

- 1 ▶ **Tanong:** Paano ko malalaman kung ang isang substance ay pinahihintulutan?
Sagot: Ligtas gamitin ang substance kung hindi ito nagtataglay ng anumang mga substance na nasa List of Prohibited Substances
Eksplanasyon: *Kung kainakailangan ang paggamit ng substance, siguraduhing titignan sa List of Prohibited Substance and Methods. Kung hindi sigurado, ipakita sa mga pharmacist o doktor at magtanong. Maaari ring makita sa WADA Website, o kaya sa websayt ng inyong National Anti-Doping Organization (NADO) o ng inyong International Federation. Maaaring kontakin ang NADO o ang IF at magtanong.*

- 2 ▶ **Tanong:** Paano mo masasabing ligtas na gamitin ang nutritional supplements?
Sagot: Hindi mo masasabing ligtas na gamitin ang nutritional supplements
Eksplanasyon: *Walang regulasyon sa supplement industry kaya hindi makasisiguro sa substance na inilalagay sa supplement. Ang paggamit ng supplement ay nasa pagpapasya ng atleta. Kung ang pahayag ay masyadong maganda para maging totoo- maaaring maglaman ito ng substance na ipinagbabawal sa isport.*

- 3 ▶ **Tanong:** Maaari ba akong suriin?
Sagot: Oo, sinumang atleta ay maaaring potensyal na suriin
Eksplanasyon: *Sakop ang atleta ng tuntuning ng Anti-doping, lahat ng isports, sa lahat ng bansa. Samaktuwid, lahat ng atleta ay maaaring dumaan sa pagsusulit.*

- 4 ▶ **Tanong:** Ano-ano ang mga parusa kung nahuli akong nagdo-doping?
Sagot: Mula sa babala hanggang sa habambuhay na pagbawal sa paglalaro
Eksplanasyon: *Ang pagkatanggal ng resulta, hindi na maaaring sumali sa anomang isport, parusa sa pinasyal, sapilitang publikasyon ng anti-doping-rule violation, lahat ay depende sa bigat ng kaso.*

- 5 ▶ **Tanong:** Maaari bang maparusahan ang aking coach o doktor?
Sagot: Oo, maparusahan ang lahat ng atleta at lahat ng athlete support personnel
Eksplanasyon: *Sakop ng World Anti-Doping Code (Code), maaaring parusahan ang mga atleta at athlete support personnel ng anti-doping rule violation. Ang Athlete support personnel ay ang mga coach, trainer, manager, agent, team staff, official, medical o para medical na tauhang nagtatrabaho sa mga atletang sasabak sa kompetisyon.*

- 6 ▶ **Tanong:** Sino ang mananagot kung may nakitang substance sa katawan ng atleta?
Sagot: Ang atleta
Eksplanasyon: *Responsable ang mga atleta sa makikita sa kanyang katawan, kahit aksidenteng nagamit ang ipinagbabawal na substance o may nagsabing ligtas itong gamitin. Kung may atletang hindi 100% sigurado sa sangkap o ang kalagayan ng substance- hindi dapat nila ito inumin bago tignan sa Prohibited List, o magtanong sa International Federation (IF) o sa National Anti-Doping Organization (NADO).*

- 7 ▶ **Tanong:** Paano kung kailangan ako bigyan ng ilang gamot ng aking doctor para ako'y gamutin
Sagot: Kailangang siguruhin ng doktor kung ang gamot ay may prohibited substance
Eksplanasyon: *Dapat sinusuri ng physician kung may ipinagbabawal na substance ang gamot. Kung mayroon, at wala nang alternatibong gamutan, maaaring magtanong ang atleta sa Therapeutic Use Exemption kasama ng mga dokumentong nagpapatunay ng gamutan. Hindi lahat ng physicians ay alam ang ganitong proseso kaya marapat na sabihing atleta ka at may tiyak na anti-doping na partikular sa iyo.*

- 8 ▶ **Tanong:** Maaari ba akong samahan sa doping control station ng coach ko o sinumang pinili ko?
Sagot: Oo
Eksplanasyon: *Maaaring may kasama ang atleta tulad ng kanyang magulang, coach, team official o physician, na kasama sa doping control station, kung gusto niya. Lahat ng menor de edad na atleta ay dapat may kasama sa doping control station. Kung walang maaaring sumama sa kanya, ang Doping Control Officer ay maaaring pumili nang sasama sa atleta. Maaaring magkaroon ng katuwang sa wika o interpreter kung kinakailangan at mayroon.*



- 9 ▶ **Tanong:** Sino ang pinapayagang magsagawa ng doping control?
Sagot: Isang Doping Control Officer na magpapakita ng patunay ng pagkakakilanlan at ng awtorisasyon mula sa Anti-Doping Organization
Eksplanasyon: *Tanging mga pinayagang doping control officer ang maaaring magsagawa ng doping control process. Kailangang patunayan na isa silang doping control officer at may isang orgaisasyon na kinomisyon sila upang gawin ang doping control.*
-
- 10 ▶ **Tanong:** Maaari bang makaapekto sa aking paglaki ang doping?
Sagot: Oo, maaaring magkaroon ng tuwirang epekto sa iyong paglaki ang doping substances
Eksplanasyon: *Maraming epekto ang doping. Isa sa posibleng epekto nito ay pagtangkad at paglaki ng pisikal na katawan. Lahat ng nabanggit na epekto ay totoo. Ipinagbawal ang substance ng doping dahil negatibong epekto nito sa kalusugan.*
-
- 11 ▶ **Tanong:** Maaari ba akong tumangging sa pagsusuri?
Sagot: Hindi
Eksplanasyon: *Hindi maaaring tumanggi ang atleta na masuri sa doping control. Nangangahulugan na ang pagtangg ay positibong resulta- may posibilidad na hindi payagan sa lahat ng isport. Dahil ang atletang gumagamit ay maaaring tumanggi sa pagsusulit at hindi mahuli at hindi mabigyan ng parusa.*
-
- 12 ▶ **Tanong:** Saan ako makakikita ng mga mapagkakatiwalaang impormasyon tungkol sa anti-doping?
Sagot: International Federations, National Anti-Doping Organizations, The World Anti-Doping Agency
Eksplanasyon: *International Federations (IFs), National Anti-Doping Organizations (NADOs) and Regional Anti-Doping Organizations (RADOs) National Olympic Committees and National Federations ang makapagbibigay ng impormasyon sa doping control, kasama ang pagsagot sa mga tanong ukol sa Prohibited List, mga lugar at pagtatanong sa Therapeutic Use Exemptions (TUEs). Isa rin hanguan ng impormasyon ay ang World Anti-Doping Agency (WADA).*
-
- 13 ▶ **Tanong:** Paano nangyayari ang doping control?
Sagot: Sinasabihan ako ng isang doping control officer na kailangang kong magbigay ng sample
Eksplanasyon: *“Kapag ikaway napili sa doping control, isang doping control officer ang pupunta sa iyo. Sasama ka papunta sa Doping Control Station. May mga papel na sasagutan, pipili ka ng kit mula sa mga sample (isang box na may dalawang bote at baso.*
-