

- 1 ▶ Въпрос:** Как да разбера дали едно вещество е разрешено?
- Веществото е безопасно за употреба, ако сте го закупили от аптека.
  - Веществото е безопасно за употреба, ако върху опаковката му е написано „не съдържа допинг“.
  - Веществото е безопасно за употреба, ако е от растителен произход.
  - Веществото е безопасно за употреба, ако не съдържа никакви вещества, включени в Списъка на забранените вещества
- Отговор:** d. Веществото е безопасно за употреба, ако не съдържа никакви вещества, включени в Списъка на забранените вещества
- Обяснение:** *Всеки път, когато желаете или се нуждаете от използване на вещество, непременно проверете Списъка на забранените вещества и методи. Ако не сте сигурни, покажете списъка на фармацевт или лекар и ги попитайте. Списъкът можете да откриете на сайта на WADA (Световна антидопингова агенция - САДА), или на сайта на вашата Национална антидопингова организация (НАДО) или Вашата Международна федерация (МФ). Възможно е също така да осъществите контакт и запитате Националната антидопингова организация (НАДО) или Международна федерация (МФ).*
- 
- 2 ▶ Въпрос:** Как можем да разберем дали хранителните добавки са безопасни за употреба?
- Всички хранителни добавки са безопасни за употреба
  - Не може да сте сигурни, дали хранителните добавки са безопасни за употреба
  - Ако върху етикетът пише, че те са безопасни
  - Ако ви ги е предписал лекарят
- Отговор:** b. Не може да сте сигурни, дали хранителните добавки са безопасни за употреба
- Обяснение:** *Отрасълът за производство на хранителни добавки не е регулиран и затова не можете да бъдете сигурни какви вещества/съставки се съдържат в хранителната добавка. Употребата на хранителни добавки е винаги на ваша отговорност. Ако информацията, посочена върху опаковката, звучи твърде добре, за да е достоверна - добавката вероятно съдържа вещество, забранено за употреба в спорта!*
- 
- 3 ▶ Въпрос:** Може ли да ме проверят?
- Не, защото съм юноша/девойка
  - Не, защото не участвам в международни състезания
  - Да, всеки спортист може да бъде проверен.
  - Не, защото моята спортна дисциплина не представлява високорисков спорт
- Отговор:** c. Да, всеки спортист може да бъде проверен.
- Обяснение:** *Антидопинговите правила са приложими за всички спортисти, за всички спортове и във всички страни. Ето защо, всеки спортист може да бъде проверен.*
- 
- 4 ▶ Въпрос:** Какви са санкциите, ако бъда заловен(а) с допинг?
- Няма санкции за допинг
  - Няма санкции ако съм юноша/девойка
  - От предупреждение до пожизнена забрана
  - В зависимост от това, кой ви е дал веществото
- Отговор:** c. От предупреждение до пожизнена забрана
- Обяснение:** *В зависимост от тежестта на нарушението, санкциите могат да включват дисквалификация на резултати, забрана за участие във всякакви спортни състезания, финансови санкции и задължително публикуване на вашето нарушаване на антидопинговите правила.*

5 ▶ **Въпрос:** Възможно ли е да бъдат санкционирани моя треньор или лекар?

- a. Не, санкционират се единствено спортисти
- b. Не, санкционират се единствено спортисти и треньори
- c. Не, няма санкции за допинг
- d. Да, всички спортисти и целия персонал за поддръжка на спортиста могат да бъдат санкционирани

**Отговор:** d. Да, всички спортисти и целия персонал за поддръжка на спортиста могат да бъдат санкционирани  
**Обяснение:** Съгласно Световния антидопингов кодекс (Code), спортистите и техният поддържащ персонал подлежат на санкции за нарушаване на антидопинговите правила. Като поддържащ персонал на спортиста се определя треньор, мениджър, агент, клубен персонал, длъжностни лица, медицински или парамедицински персонал, работещ или лекуващ спортисти, участващи или подготвящи се за спортни състезания.

6 ▶ **Въпрос:** Кой носи отговорност при откриване на вещество в тялото на спортиста?

- a. Лекарят на спортиста
- b. Треньорът на спортиста
- c. Спортистът
- d. В зависимост от това, кой е дал веществото на спортиста

**Отговор:** c. Спортистът

**Обяснение:** Спортистът винаги е отговорен за това, което бъде открито в неговото тяло, дори ако забраненото вещество е било използвано неволно, или ако някой друг е предоставил това вещество с твърдението, че е безопасно. Това се нарича принцип на абсолютната отговорност (отговорност за невиновно причиняване на вреда). Ако спортистът не е 100% сигурен за съставките или статуса на веществото – той не трябва да го приема преди да бъде направена проверка в Забранителния списък или запитване до Международната федерация (МФ) или националната антидопингова организация (НАДО).

7 ▶ **Въпрос:** Какво да правя, ако се налага моят лекар да ме лекува с някакво лекарство?

