na may angkop na kagamitan ang pagsusuri ng ihi upang matukoy ang prohibited substance o mga pinagbabawal na metodo sa isport?
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Pagsusuri sa ihi para makita ang ipinagbabawal na sangkap o metodo sa isport na maaaring gawin sa laboratoryong nakapasok sa pamantayan ng WADA at nagkamit ng accredited status.*

- 7 ▶ **Tanong:** Kung ang nutritional supplement ay nabili mula sa parmasya (over-the-counter), siguradong pahihintulutan ito sa isport.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Pagkuha ng substance at/o anomang sangkap na makasisira sa sarili. Dahil ang supplement industry ay walang regulasyon sa maraming bansa, mahalaga na sigurado sa laman ng produkto. PAALALA: kapag masyadong maganda ang produkto para maging totoo- hindi imposibleng ipinagbabawal! Isang alternatibo sa paggamit ng substance ay programa sa nutrisyon.*

- 8 ▶ **Tanong:** Kung may sakit ako, may pahintulot akong inumin ang kahit anong gamot para bumuti ang aking pakiramdam.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Kung may cold, flu o hay fever HUWAG uminom ng kahit anomang gamot na hindi sigurado kung may ipinagbabawal na laman ang gamot. Kabilang dito ang ilegal na pagbili mula sa reseta ng doktor. Tandaan ang positibong resulta ay isang positibong resulta.*

- 9 ▶ **Tanong:** Ang coach o doktor na tumulong o nanghihikayat sa isang atleta na gumamit ng prohibited substance ay maaaring maparusahan kung magpositibo sa pagsusuri ang atleta.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Panghihikayat o Pagtulong sa mga atleta sa paggamit o metodo ng ipinagbabawal na substance ay kinokonsiderang serious doping violation at may parusa na ipapatupad sa ilalim ng batas ng World Anti-Doping Code.*
-
- 10 ▶ **Tanong:** Ilang oras bago ang laro, kailangang ipaalam ng Doping Control Officers sa mga atleta na sila ay isasailalim sa drug test?
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Walang paunang pasabi sa pagkuha ng pagsusulit. Nangangahulugang maaaring magsagawa ang Doping Control Officers (DCOs) anomang oras at lugar. Bagaman, inaaasahan na gagamitin ng DCOs ito na hindi makaaabala sa mga atleta.*
-
- 11 ▶ **Tanong:** Kapag nakolekta at naselyuhan na ang sample at makompleto ang mga dokumento, siguradong mahahalata ang anumang pagtatangka na buksan, kontaminahin o palitan ang sample.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Kailangan mapalagay ang mga atleta na hindi madaraya ang sample na kanilang ibinigay. Gayundin, ibabalita ng mga laboratoryo ang kahina-hinalang sample bago suriin.*
-
- 12 ▶ **Tanong:** Maaaring tumanggi ang isang atleta na sumailalim sa doping control kung siya ay masyadong abala?
