

## **DOPINGPRODUCTEN**

### **Welke zijn de dopingproducten?**

De lijst van verboden dopingproducten staat op de site van de KBVB. Deze vind je terug in de rubriek zelf in acties/clubs/medische info. Alle informatie is eenvoudig binnen handbereik.

Deze lijst werd opgesteld door de Wada ( Wereld Anti-Doping Agentschap). In alle sportdisciplines zijn die regels wereldwijd geldig.

### **Men heeft mij voedingssupplementen aangeraden. Hebben die een positieve invloed?**

Het nut van voedingssupplementen is zeer controversieel. Sommige voedingssupplementen kunnen zelfs levensgevaarlijk zijn.

Niet alle voedingssupplementen worden in de beste hygiënische omstandigheden klaargemaakt. Dit kan leiden tot bacteriële infecties. Deze supplementen bevatten ook niet altijd de ingrediënten die op de bijsluiter geschreven zijn. Erger nog, volgens sommige studies bevatten een kwart van voedingssupplementen verboden stoffen die zelfs niet op de bijsluiter vermeld staan. Aangezien de sportman verantwoordelijk is voor zijn lichaam, zal hij gestraft worden indien verboden stoffen in zijn lichaam aangetroffen worden.

### **Twee weken geleden heb ik met vrienden cannabis geprobeerd...**

Cannabis wordt ook als doping beschouwd. Bovendien is het gebruik ervan bij wet verboden. De aanwezigheid van cannabinoïde is tot na 6 weken na inname nog opspoorbaar in de urine. Zelfs indien deze ingenome hoeveelheid bijzonder klein was.

Aangezien cannabis meestal tot recreatieve doeleinden wordt gebruikt, zijn de sancties minder zwaar. Met die gedachtegang wordt er rekening gehouden voor sporters.

## **IN GEVAL VAN ZIEKTE**

### **Ik ben verkouden. Thuis hebben we siroop, mag ik die innemen?**

Het is niet aangewezen om zelf lukraak medicatie in te nemen. Voor een medicijn ingenomen wordt, is het altijd beter om zijn huisdokter of apotheker te raadplegen.

Je zou er van verschieten hoe onschuldige neusdruppels of hoessiroop soms verboden stoffen bevat. Zeker die die zonder doktersvoorschrift gegeven worden.

## **Ik ben mijn dokter vergeten mee te delen dat ik een sporter ben. Mag ik nog steeds de geneesmiddelen innemen die hij mij had voorgeschreven?**

De sportman is verantwoordelijk voor alle stoffen die zich in zijn lichaam bevinden. Ook wanneer deze op doktersadvies en met een voorschrift worden ingenomen. Indien deze door iemand anders werden toegediend is de sportman nog steeds de eindverantwoordelijke. Het is dus aangeraden om jouw dokter of apotheker te raadplegen voordat je de voorgeschreven producten inneemt.

Op de website van het Belgisch Centrum voor Farmacotherapeutische informatie ([www.cbip.be](http://www.cbip.be)) vind je een beschrijving van alle farmaceutische specialiteiten. Indien er bijvoorbeeld een « d » naast het product geschreven is, betekent dit dat het om een verboden middel gaat.

Opgepast ! Het kan altijd voorvallen dat de site niet up to date is wanneer je die bezoekt. Je kan dit niet als excuus invoeren om verboden stoffen in te nemen.

## **Mijn dokter is van mening dat ik voor mijn behandeling een verboden product moet nemen. Wat moet ik doen?**

In sommige gevallen moet je een toestemming vragen voor therapeutisch gebruik (AUT). Dit moet wel voor dat je met jouw behandeling start.

Voor topsporters in Wallonië en Brussel moet een aanvraag worden ingediend bij hun federatie. Dit enkel indien het gaat op therapeutische doeleinden. Deze commissie is net dienst getreden en heeft nog geen bevoegdheid op dit moment. Dit zal echter niet meer lang duren. Het is dus aangewezen om te informeren bij de federatie Wallonië-Brussel: [www.dopage.be](http://www.dopage.be).

