

Осторожно, допинг: правила безопасности



Вчера, 21 января на спортивной базе «Озеро Круглое» состоялась встреча женской сборной России по борьбе с заместителем директора ФГБУ ЦСП по медицинскому обеспечению Ириной Родионовой. Главной темой разговора стали вопросы участия и подготовки спортсменов к Олимпийским играм в Рио-де-Жанейро и антидопинговой политики. По итогам беседы WRESTRUS.RU составил краткий перечень правил антидопинговой безопасности.

Без флажков

Допинговый офицер может приезжать к спортсменам, которые на контроле у ВАДА, сколько угодно раз во временной интервал указанный ими в системе регистрации - Адамс. Если спортсмен находится дома, не на сборе и, например, уехал в гости и решил не возвращаться, могут возникнуть проблемы связанные с пропуском тестирования. А три пропуска означают автоматическую дисквалификацию. Мало ли как сложились обстоятельства, опоздали на электричку или началась гроза. Обязательно держите связь с родителями, а также будьте на связи, чтобы вам могли дозвониться, тогда если приедут проверять будет шанс успеть вернуться. Допинговый офицер ждет час. В идеале, надо сообщить об изменении места нахождения в систему. Но далеко не всегда есть связь, тогда позвоните в Русада, у вас будет хоть какое-то оправдание.

От биологического паспорта не скроешься

В 2008 году был введен биологический паспорт спортсмена, который на сегодняшний день фактически состоит из четырех паспортов. Это гематологический паспорт – показатели крови, он больше применим к циклическим видам спорта, стероидный паспорт – активно используемый для скоростно-силовых видов спорта, включая борьбу, эндокринологический паспорт, который в действие еще не введен, но анализы для него уже проводятся, собирается огромный пакет данных спортсмена, который будет использован антидопинговыми службами и спортивный паспорт. Данные этих паспортов привлекают к себе особое внимание тогда, когда спортсмен резко прибавил в результате в короткий временной промежуток. Все понимают, что за пару месяцев резко возрасти результат не может. Например, был всегда в районе 30-го места, а потом вдруг выиграл.

Берегитесь крема, БАДов берегитесь

Положительные тесты на сильнодействующие вещества, такие как анаболики или эритропоэтин, занимают не главное место. Больше всего дисквалификаций спортсмены получают по халатности или незнанию. 33 % громких дел показатели биологических паспортов. Сегодня, существуют крема, которые содержат пептидные соединения, факторы роста. В основном они используются в косметологии для омоложения кожи. Тем не менее, эти вещества сквозь кожу могут попасть в кровь, и тест окажется положительным. От этого не застрахован никто. А на олимпийских играх спортсменов будут проверять по всем параметрам.

Прием биологически активных добавок (БАДов) также большая тема. В 2015 году был принят федеральный закон № 532, по которому все БАДы и спортивное питание распространяемые на территории России должны получить сертификат государственной регистрации и только в этом случае их могут использовать спортсмены. В законе четко прописано, что для получения сертификата БАД должен не содержать допинга. Это защита спортсменов. Если вы покупаете БАД самостоятельно, попросите показать сертификат или зайдите на сайт Роспотребнадзора. Если есть сомнения, проконсультируйтесь у специалистов РУСАДА. Дело в том, что вариантов попадания БАДа на прилавки три, от этого зависит и риск попадания запрещенных препаратов:

- закупка непосредственно у изготовителя – это почти 100% чистота продукта, но таких фирм мало и цены у них кусаются;
- продажа больших партий по минимальной цене на аукционах в США или Китае, когда срок годности препарата приближается к концу. Тут есть риск приобретения некачественной продукции;
- и самый опасный путь, когда по брендам препараты производятся в Китае. Вот в них может попасть все что угодно. БАДы готовят в больших котлах, куда засыпаются соответствующие субстанции и перемешиваются. Котлы моют не всегда, и никто не даст гарантию, что до этого в нем не было мочегонного или другой запрещённой в спорте субстанции, потому что неизвестно, что готовилось в нем до этого. Таким образом, запрещенная субстанция может попасть в совершенно безопасный препарат.

В течение 10 лет вашу пробу обязательно проверят

С каждым годом служба допинг-контроля развивается, методики и чувствительность приборов совершенствуются. А следовательно, тем меньшее количество препарата они способны уловить и то, что не смогли увидеть сейчас, через 10 лет обязательно увидят. Пробы олимпийских призеров и тех, кто во время олимпиады попадет на допинг контроль по жребию, будут храниться 10 лет, и при вскрытии в любой период и обязательно через 10 лет при уничтожении будут просматриваться на предмет веществ, которые были запрещены на дату сдачи.

Ответственность не только моральная, но и уголовная

Сегодня за использование допинга отвечает не только спортсмен, но и его окружение, даже бабушка, которая посоветовала таблеточку от головы. Она точно также несет ответственность, как и тренеры и весь медперсонал. Уже в феврале Государственная Дума рассмотрит закон об уголовной ответственности за использование допинга.

Непосредственно на играх

Олимпийские игры для спортсменов начинаются не с момента заезда в Олимпийскую деревню, а с момента поднятия флага Олимпийских игр. Все пробы, взятые в этот период, даже если они были взяты дома, считаются соревновательными. Нужно быть готовыми к тому, что в дни приезда и отъезда с Игр кого-то могут вызвать на допинг-контроль. Обязательно пробы будут брать у всех призеров соревнований.

Внимание на тарелку

Главное правило питания на Олимпиаде не есть на стороне. Бразилия относится к числу стран, в которых используется запрещенный кленбутерол для животных, который с мясом может попасть в организм спортсмена. Организаторы гарантируют, что в Олимпийской деревне мясо будет качественным. Пить в Бразилии можно только бутилированную воду. Причем если спортсмен оставил начатую бутылочку без присмотра, лучше взять новую закрытую. Спортсмены должны быть профессионалами не только на ковре, а везде