- a. Лекарят трябва да провери дали лекарственото средство съдържа забранено вещество
- b. Каквото ми предпише лекарят е безопасно
- c. Ако проверката покаже наличие на вещество, предписано от моя лекар, това е негова/нейна грешка
- d. Ако е по медицински причини, мога да приемам каквото е необходимо

**Отговор:** a. Лекарят трябва да провери дали лекарственото средство съдържа забранено вещество

**Обяснение:** Лекарят трябва да провери дали лекарственото средство съдържа забранено вещество. Ако това е така, и ако няма друго възможно лечение, тогава спортистът трябва да отправи заявка за разрешение за терапевтична употреба, придружена с документация, оправдаваща лечението. Лекарите не винаги познават тази процедура, затова е важно да посочите на вашия лекар, че сте спортист и за вас са приложими определени антидопингови правила.

8 ▶ **Въпрос:** Възможно ли е моят треньор или някой, който избира, да ме придружи в станцията за допинг контрол?

- a. Да
- b. Само ако съм юноша/девойка
- c. Само ако служителят за допинг контрол е поискал присъствие на представител
- d. Спортистът не може да бъде с придружител в станцията за антидопингов контрол

**Отговор:** a. Да

**Обяснение:** При желание, в станцията за антидопингов контрол, спортистът може да бъде придружен от някой като родител, треньор, длъжностно лице от клуба или лекар. Всички непълнолетни спортисти трябва да са с придружител в станцията за антидопингов контрол. Ако никой няма възможност да придружи спортиста, служителят за допингов контрол може да избере някой, който да го(я) придружи. При необходимост и възможност, спортистът може да разполага с езиков помощник или преводач.

- 9 ▶ Въпрос:** Кой има правото да извършва допинг контрол?
- Служител за допинг контрол, който/която може да представи идентификационен документ и свидетелство за упълномощаване от антидопингова организация.
  - Всеки треньор
  - Всеки лекар
  - Всеки полицейски служител
- Отговор:** а. Служител за допинг контрол, който/която може да представи идентификационен документ и свидетелство за упълномощаване от антидопингова организация.
- Обяснение:** Правото да пристъпят към изпълнение на процедурата за допинг контрол имат само акредитирани служители за допинг контрол. Той/тя трябва да представи доказателство, че е служител за допинг контрол, и че е ангажиран(а) от антидопингова организация за извършване на допинг контрол.
- 
- 10 ▶ Въпрос:** Възможно ли е допингът да се отрази на растежа ми?
- Да, допинговите вещества могат да имат пряко въздействие върху вашия растеж
  - Не, те могат да доведат единствено до много тежко акне
  - Не, те могат да имат отражение единствено в значително по-напреднала възраст
  - Не, те могат да имат отражение единствено върху вътрешните органи
- Отговор:** а. Да, допинговите вещества могат да имат пряко въздействие върху вашия растеж
- Обяснение:** Допингът може да има множество странични ефекти. Един от възможните странични ефекти е отражението на вашия растеж и физическо развитие. Верни са и всички останали странични ефекти, споменати във възможните реакции. Отчасти допинговите субстанции са забранени и защото могат да имат тежки отрицателни последици за здравето.
- 
- 11 ▶ Въпрос:** Мога ли да откажа да бъда проверен(а)?
- Не
  - Да, ако имам семейни ангажименти
  - Да, ако съм твърде зает(а)
  - Да, ако имам ангажименти в училище
- Отговор:** а. Не
- Обяснение:** Спортистите нямат право да отказват допинг контрол. Отказът води до аналогични санкции както положителната проба - например, потенциална доживотна забрана. Това е така, защото спортистите, приемащи допинг, просто биха могли да откажат да се подложат на проверка и никога да не бъдат заловени и санкционирани.
- 
- 12 ▶ Въпрос:** Къде мога да открия надеждна антидопингова информация?
- Международните федерации, националните антидопингови организации, световната антидопингова агенция
  - Интернет
  - Списания за културизъм и спорт
  - Моите приятели
- Отговор:** а. Международните федерации, националните антидопингови организации, световната антидопингова агенция
- Обяснение:** Международните федерации (МФ), Националните антидопингови организации (НАДО) и регионалните антидопингови организации (РАДО), Националните олимпийски комитет и Националните федерации, могат да предоставят на спортистите информация за всички аспекти на допинговия контрол, включително отговори на въпроси за Забранителния списък, предоставяне на информация за местонахождение и заявка за разрешение за терапевтична употреба (РТУ). Източник на информация е и Световната антидопингова агенция (САДА).

**13 ▶ Въпрос:** Как се извършва антидопинговият контрол?

- a. Служителят за допинг контрол ме уведомява, че трябва да предоставя проба
- b. Ще му дам малко от косата си
- c. Трябва да застана на пръсти с левия лакът върху дясното коляно
- d. Всичко от горепосоченото

**Отговор:** а. Служителят за допинг контрол ме уведомява, че трябва да предоставя проба

**Обяснение:** *Когато бъдете избрани за допинг контрол, ще бъдете посетени от служител за допинг контрол. Ще отидете заедно с него/нея в станцията за допинг контрол. Там трябва да се попълнят няколко формуляра и ще изберете комплект за вземане на проба (кутия с две бутилки и чашка). След това трябва да отидете в тоалетната и да уринирате в чашката пред някой, който е от същия пол (за да е сигурно, че това е вашата урина). В някои случаи се изисква от вас да бъде взета кръвна проба. След това ще се върнете в станцията за допинг контрол, ще напълните бутилките, които сте избрали, и ще ги запечатате. Още малко попълване на документи и това е всичко! Лесно като 1-2-3!*