Voor de Vlaamse sporters ligt het anders. Dat ze professionele sporters zijn of niet, moeten ze hun aanvraag indienen bij de Vlaamse gemeenschap (Vlaams Ministerie van Cultuur, Jeugd, Sport en Media, Commissie van onafhankelijke artsen (team MVS), Arenbergstraat 9, 1000 Brussel – fax: 02-553 36 50, e-mail naar [ttn@vlaanderen.be](mailto:ttn@vlaanderen.be)). Sommige sporters kunnen vrijgesteld zijn van deze formaliteiten die overeenstemmen met de aanwijzingen van het Vlaamse Ministerie voor Cultuur, Jeugd, Sport en Media. Die staan op de site: [www.dopinglijjn.be](http://www.dopinglijjn.be).

Indien je niet aangesloten bent bij de federatie Wallonië-Brussel, een Vlaamse vrijstelling bezit van de AUT onder voorwaarden van [www.dopinglijjn.be](http://www.dopinglijjn.be) of een een sporter uit de Duitstalige gemeenschap bent is een doktersattest voldoende.

Eens dat je een AUT of een doktersattest gekregen hebt moet je die goed bijhouden in jouw sportzak om die te kunnen voorleggen bij de anti-doping dokter indien er een controle plaatsvindt.

## **DE GEVAREN VAN DOPING**

### **Wat zijn de gevaren voor jouw gezondheid?**

Geen enkele dopingmethode of dopingproduct is zonder risico.

De beoogde effecten (betere prestaties, grotere uithoudingsvermogen, snelle gewichtsverlies, toename van de spiermassa, betere weerstand, minder stress, toename van de agressiviteit,...) brengen altijd secundaire effecten met zich mee. Deze kunnen bijvoorbeeld slapeloosheid, gezichtsstoornissen, bloedingen, uitslag, verrekkingen of aandoeningen aan luchtwegen zijn en vele andere lasten met zich meebrengen. Sommige dopingproducten kunnen zelfs vergaande gevolgen hebben zoals tumoren of een hartinfarct de dood als gevolg.

## **HIERONDER EEN LIJST MET DE MEEST VOORKOMENDE PRODUCTEN EN HUN BIJWERKINGEN.**

Anabole Steroïden: Het beoogde effect is een grotere spiermassa te kweken.

De ongewenste bijwerkingen zijn hier: acne, haarverlies, problemen met nieren, hart en lever, stemmingswisselingen, toename van de agressiviteit, zelfmoordneigingen.

Bij de mannen atrofie van de teelballen, hypertrofie van de nieren, vermindering van de libido, impotentie, vermindering van de spermatozoïden.

Bij de vrouwen: heesheid, vermeerdering van de haargroei op het gezicht en lichaam en menstratieproblemen.

EPO: Dit wordt gebruikt om een groter uithoudingsvermogen te creëren alsook de zuurstof in het bloed doen vermeerderen. Dit gebeurt door een toename van de rode bloedcellen.

EPO verdikt het bloed en heeft tot gevolg dat het hele lichaam zwakker wordt. Andere gevolgen kunnen hoge slagaderdruk zijn, longembolie, tromboses maar ook een overbelasting van de hartstreken met een beroerte als mogelijk gevolg.

Stimulerende middelen (amfetamines, la cocaïne...): Het beoogde effect is het competitievermogen doen toenemen. (waakzaamheid verhogen, dynamisme, en vermoeidheidsverschijnselen stoppen).

Ongewenste bijwerkingen zijn buiten de risico op verslaving: slapeloosheid, trillingen, evenwichtsstoornissen, angst, agressiviteit en hartritmestoornissen met beroerte als gevolg.

Groeihormonen: Worden gebruikt voor de anabolen die het bevat die de spiermassa doen toenemen.

Hier zijn de ongewenste bijwerkingen: acromegalie (ongecontroleerde groei van de voorhoofd, wenkbrauwen, schedel en kaak), harthypertrofie, hoge bloeddruk, hartfalen, nierproblemen, falen van de schildklier, gezichtsproblemen en artritis.

