**Допинг в спорте и профилактика его применения**

*«Печально, что в спорте есть люди,*

*пойманные на допинге не один раз.*

*Грустно, что у них по-прежнему*

*есть возможность выступать на Олимпийских играх.*

*Это разбивает мне сердце»*

Майкл Фелпс. Американский пловец.

Единственный в истории спорта

23-кратный олимпийский чемпион.

Реализация Всемирного антидопингового кодекса и антидопинговой программы в Республике Беларусь осуществляется учреждением «Национальное антидопинговое агентство» (далее-НАДА), которое было создано в 2005 году в целях предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним и признанное Всемирным антидопинговым агентством.

***К нарушениям антидопинговых правил относятся:***
 1. наличие запрещенной субстанции, ее метаболитов или маркеров в пробе спортсмена;

2. использование или попытка использования запрещенной субстанции или запрещенного метода;

3. уклонение, отказ или неявка на процедуру сдачи проб;

4. нарушение порядка предоставления информации о местонахождении;

5. фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля;

6. обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом;

7. распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода;

8. назначение или попытка назначения любому спортсмену запрещенной субстанции или запрещенного метода;

9. соучастие или попытка соучастия спортсмена или иного лица (помощь, поощрение, способствование, подстрекательство, сокрытие или любой другой вид намеренного соучастия по нарушению антидопинговых правил);

10. запрещенное сотрудничество (любого спортсмена и иного лица, находящегося под юрисдикцией антидопинговой организации с любым персоналом спортсмена, в случае попадания данного персонала под юрисдикцию антидопинговой организации по дисквалификации);

11. воспрепятствование или преследование за сообщение информации о нарушении антидопинговых правил.

В соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом каждый спортсмен обязан выполнять антидопинговые правила, так как они являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования.

***За незнание антидопинговых правил спортсмен несет личную ответственность!***

Проблема допинга является одной из самых сложных в современном спорте. Применение допинга спортсменами не только наносит ущерб их собственному здоровью, но и подрывает идеологические основы спорта.

Допинг в детском спорте опасен тем, что, несмотря на угрозу здоровья, молодые спортсмены согласны на любые жертвы ради покорения наивысших ступеней пьедестала. Использую мощнейшие стимуляторы, они стремятся достичь результат, чтобы оказаться в списках национальной команды своей страны.

В то же время, употребляя запрещённые вещества, молодежь практически лишает себя возможности дальнейшего спортивного роста. Обнаружение допинга грозит спортсмену суровыми наказаниями, вплоть до полного отлучения от спорта.

***Какие могут быть последствия употребления допинга для здоровья спортсмена?***

Это зависит от пола, возраста, состояния здоровья спортсмена, а также от количества принимаемых препаратов и их сочетание. Особенно опасно применение допинга в юном возрасте!

Очень часто запрещенные вещества приобретаются нелегальным путём. *Подумайте, насколько это безопасно и разумно. Неизвестно, какие последствия ждут вас через день, год, десять лет.*

**Применение допинга может привести к негативным последствиям:**

депрессия, агрессивность, зависимость от препарата, психические расстройства;

инфаркт миокарда, сердечная недостаточность;

повышенный риск развития раковых заболеваний;

инсульт;

повышенный риск внезапно сердечной смерти и др.

Необходимо помнить так же о загрязнении биологически-активных добавок (БАД) запрещёнными в спорте веществами.

Как же спортсмену обезопасить себя? Риск при применении БАД и спортивного питания можно свести к минимуму, если следовать следующим правилам:

при наличии возможности обращаться за лечением только в диспансеры спортивной медицины, к врачам команд, а не в общелечебные учреждения;

1. сообщать о всех назначениях врачу команды;

2. самостоятельно проверять все применяемые лекарственные средства, БАД и спортивное питание на интернет-сайте НАДА в разделе «Допинг-контроль»;

3. не приобретать спортивное питание и БАД компаний, имеющих в ассортименте продукты, запрещённые антидопинговым законодательствам;

4. помнить, что на этикетке спортивного питания могут указываться не все содержащиеся в нём субстанции;

5. не курить кальян и не употреблять экзотические чаи: там могут содержаться психостимуляторы;

6. помнить, что каждый шестой препарат в обычной аптеке является запрещённым для спортсмена;

7. быть особо осторожными с препаратами, купленным за рубежом – зачастую состав препаратов с одним и тем же названием различается;

8. регулярно изучать актуальный список запрещённых субстанций и методов.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

1. проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительские собрания;

2. ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;

3. ежегодная оценка уровня знаний спортсменов и персонала спортсменов.

**ДОПИНГ И СПОРТ НЕСОВМЕСТИМЫ!**