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Pagtanggi sa pagpasa sa doping control ay nangangahulugang positibong resulta. Kung nais ng atletang tumanggi kung naabisuhan, siya ay kailangang magpasa ng paliwanag sa pagtanggi at ipaalam sa namamahala nang mas maaga.*
-
- 13 ▶ **Tanong:** Kung ipinapatawag sa Doping Control Station, maaari akong samahan ng aking coach.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Karapatan ng isang atletang magkaroon ng kinatawan na sasama sa kanya sa Doping Control Station.*
-
- 14 ▶ **Tanong:** Kailangan gamitin ko ang pinili kong lalagyan ng nakolektang sample kahit sa tingin kong napalitan na ito o mukhang marumi.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Dapat bigyan ng pagpipilian mula sa mga koleksyon ng kagamitan. Kung hindi ka kumbinsido sa testing kit na iyong pinili, maaari kang manghingi ng isa pa.*
-
- 15 ▶ **Tanong:** Kailangang sabihin ko sa aking doktor na bilang atleta ay maaari akong sumailalim sa doping control at hindi dapat gumamit ng prohibited substances.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Mahalaga na alam ng iyong doktor ang alternatibong medikasyon mula sa listahan ng ipinagbabawal na medikasyon. Kung hindi ito posible, kailangan magtanong sa Therapeutic Use Exemption (TUE) sa pamamagitan ng International Federation o National Anti-Doping Organization bago magamit ang medikasyon na dapat alam ng doktor.*
-
- 16 ▶ **Tanong:** Kung hindi ka nakapagbigay ng kinakailangang dami ng ihi ay hihingan ka ng blood test bilang karagdagan sa iyong urine test.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Kung hindi mapupunan ang kinakailangang dami ng ihi, pansamantala itatago ang sample at ililista, kung kailan handa na, kinakailangan magbigay ng hinihinging dami ng ihi.*
-

- 17 ▶ **Tanong:** Laging okay na tumanggap ng gamot mula sa sinoman iyong pinagkakatiwalaan, kahit hindi mo alam kung ano ang mga nilalaman nito.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Dapat alam ng mga atleta ang inilalagay nila sa kanilang katawan. Ang pag-inom ng gamot o medikasyon nang hindi alam ang laman nito ay maaari magresulta ng positibo sa drug test at maaaring maging delikado sa kalusugan.*
-
- 18 ▶ **Tanong:** Kung pumunta sa bahay mo ang isang Doping Control Officer para magsagawa ng out-of-competition test, pwede ka bang lumabas ng kuwarto nang mag-isa para magtimpla ng kape?
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Kung kailangan umalis sa kwarto, magtanong sa Doping Control Officer kung sino ang sasama sa iyo. Mahalagang magkaroon ng integridad ang sample na nasusubaybayan ng Doping Control Officer hanggang sa matapos ang pagsusulit.*
-
- 19 ▶ **Tanong:** Kung nag-out of competition test na ako ngayong linggo, ilang linggo pa bago ang aking susunod na pagsusuri.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Maaaring ilang linggo, arawo oras lamang bago ang susunod na pagsusulit. May mga benipisyo ang pagsasagawa ng maraming pagsusulit sa maikling panahon upang matigil ang pakiramdam na ligtas mandaya.*
-
- 20 ▶ **Tanong:** Kung walang pagkakakilanlan ang Doping Control Officer (DCO), maaari akong tumanggap magpasuri.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Kailangan ipakita ng DCO na may awtoridad silang magbigay ng pagsusulit, at kabilang sila sa isang awtorisadong organisyon na nagsasagawa ng pagsusulit. Kung hindi, ipaliwanag ito sa isang form, may lagda, itago ang iyong kopya at makipag-ugnayan agad sa Federation.*
-
- 21 ▶ **Tanong:** Nakikilala ako ng taong nasa laboratoryo na tumanggap ng aking sample.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Ang dokumentasyon na may dala ng iyong sample sa laboratoryo ay itatago ang iyong identidad. Ang tanging impormasyon na matatanggap ng lab ay isport/ pangyayari/ kasarian/ Federation at petsa ng pagsusulit.*
-
- 22 ▶ **Tanong:** Ang programang "TUE" ay nagbibigay ng pagkakataon sa mga atleta na humiling ng gamutan sa seryosong kondisyong medikal gamit ang prohibited substances. Ang TUE ay tumutukoy sa:
Sagot: Therapeutic Use Exemption
Eksplanasyon: *Atletang nasa lebel internasyonal ay kailangang magpasa ng Therapeutic Use Exemption (TUE) sa International Federation at ang atletang panlokal ay kailangang magpasa ng form sa National Anti-Doping Agency. Ang TUEs ay nagbibigay ng ispesipikong medikasyon kasama ng saktong dosage at oras.*
-
- 23 ▶ **Tanong:** Tinutukoy ng Prohibited List ang substance at mga metodo na ipinagbabawal sa in-competition at out-of-competition.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Taon-taon sinusuri ang Prohibited List ng mga eskperto internasyonal at ang bagong bersyon na inilalabas tuwing ika-1 ng Enero. Lahat ng atleta ay dapat siguraduhin na alam ang mga bago sa mga impormasyon na makikita sa WADA website--- www.wada.ama.org.*
-
- 24 ▶ **Tanong:** Kahit may injury ako at hindi nakakalaro, kailangang ko pa ring ipasa ang aking whereabouts information sa awtoridad sa sport kung sakaling hanapin nila ako para sa isang drug test.