Maskerende middelen (zoals diuretica): Deze worden gebruikt om het gebruik van doping te verstoppen.

De ongewenste effecten zijn: duizeligheid, flauwvallen, uitdrogingsverschijnselen, spierkrampen, daling van de bloeddruk, evenwichtsstoornissen, verwarringstemmingswisselingen en hartproblemen.

Verdovende middelen (heroïne en morfine): Worden gebruikt om pijn te verzachten of niet te voelen.

De ongewenste effecten zijn: Sterke afhankelijkheid, misselijkheid, braakneigingen, constipatie, concentratie- en coördinatieproblemen, immuunsysteem die verzwakt, onregelmatige hartslag, falen van de ademhaling en gevaren voor een overdosis.

Cannabis: Vaak wordt dit onschuldig gebruikt maar binnen de sport kan het dienen om pijn te verzachten of om euforisch te gedrag te vertonen.

De ongewenste effecten zijn: geheugen- en motivatieverlies wat leidt tot een vermindering van de prestaties, immuunsysteem die verzwakt, ademhalingsstoornissen en ook psychologische en lichamelijke afhankelijkheid.

Meer informatie op: [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org), [www.dopage.be](http://www.dopage.be) of op [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be).

## **DE CONTROLES**

### **Wie mag mij controleren?**

Dit hangt af van waar je je bevindt. Je kan gecontroleerd worden door dokters uit Wallonie, Brussel, Vlaanderen of in de Duitstalige gemeenschap.

Bij internationale competities worden de controles uitgevoerd door de FIFA of UEFA.

### **Wanneer kan ik gecontroleerd worden?**

Die controles kunnen zowel op training als na afloop van een wedstrijd plaatsvinden.

### **Hoe verloopt zo een controle?**

De controleprocedure werd vastgelegd voor de Wereld Anti-Doping Agentschap (WADA).

Een video op hun site werd online geplaatst en is te bezichtigen op volgende link:

(Beschikbaar enkel in het Engels en in het Frans)

<http://www.wada-ama.org/en/Education-Awareness/Tools/Doping-Control-Video/>

## **Vertegenwoordiging van minderjarigen bij een controle?**

Voor minderjarigen is het soms moeilijk om te oordelen wanneer tijdens een controle de procedure al dan niet correct verloopt. Indien er dan iets misgaat kan hij dit niet weten of zijn ongenoegen uiten tegenover de controleur. Wij raden dan de clubs aan indien een ouder niet aanwezig kan zijn om een clubafgevaardigde de minderjarige bij te staan en te vertegenwoordigen bij de controle.

Wanneer controles door de federatie Wallonië-Brussel worden uitgevoerd, is het vertegenwoordiging van minderjarigen zelfs verplicht. Indien er niemand de minderjarige kan bijstaan mag die niet gecontroleerd worden en gelden dezelfde regels en sancties als bij de weigering van een controle.

## **EEN POSITIEVE CONTROLE, EN NADIEN?**

### **Wie kan er sanctioneren?**

De bevoegde instanties variëren naargelang van de gemeenschap. Deze regels zijn in het bondsreglement terug te vinden (art.: 2004).

Beknopt kunnen we samenvatten dat een sporter aangesloten bij een Vlaamse club berecht zal worden door de Disciplinaire Commissie van de Vlaamse Gemeenschap. Topsporters zullen dan weer berecht worden door de Vlaamse Doping Tribunaal.

Sporters die aangesloten zijn bij de federatie Wallonië-Brussel zullen dan weer voor de C.I.D.D. verschijnen. Dit is de Commission Interfédérale Disciplinaire en matière de Dopage.

De sporters die aangesloten zijn in het Brussels Hoofdstedelijk gewest of in de Duitstalige gemeenschap zullen daarentegen voor de Controlecommissie van de voetbalbond (KBVB) verschijnen.

De Koninklijke Belgische Voetbalbond wordt altijd op de hoogte gebracht van de uitspraken en zorgt er ook voor de naleving van de sanctie. Verder belicht zij hiervan de FIFA voor de wereldwijde verlenging van de schorsing.