

Renunță la dopaj



ANAD  
MOLDOVA



WWW.WADA-AMA.ORG

WWW.ANAD.GOV.MD

## CE SE ÎNTÂMPLĂ CU UNSPORTIV CARE FOLOSEȘTE?

### STEROIZI

Steroizii vă pot face mușchii mari și puternici, DAR ... puteți deveni dependenți de consumul acestora și ele pot:

- Să vă provoace acnee;
- Să vă facă chel;
- Să crească riscul apariției bolilor hepatice și cardiovasculare;

- Să vă schimbe dispoziția;
- Să vă facă mai agresiv;
- Să vă provoace la sinucidere.

♂ Băieții, s-ar putea aștepta, de asemenea, la:

- Micșorarea testiculelor;
- Creșterea sânilor;
- Reducerea apetitului sexual și chiar a impotenței;
- Scăderea producției de spermă.

♀ Doamnele și domnișoarele, s-ar putea aștepta la:

- Voce mai profundă;
- Păr pe față și corp în exces;
- Cicluri menstruale anormale;
- Un clitoris mărit.

### EPO

Epo (eritropoetina) influențează modul în care organismul dvs. utilizează oxigen, DAR ... de ce ai risca dacă aceasta poate duce la moarte?

Utilizarea EPO poate modifica consistența sângelui, acesta va deveni gros și lipicios, ca mierea.

Încercarea de a pompa acest sânge gros prin vene duce la:

- Fatigabilitate – vă simțiți oboșiți atunci când încercați să vă antrenați din greu!
- Hipertensiune arterială
- Cardiomiopatie – poate provoca un atac de cord sau accident vascular cerebral (chiar și la vârsta dvs.)

### STIMULANTE

#### STIMULENTE

Stimulentele sunt folosite pentru a spori avantajul competitiv, DAR ... cum v-ați simți dacă:

- Nu puteți dormi (insomnie);
  - Aveți tremurături involuntare;
  - Aveți probleme cu coordonarea și echilibrul;
  - Sunteți anxios și agresiv;
  - Dezvoltați o frecvență cardiacă crescută și neregulată;
  - Aveți un atac de cord (imaginați-vă moartea cauzată de infarct la vârsta dvs.!) sau accident vascular cerebral.
- Acestea sunt efectele pe care le puteți avea asupra corpului folosind stimulente.

### HGH

hGH (hormon uman de creștere) poate face mușchii și oasele mai puternice și recuperarea mai rapidă, DAR ... nu numai mușchii dvs. devin mai mari.

Utilizarea hGH poate duce la:

- Acromegalie – frunte proeminentă, craniu și maxilar – care nu poate fi inversată;
- O inimă mărită care poate duce la hipertensiune arterială și chiar insuficiență cardiacă;
- Afectarea ficatului, tiroidei și vederii;
- Artrită.

### AGENȚII MASCATORI

Unii sportivi încearcă să trișeze sistemul de control prin utilizarea diureticilor și altor substanțe pentru a masca semnele de utilizare a substanțelor interzise.

Efectele secundare pot afecta cu siguranță capacitatea dvs. de a concura. Puteți să:

- Ametriți sau chiar leșinați;
- Deviniți deshidrat;
- Aveți crampe musculare;
- Aveți o scădere a tensiunii arteriale;
- Pierdeți coordonarea și echilibrul;
- Aveți tulburări cardiace.

### MARIHUANA

Marihuana, cannabis – sau cum le mai numiți dvs., SUNT INTERZISE.

Fie că sunteți un consumator activ sau consumați uneori, marihuana poate avea un efect negativ asupra performanțelor sportive și sănătății dvs.

Utilizarea poate:

- Reduce memoria, atenția și motivația – chiar poate duce la incapacitatea de învățare;
- Slăbi sistemul imunitar;
- Afecta plămânii (bronșită cronică și alte boli respiratorii, chiar cancer la gât);
- Duce la dependență psihologică și fizică.

### NARCOTICE

Narcoticele, cum ar fi heroina și morfina, vă pot ajuta să uitați de durere, DAR... cât de competitiv credeți că a-ți fi cu:

- Sistem imunitar slăbit;
- Scăderea ritmului cardiac și sistemul respirator suprimat (nu puteți concura dacă sunteți mort);
- Pierderea echilibrului, a coordonării și a concentrării;
- Probleme gastro-intestinale (vărsături și constipație).

Narcoticele, de asemenea, provoacă dependență – corpul tău și mintea devin rapid dependente de ele.

# PERICOLELE DOPAJULUI

REALITĂȚI

[www.anad.gov.md](http://www.anad.gov.md)  
[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

## CARE ESTE MAREA PROBLEMA?

Majoritatea medicamentelor din lista interzisă pot fi cumpărate de la o farmacie – deci acestea trebuie să fie sigure, nu?

**NU!** Medicamentele sunt destinate persoanelor care au probleme specifice de sănătate – nu pentru sportivi sănătoși. Ele nu au fost aprobate pentru a fi utilizate de oameni sănătoși, în doze mai mari și în combinație cu alte substanțe.

## CE SPUNETI DE

SUPLIMENTE ALIMENTARE SAU NUTRITIVE ?

"Complet naturale. Pure.  
Rezultate rapide."

AVEȚI GRIJĂ !

Companiile de suplimente nu sunt verificate – ceea ce înseamnă că nu știți niciodată ce consumați. Ar putea exista și substanțe interzise în suplimentul dvs. „natural”.

**LE FOLOSIȚI PE PROPRIA RĂSPUNDERE!**  
Nu puteți avea întotdeauna încredere în ceea ce este scris pe etichetă.

## CARE ESTE RISCUL ?

Toate medicamentele au efecte secundare – însă administrarea lor atunci când corpul dumneavoastră nu are nevoie de ele, poate provoca daune grave corpului și vă poate distruge cariera sportivă.

## CE ÎNCĂ TREBUIE SĂ ȘTIȚI?

METODE

Există, de asemenea, metode de administrare a substanțelor sau de manipulare fiziologică, acestea sunt interzise. Ele pot avea, de asemenea, efecte negative asupra corpului dumneavoastră. De exemplu: Dopajul sângelui, inclusiv efectuarea de transfuzii de sânge pentru a schimba modul în care sângele dvs. transportă oxigenul către restul corpului, poate duce la:

- Un risc crescut de insuficiență cardiacă, accident vascular cerebral, leziuni renale și tensiune arterială crescută;
- Probleme cu sângele – cum ar fi infecții, otrăviri, creșterea numărului de celule albe și reducerea numărului de trombocite;
- Probleme cu sistemul circulator.

HIV/SIDA

Ca și în cazul oricărui medicament injectabil, utilizarea unei seringi pentru dopaj vă pune la un risc mai mare pentru contactarea bolilor infecțioase, cum ar fi HIV / SIDA și hepatita.

JOACĂ ADEVĂRAT

