

GUIA
ANTIDOPING
ATLETAS

**10 DICAS PARA MANTER
VOCÊ PEDALANDO
LIMPO E SEGURO**



ARRASTA PRO LADO



**DIGA NÃO AO DOPING!
JAMAIS CONTRIBUA PARA A
FRAUDE DE COMPETIÇÕES
ESPORTIVAS.**

**Nunca use substâncias ou métodos
proibidos e informe tudo o que
ingeriu ou lhe foi ministrado nos
formulários
de controle
de doping.**



2 JAMAIS ACEITE DICAS DE MEDICAMENTOS SEM A PRESCRIÇÃO DE UM MÉDICO ESPECIALISTA.

Sempre informe que você é um(a) atleta.

3 EVITE AUTOMEDICAÇÃO.
Nunca tome remédios sem consulta ou prescrição médica. Solicite autorização de uso terapêutico (AUT) para as autoridades (ABCD) antes fazer uso de substâncias ou medicamentos que possam configurar doping.



4 EVITE USAR SUPLEMENTOS ALIMENTARES.

Se for usar suplementação, antes de comprar e ingerir, avalie bem os rótulos e consulte um profissional habilitado. Os riscos de contaminação são elevados.



-  Desenvolvido por especialistas
-  Sem ingredientes inferiores
-  Sem substâncias ilícitas
-  Sem corantes artificiais

5 AO TOMAR SUPLEMENTOS GUARDE SEMPRE UM DOS PRODUTOS OU FRASCOS LACRADO.

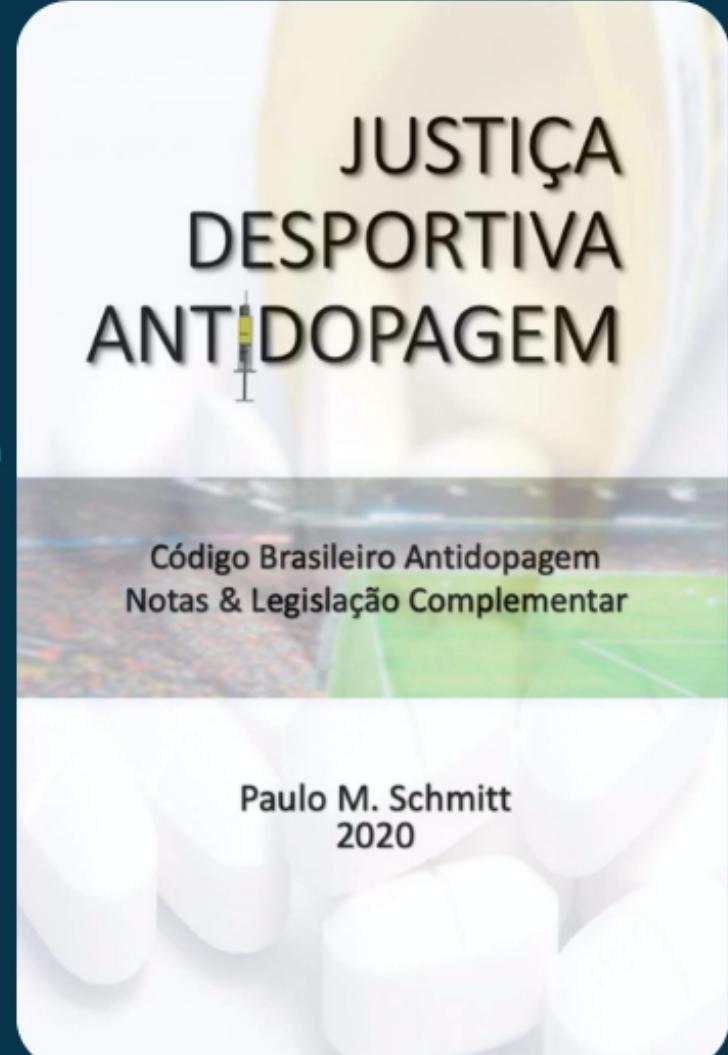
Adquira o produto preferencialmente em loja física, com CNPJ, de boa reputação, idônea e que ofereça nota fiscal. Exija que a nota fiscal tenha o número do lote do fabricante, referente ao suplemento adquirido. Isso poderá te ajudar no caso de controle positivo



6

PROCURE CONHECER AS NORMAS QUE FALAM SOBRE DOPAGEM.

As penas previstas pela violação das regras antidopagem são elevadas (em média 2 a 4 anos de suspensão, dependendo do tipo de substância). Os punidos não podem exercer qualquer função ou treinar sem autorização; e a fraude esportiva é crime pela legislação brasileira.



7 VALORIZIZE O FAIR PLAY E O JOGO LIMPO ACIMA DE TUDO.

Ajude a promover a igualdade, preservar sua saúde e garantir a ética. Lembre-se, você é praticamente o único responsável por suas escolhas e atitudes, sobretudo pelo que entra no seu organismo.

PLAY TRUE
PLAY SAFE

8

**ZELE PELO BEM DE SUA
CARREIRA.**

Mantenha-se “limpo” e vigilante.

9

DENUNCIE!

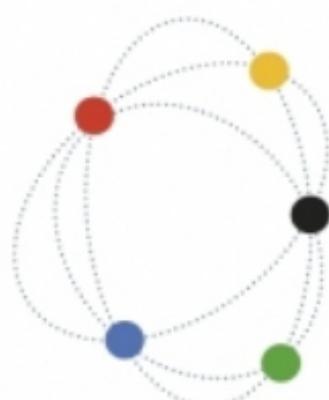
Sempre reporte às autoridades caso seja abordado para o uso de substâncias proibidas, compra de medicamento ou suplementos suspeitos. Assim você estará se preservando e colaborando para manter a integridade do ciclismo.

CANAL DE
DENÚNCIAS



10 SAIBA IDENTIFICAR TUDO AQUILO QUE PODE TE COMPROMETER.

**Colabore com a ABCD, o COB, o
Tribunal Antidopagem TJD-AD e a
Confederação Brasileira de Ciclismo.**



AUTORIDADE
BRASILEIRA DE
CONTROLE DE
DOPAGEM

<https://www.gov.br/abcd/pt-br>



COMITÊ OLÍMPICO DO
BRASIL

<https://www.cob.org.br/pt/cob/antidoping>



Paulo Schmitt e Fernando Solera
paulomschmitt@gmail.com
fasolera@gmail.com



PAULO SCHMITT ADVOCACIA
Sports Integrity Consulting

