

**A LEITURA DESTE PANFLETO
PODE SALVAR A SUA CARREIRA
DESPORTIVA NO FUTEBOL**

**NÃO TENHA UM RESULTADO POSITIVO
POR DOPING**

NEM MESMO POR ENGANO



O QUE É O DOPING?

Doping é a utilização de qualquer substância ou método proibido. A posse ou tráfico de substâncias proibidas, a não comparência ou adulteração de um controlo anti-doping também constituem infracções em matéria de doping.

QUAL É A ATITUDE DA UEFA EM RELAÇÃO AO DOPING?

Se você cometer uma infracção em matéria de doping será afastado do futebol. É tão simples quanto isso.

SE CONSUMIR DROGAS VOCÊ SERÁ APANHADO

PORQUE É QUE A UEFA É CONTRA O DOPING?

O doping é um acto fraudulento. Você está a enganar-se a si próprio, a sua equipa e os seus fãs. As substâncias e métodos proibidos, utilizados habitualmente para melhorar o desempenho, colocam a sua saúde em risco e podem torná-lo um perigo para os outros jogadores.

NÃO SE ESQUEÇA:

É da sua responsabilidade certificar-se que nenhuma substância proibida entra no seu corpo, e de que não é utilizado qualquer método proibido.

**QUANDO É QUE A
UEFA EFECTUA OS
SEUS TESTES
ANTI-DOPING?**

**O QUE É
NECESSÁRIO PARA
UM CONTROLO
ANTI-DOPING?**

**O QUE FAÇO SE
FOR PEDIDO QUE
EFECTUE UM
CONTROLO
ANTI-DOPING?**

Os testes anti-doping podem ser efectuados depois de qualquer jogo da UEFA. Também podem ser efectuados testes anti-doping fora das competições da UEFA, em qualquer altura.

Tem de fornecer uma amostra de urina e/ou sangue.

Se me for pedido que efectue um controlo anti-doping, tem de o fazer. Tem de se apresentar na Estação de Controlo Anti-Doping da UEFA imediatamente após ter sido notificado e seguir as instruções do Oficial do Controlo Anti-Doping.

NOTA: A FIFA, a Agência Mundial Anti-Doping (WADA), a sua Agência Nacional Anti-Doping ou qualquer outro organismo competente podem efectuar controlos anti-doping adicionais.

O QUE É A LISTA PROIBIDA?

A Lista Proibida é um inventário de substâncias e métodos que são proibidos dentro e fora das competições. A Lista Proibida é fixada pela Agência Mundial Anti-Doping (WADA). Pode encontrar a versão mais recente da Lista na página da UEFA na Internet, www.uefa.com, clicando em seguida na Secção Anti-Doping.

AVISO:

// Vários medicamentos de venda livre utilizados para tratar dores, constipações e gripes, etc. contêm substâncias proibidas.

// Muitos suplementos alimentares contêm substâncias proibidas.

Estas substâncias podem não estar mencionadas no rótulo. É pouco provável que o consumo de suplementos alimentares melhore o seu desempenho, mas irá aumentar o seu risco de ter um resultado positivo num controlo anti-doping.

// A maioria das drogas recreativas (haxixe, cocaína, ecstasy, etc.) irá originar um resultado positivo num controlo anti-doping.

NÃO SE ESQUEÇA:

Antes de tomar qualquer medicamento ou suplementos alimentares, consulte o médico da sua equipa para se certificar de que precisa deles e de que os mesmos não contêm qualquer substância proibida.

O PERIGO DE UTILIZAR SUBSTÂNCIAS DOPANTES OU MÉTODOS PROIBIDOS

A utilização de substâncias dopantes ou métodos proibidos pode danificar gravemente a sua saúde. A utilização destas substâncias ou métodos pode provocar distúrbios nervosos, lesões musculares, problemas cardíacos, falhas renais, dependência de drogas, impotência, cancro, etc.

NÃO SE ESQUEÇA:

O doping não faz com que seja mais saudável, esteja mais em forma ou seja mais esperto. Prejudica o seu corpo, cérebro bem como a sua reputação.



PENSE ANTES DE AGIR

4

O QUE É QUE EU FAÇO SE PRECISAR DE UMA SUBSTÂNCIA OU MÉTODOS PROIBIDOS PARA TRATAR UMA DOENÇA OU CONDIÇÃO?

Se tiver uma doença ou tenha um quadro clínico que o obrigue a tomar um medicamento que inclua uma substância ou métodos que se encontrem na lista de substâncias e métodos proibidos, pode pedir uma isenção para uso terapêutico (TUE), a qual irá permitir que tome esse medicamento.

COMO É QUE APRESENTO O PEDIDO PARA UMA ISENÇÃO PARA USO TERAPÊUTICO (TUE)?

Peça um formulário ao médico da sua equipa e certifique-se de que o preenche correctamente. Ao longo dos requisitos do Código Mundial Anti-Doping e do procedimento TUE da UEFA, você é responsável pela apresentação de uma TUE. Assim sendo, é da maior importância que peça uma TUE antes de utilizar qualquer substância ou métodos proibidos.

NÃO SE ESQUEÇA:

A não apresentação do formulário TUE apropriado (completo ou abreviado) constitui uma infracção de doping.



SÓ TEM UMA HIPÓTESE NÃO DESILUDA OS SEUS COLEGAS DE EQUIPA

**QUEM POSSO
CONSULTAR CASO
TENHA ALGUMA
DÚVIDA?**

Deve contactar em primeiro lugar o médico da sua equipa, o qual estará devidamente informado sobre as questões relacionadas com o controlo anti-doping da UEFA. Pode também enviar as suas perguntas por e-mail para o seguinte endereço confidencial:

anti-doping@uefa.ch

DE SALIENTAR QUE: Este panfleto não é um documento jurídico e contém apenas informação geral. Cabe a si informar-se devidamente sobre os pormenores específicos dos regulamentos anti-doping.


Para obter mais informações, por favor consulte: www.uefa.com e em seguida clique na Secção Anti-Doping.

**A SUA CARREIRA DESPORTIVA
NO FUTEBOL DEPENDE DISSO**

**ONDE É QUE POSSO
OBTER INFORMAÇÕES
MAIS DETALHADAS?**

Para obter as mais recentes informações sobre os Controlos Anti-Doping, regulamentos anti-doping, procedimentos de controlo anti-doping, a lista de substâncias proibidas e o processo de isenção para uso terapêutico, consulte a página da UEFA na Internet www.uefa.com, e em seguida clique na Secção Anti-Doping.



An aerial photograph of several soccer players in black uniforms on a green field. Each player is holding a white soccer ball. The players are arranged in a loose line across the top half of the frame.

Para obter as mais recentes informações sobre os Controlos Anti-Doping, regulamentos anti-doping, procedimentos de controlo anti-doping, a Lista Proibida e o processo das Isenções para uso terapêutico, consulte a página da UEFA na Internet:

www.uefa.com, e em seguida clique na Secção Anti-Doping.



UEFA

Route de Genève 46

CH-1260 Nyon 2

Suíça

Telefone +41 22 994 44 44

Telefax +41 22 990 31 31

uefa.com