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Bilang atleta, kailangang ipasa ang lokasyon kung nasaan ka kahit walang kompetiyon dahil man ay sakit o pilay upang mapuntahan ng anti-doping organization.*
-

- 25 ▶ **Tanong:** Maaari akong i-drug test sa panahon ng kompetisyon, kahit hindi ako naglalaro.
Sagot:
Eksplanasyon: *Kung ikaway inilagay bilang bahagi ng grupo, maaari kang maisama sa pagpili ng doping control, lalaban ka man o hindi.*
-
- 26 ▶ **Tanong:** Kung sa pagsusuri ay nagpositibo ka sa prohibited substances, may karapatan ka na:
Sagot: Lahat ng nabanggit
Eksplanasyon: *Sinisigurado ng World Anti-Doping Code na ang karapatan ng bawat atleta ay nirerespeto.*
-
- 27 ▶ **Tanong:** Gaano kadalas ina-update ang Prohibited List?
Sagot: Kahit minsan lang sa isang taon
Eksplanasyon: *Taon-taon sinusuri ang Prohibited List ng mga eksperto internasyonal at ang bagong bersyon na inilalabas tuwing ika-1 ng Enero. Lahat ng atleta ay dapat siguraduhin na alam ang mga bago sa mga impormasyon na makikita sa WADA website--- www.wada.ama.org.*
-
- 28 ▶ **Tanong:** Kapag ako ay nasabihan para sa doping control, kailangan ko bang magreport kaagad sa Doping Control Station?
Sagot: Oo
Eksplanasyon: *Kapag sinabihan ka ng Doping Control Officer (DCO) o alalay na ika'y napili, agad na magpunta sa Doping Control Station, maliban kung may tanggap na rason kung mahuhuli. Kahit may tanggap na rason, DAPAT manatili sa obserbasyon ng DCO at/ o Alalay sa lahat ng oras hanggang sa makumpleto ang sample.*
-
- 29 ▶ **Tanong:** Kung pinagbawalan ako sa aking isport, maaari akong makalaro sa ibang isport.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Kung ika'y lumabag sa Anti-Doping Rule Violation (ADRV), hindi ka maaaring sumali sa anomang kompetisyon o aktibidad sa isport habang nasa suspensyon.*
-
- 30 ▶ **Tanong:** Kung nagpositibo ako sa pagsusuri sa aking bansa, maaari akong makalaro sa ibang bansa.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Kung ikaw lumabag sa Anti-Doping Rule Violation sa inyong bansa, ang iyong ADRV na rekord ay kikilalanin ng iba pang tagapanukala ng World Anti-Doping Code. Samakatuwid, sa panahon ng parusa, hindi ka maaaring lumaban sa ibang bansa.*
-
- 31 ▶ **Tanong:** Maaari ba akong mapatunayang lumabag sa Anti-Doping Rule Violation (ADRV) kung gumamit ako ng supplement na kontaminado ng prohibited substance?
Sagot: Oo
Eksplanasyon: *Sakop ng Strict Liability Principle, responsable ang atleta sa anong substance na makikita sa loob ng kanyang katawan. Ang potensyal na Anti-Doping Rule Violation (ADRV) na sinadya man o hindi ay nasa lebel ng pag-iingat! Laging mag-ingat sa anomang substance, pagkain (karne sa ilang bansa), o pantulong na iyong ginagamit.*
-
- 32 ▶ **Tanong:** Sino ang nagpapasya kung ang aplikasyon sa Therapeutic Use Exemption (TUE) ay aprubado o hindi at pinapayagan kang gumamit ng prohibited substance para sa pangangailangang medical?
