



## Informazione antidoping

### Prevenzione

---

Le norme antidoping valgono per tutti gli sportivi tesserati o membri di un'associazione o di una federazione associate a Swiss Olympic. Ciò significa in particolare, che ogni atleta è responsabile personalmente, se in occasione di un controllo antidoping venissero rilevate sostanze dopanti nel proprio campione. Questo è quanto consigliamo in generale:

- Prima di assumere un medicamento, verifica sempre nella [Banca dati sui medicinali](#) di Swiss Sport Integrity, se secondo la Lista del doping ne sia consentita l'assunzione;
- In caso di viaggi all'estero, porta appresso unicamente i tuoi medicinali personali che rientrino nelle sostanze consentite;
- Ai Testing Days del Centro nazionale per lo sport di competizione in carrozzella porta la tua lista dei farmaci (idealmente con foto delle confezioni dei farmaci);

Molte altre informazioni le trovi anche sul sito Internet di [Swiss Sport Integrity](#).

### Gli atleti sono responsabili

---

La cosiddetta «Strict Liability» (responsabilità oggettiva) è alla base della prevenzione del doping. Essa stabilisce che gli atleti e le atlete sono gli unici responsabili per garantire che nessuna sostanza penetri nei loro corpi o che non vengano utilizzati metodi vietati.

**Questo principio non si applica soltanto agli atleti d'élite: tutti gli atleti tesserati di Sport svizzero in carrozzella sono soggetti alle disposizioni antidoping e in particolare allo statuto antidoping di Swiss Olympic!**

Maggiori informazioni: [Diritti e doveri delle atlete e degli atleti](#)

### Malattia o Infortunio?

---

Sulla Lista del doping figurano numerosi medicinali contenenti sostanze proibite che possono dare luogo a un test antidoping positivo. Per questo motivo verifica sempre tutti i medicinali prima di assumerli.

- [Banca dati sui medicinali](#)
- [Maggiori informazioni](#)

La Medicina dello sport Nottwil è a sempre tua disposizione per qualsiasi chiarimento.

Se un medicamento è contrassegnato nella Banca dati sui medicinali con il colore arancione o rosso (sostanza parzialmente proibita o proibita), ti preghiamo di rivolgerti immediatamente alla Medicina dello sport Nottwil. I nostri medici ti offrono una consulenza riguardo a medicinali alternativi.

### Domanda di esenzioni a fini terapeutici (EFT)

---

Ci sono situazioni in cui le atlete e gli atleti, per motivi terapeutici, devono ricorrere a una sostanza proibita o a un metodo proibito ai sensi della Lista del doping. Per queste situazioni le norme antidoping prevedono un'esenzione a fini terapeutici, in breve [EFT](#) (inglese: Therapeutic Use Exemption, TUE). Una domanda di EFT anteriore significa che l'autorizzazione deve essere disponibile prima di iniziare la terapia con una sostanza o un metodo proibiti. Le atlete e gli atleti seguenti necessitano di una **EFT anteriore**:

- Le atlete e gli atleti che secondo la definizione di Swiss Sport Integrity fanno parte del pool di EFT.
- Per maggiori informazioni e per verificare l'appartenenza al pool di EFT: [Pool di EFT](#)
- Le atlete e gli atleti che sono definiti come atleti di livello internazionale «International Level Athlete» (ILA) dalla Federazione internazionale che fa al caso. Per verificare l'appartenenza ILA consultare il sito Internet della Federazione internazionale interessata.

## **Integratori alimentari**

---

Una sana alimentazione di base è l'elemento principale che incide sulla performance e sulle prestazioni sportive delle atlete e degli atleti. Gli integratori alimentari possono completare l'alimentazione di base in funzione di esigenze specifiche individuali o della disciplina sportiva, ma non potranno mai sostituirla. Gli integratori alimentari costituiscono un rischio di doping, poiché possono essere contaminati da sostanze proibite. È possibile ridurre i rischi di doping seguendo i due principi sottoelencati:

- [Appurare la necessità individuale con un professionista certificato](#)
- [Osservare i criteri di scelta ed esclusione di Swiss Sport Integrity](#)

Per maggiori informazioni: [Swiss Sports Nutrition Society Supplement Guide](#)

## **Controlli Antidoping**

---

Al fine di tutelare uno sport "pulito" secondo criteri di pari opportunità e fair play, i controlli antidoping sono indispensabili. Il Sistema di controllo antidoping è istituito nell'interesse delle atlete e degli atleti integri. Fondamentalmente non vi sono limitazioni temporali, i controlli antidoping possono essere effettuati in qualsiasi luogo e momento. In qualità di atleta para o tetraplegico/a è importante osservare i due punti sotto elencati:

- Sottoporsi al controllo antidoping qualora si sia ricevuta la convocazione. Un rifiuto può implicare una squalifica.
- Compete all'atleta para o tetraplegico/a mettere a disposizione i presidi supplementari necessari al prelievo di urina, come per esempio un catetere o un sistema per drenare l'urina.

Per ottenere maggiori informazioni sullo svolgimento dei controlli, consultare il sito di [Swiss Sport Integrity](#).

## **Contatto**

---

In caso di domande rivolgersi al Dr. med. Phil Jungen o al Dr. med. Robert Werder (Medicina dello sport Nottwil) e ai manager delle discipline sportive di Sport svizzero in carrozzella (SSC).

- Contatto Medicina dello sport Nottwil: +41 41 939 66 00 / [sportmedizin@sportmedizin-nottwil.ch](mailto:sportmedizin@sportmedizin-nottwil.ch)
- Contatto SSC: +41 41 939 54 11 / [rss@spv.ch](mailto:rss@spv.ch)