


**Non risultare positivo
all'antidoping, neanche
per errore.**

**Leggere
questo
opuscolo
potrebbe
salvarti
la carriera**





Che cos'è il doping?

Il doping è l'utilizzo di qualsiasi sostanza o metodo vietati. Tra i reati di doping rientrano anche il possesso e il traffico di sostanze oltre che il sottrarsi ad un controllo antidoping o l'interferire con esso.

Perché la UEFA è contro il doping?

Il doping vuol dire ingannare. Ingannare te stesso, la tua squadra e i tuoi tifosi. Le sostanze ed i metodi vietati, solitamente utilizzati per migliorare le proprie prestazioni, mettono la tua salute a rischio e possono farti diventare un pericolo per gli altri giocatori.

Come e quando la UEFA effettua test antidoping?

Potrai essere sottoposto ad un test antidoping dopo qualsiasi partita organizzata in ambito UEFA. I test antidoping possono essere svolti anche fuori dalle competizioni UEFA, in qualsiasi momento. Ti sarà chiesto di fornire un campione di urine e/o sangue.

Cosa devo fare nel caso in cui mi venga chiesto di sottopormi ad un test antidoping?

Se ti viene chiesto di sottoporsi ad un test antidoping, devi farlo. Presentati al Centro UEFA per il Controllo Antidoping immediatamente dopo aver ricevuto la notifica e segui le istruzioni dell'addetto antidoping.

ricorda:

E' tua responsabilità personale accertarti di non assumere alcuna sostanza proibita e di non ricorrere ad alcun metodo vietato. La FIFA, l'Agencia Mondiale Antidoping (WADA), la tua Agencia Nazionale Antidoping o qualsiasi altro organismo competente possono effettuare ulteriori controlli antidoping.



Cos'è la Lista delle Sostanze Proibite?

La Lista delle Sostanze Proibite elenca le sostanze e i metodi proibiti sia durante sia al di fuori delle competizioni. La Lista delle Sostanze Proibite viene stilata dall'Agenzia Mondiale Antidoping (WADA). Puoi consultare la versione più recente della Lista sul sito www.uefa.com, cliccando sulla sezione antidoping.

Il pericolo di utilizzare sostanze dopanti o metodi proibiti

L'utilizzo di sostanze dopanti o di metodi proibiti può danneggiare seriamente la tua salute. Utilizzare tali sostanze o metodi, può causare danni al sistema neurologico, ai muscoli, problemi cardiaci, insufficienza renale, tossicodipendenza, impotenza, cancro e altro.

Attenzione!

- Diversi medicinali comunemente usati come analgesici, antidolorifici, ecc. contengono sostanze proibite.
- Molti integratori alimentari contengono sostanze vietate che potrebbero non essere indicate sull'etichetta. L'uso di integratori alimentari ha poche probabilità di migliorare le tue prestazioni ma aumenta il rischio di risultare positivo al controllo antidoping.
- Molte sostanze stupefacenti utilizzate a scopi ricreativi (hashish, cocaina, ecstasy, ecc.) ti faranno risultare positivo all'antidoping.

ricorda:

Prima di assumere qualsiasi farmaco o integratore alimentare, consulta il tuo medico sociale per verificare se ne hai veramente bisogno e per accertarti che non contenga sostanze vietate. Il doping non ti rende più sano, in forma o intelligente. Danneggia il tuo organismo, il tuo cervello e la tua reputazione.

Cosa devo fare se ho bisogno di utilizzare una sostanza od un metodo vietati per curare una malattia?

Se soffri di una malattia che richiede l'utilizzo di un farmaco o di un metodo che si trova sulla Lista, puoi fare richiesta per ottenere un'Esenzione a Fini Terapeutici (EFT) che ti consentirà di assumere tale medicinale.

Come posso presentare domanda per un'Esenzione a Fini Terapeutici (EFT)?

Devi chiedere il formulario al tuo medico sociale e compilarlo in modo corretto. Ai sensi del Codice dell'Agenzia Mondiale Antidoping e delle procedure UEFA, è tua responsabilità fornire un'EFT. La domanda per ottenere un'EFT deve essere presentata assolutamente prima di utilizzare una sostanza o un metodo vietati.

ricorda:

La mancata presentazione di un'EFT è considerata come reato di doping.



Be Clean - Be Part Of My Team

ricorda:
Visita il modulo antidoping nella sezione corsi di Training Ground!

<http://elearning.uefa.com>

Chi?

A seconda della tua situazione, clicca sulle seguenti sezioni dedicate per accedere alle informazioni adattate alle tue esigenze:

- Dilettante
- Professionista
- Fascia d'età, a partire dai dieci anni
- Allenatore o medico



TRAINING GROUND
Supporting UEFA's Grassroots Programmes for Players & Coaches

training | Team tactics | Courses | Stars | Grassroots | Challenges | Referees

ANTI-DOPING

> 10-12 Year Old Player | > 13-15 Year Old Player | > 16+ Year Old Player | > Professional Player | > Coach/Team Doctor

Scenarios Take the Anti-Doping Quiz Visit the Anti-Doping Section on UEFA.COM

Coach, we heard from a friend of Marco's about doping control.

▶ 14 6:0 NEXT VIDEO

Doping Control Procedure

- Creating Doping Evidence
- Simple Testing of Marijuana
- TUE for Athletes
- Testing Prohibited Substance without TUE
- Attestazione a TUE
- Food Supplements
- Recreational Drugs - 1
- Witness a Doping Control
- Out-of-Competition Testing
- Red Card and Doping Control
- Injury and Doping Control
- UAE and FIA
- Risk with Common Medicines

ricorda:
Continua a collegarti, il modulo è costantemente aggiornato e vengono aggiunti nuovi elementi!

uefa.com
TRAINING GROUND

Cosa?

Impara o insegna in maniera divertente e interattiva

- Video di giocatori famosi che danno consigli
- Scenari (doppiaggio e musica) in cui vengono presentati gli errori più comuni e le trappole in cui possono incorrere i giocatori relativamente al doping.

- Quiz: Metti le tue conoscenze alla prova!
- La piattaforma è disponibile in:
 - Inglese
 - Tedesco
 - Francese
 - Spagnolo
 - Altre lingue a seguire



UEFA
Route de Genève 46
CH-1260 Nyon 2
Svizzera
Telefono +41 848 00 27 27
Telefax +41 22 990 31 31
uefa.com

Le informazioni sul regolamento antidoping della UEFA, le procedure antidoping, la lista delle sostanze proibite e la procedura per ottenere l'esenzione a fini terapeutici possono essere trovate sul sito www.uefa.com, cliccando la sezione antidoping.

Questo opuscolo non ha valore legale e contiene solo informazioni generiche. E' tua responsabilità informarti sui dettagli della normativa antidoping.