Sagot: Isang komite ng mga eksperto sa medisina
Eksplanasyon: *Pagkatapos magpasa ng TUE sa iyong Anti-Doping Organization (IF o NADO at/o Major Event Organizatopn kung mayroon), susuriin ng panel mula sa independent physician ang iyong hinihiling na tinatawag na Therapeutic Use Exemption Committee (TUEC). Ang mga IF, NADO at MEO sa pamamagitan ng mga TUEC ang responsable sa pagsang-ayon o pagtangi ng iyong hinihiling.*
-
- 33 ▶ **Tanong:** Kung nais kung resputuhin ang aking isport at maging pinakamahusay na atleta, kailangan kong:
Sagot: Wala sa nabanggit
Eksplanasyon: *Pagsisikap, dedikasyon at pagkatuto sa paghihintay ang esensyal para maging pinakamahusay na atleta. Kaya, ang pagkapanalo na walang respeto sa kalusugan, kapwa atleta, o sa tuntunin ay labag sa diwa ng laro.*
-

- 34 ▶ **Tanong:** Dinadaya ng mga atletang nag-dodope ang karapatan ng bawat atleta na makalaro sa isang clean sport
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Kapag nandaraya ang isang atleta ay inaalís sa laro, tumitigil para sa diwa ng laro, at dahil wala na ang patas na laban. Ganoon din, sa paglabag sa anti-doping rules ay paglabag sa tuntunin ng laro, na kondisyong tinatanggap ng atleta para makasali at para sa patas na laban.*
-
- 35 ▶ **Tanong:** Sino ang awtorisadong magsagawa ng pangongolekta ng sample ng dugo.
Sagot: Isang kalipikadong Blood Collection Officer(BCO)
Eksplanasyon: *Ang Blood Collection Officer (BCO) ay opisyal na rehistrado at awtorisado ng Anti-Doping Organization (ADO) para mangolekta ng sample na dugo sa atleta.*
-
- 36 ▶ **Tanong:** Matapos akong magbigay ng sample (dugo at/o ihi), gaano ito katagal na maaaring iimbak at muling suriin?
Sagot: 10 taon
Eksplanasyon: *Umaabot ng 10 taon ang lahat ng sample at maaaring analisahin muli kailanman mula sa sakop na taon, nangangahulugan na ang mga hindi nakitang substance ay biglang makita at bigyan parusa ang atleta na magresulta na diskwalipikasyon labas sa orihinal na petsa ng pagsusulit.*
-
- 37 ▶ **Tanong:** Ang positibong resulta ng pagsusuri ang tanging paraan para maparusahan ang isang atleta.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Pagkakaroon ng pinagbabawal na substance sa sample ng atleta ay 1 sa 11 Anti-Doping Rule Violations (ADRVs). Pagtangi o hindi pagpasa sa Sample Collection, Pagmamay-ari ng Pinagbabawal na substance, ilegal na gawain, Pinagbabawal na Samahan ang ilan sa mga ADRV para parusahan ang atleta.*
-
- 38 ▶ **Tanong:** Maaari akong maparusahan sa pakikipag-ugnay sa kahit na sinong coach, doktor, o iba pang tulad na support personel sa panahon ng “ineligibility” dahil sa isang Anti-Doping Rule Violation (ADRV).
Sagot: Tama
Eksplanasyon: *Ang Pinagbabawal na Samahan ay isang Anti-Doping Violation (ADRV) na maaaring magparusa sa atleta.*
-
- 39 ▶ **Tanong:** Kung alam kong dumaan na sa proseso ng quality control ang supplement, may garantiya ako na hindi nagtataglay ng anumang substances na nasa prohibited list.
Sagot: Mali
Eksplanasyon: *Walang katiyakan na ang supplement ay walang ipinagbabawal na substance dahil walang regulasyon sa industriyang ito. Walang organisasyon ang makapagtitiyak ng kaligtasan ng dietary supplement o laman nito. Pagkain nang tama ang pinakamabisang paraan upang mahasa ng atleta ang kanyang kakayahan.*
-