

MYKOLO ROMERIO UNIVERSITETAS  
VIEŠOJO VALDYMO FAKULTETAS  
VADYBOS INSTITUTAS

IEVA ADOMAVIČIŪTĖ

Dopingo prevencija:  
Netyčinis dopingo vartojimas ir jo šaltiniai

Magistro baigiamasis darbas

Vadovė  
Doc. dr. Salomėja Zaksaitė

Vilnius  
2022

## TURINYS

PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS.....	3
LENTELIŲ SĄRAŠAS.....	3
ĮVADAS.....	4
1. NETYČINIS DOPINGO VARTOJIMAS: TEORINIS POŽIŪRIS.....	7
1.1. Netyčinio dopingo vartojimo samprata .....	7
1.2. Netyčinio dopingo vartojimo priežastys ir veiksniai .....	12
1.3. Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai .....	15
2. NETYČINIO DOPINGO VARTOJIMO PREVENCIJA: TEORINĖ APŽVALGA.....	23
3. NETYČINIO DOPINGO VARTOJIMO EMPIRINIS TYRIMAS .....	34
3.1. Tyrimo metodologija .....	34
3.2. Tyrimo rezultatai .....	35
3.3. Tyrimo rezultatų aptarimas.....	49
IŠVADOS .....	52
PASIŪLYMAI.....	54
ANOTACIJA .....	55
SANTRAUKA.....	56
SUMMARY.....	57
BIBLIOGRAFINIŲ ŠALTINIŲ SĄRAŠAS.....	59
PRIEDAI.....	65

## PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS

<b>1 pav.</b> Netyčinio dopingo vartojimo procesas.....	9
<b>2 pav.</b> Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai.....	15

## LENTELIŲ SĄRAŠAS

<b>1 lentelė.</b> Gebėjimai, galimybių ir motyvacijos elgesio modelio taikymas, siekiant sumažinti netyčinio dopingo vartojimo riziką.....	26
<b>2 lentelė.</b> Tiriamųjų charakteristikos.....	34
<b>3 lentelė.</b> Netyčinio dopingo vartojimo samprata.....	36
<b>4 lentelė.</b> Netyčinio dopingo vartojimo priežastys.....	38
<b>5 lentelė.</b> Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai.....	39
<b>6 lentelė.</b> Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste.....	40
<b>7 lentelė.</b> Informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčini dopingo vartojimą.....	42
<b>8 lentelė.</b> Prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo, pakankamumas.....	43
<b>9 lentelė.</b> Prevenciniai veiksmai siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo.....	44
<b>10 lentelė.</b> Sportininko prevenciniai veiksmai, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo.....	45

## ĮVADAS

**Temos aktualumas.** Jau nuo seno sportininkai imasi įvairiausių būdų, siekdami kuo geresnių sportinių rezultatų ir norėdami aplenkti savo varžovus. Vienas iš tokių būdų yra dopingas – nemažai diskusijų sukelianti tema ir viena didžiausių problemų sporto pasaulyje. Kaip teigiama Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatyme (1996), dopingas – sportininko organizmo fizinę ir psichinę veiklą skatinantys arba slopinantys, pavojų jo sveikatai keliantys preparatai ir metodai, vartojami pajėgumui laikinai padidinti ir sudarantys sąlygas nesąžiningai varžytis.

Dopingas kelia grėsmę visam sporto pasauliui, o sportininkai vis dažniau bando apeiti taisykles bei atskleisti savo užslėptas sportines galimybes naudojant draudžiamas medžiagas ar metodus. Visgi, smarkiai klestint dietinių papildų pramonei bei didėjant maisto užterštumui, atsiranda vis daugiau netyčinio dopingo atvejų. Chan et al. (2020) teigimu, dopingo vartojimas sporte yra tyčinis elgesys, nukreiptas į tikslą (sportinius rezultatus), tačiau tyrimai rodo, kad dopingo vartojimas gali pasireikšti, kuomet sportininkai netyčia ar nesąžiningai vartoja draudžiamus rezultatus gerinančius vaistus su maistu, papildais ar vaistais. Teigiama, kad maistas yra galimas netyčinio dopingo vartojimo šalinis, o ryškiausias pavyzdys yra mėsa (Walpurgis et al., 2020). Pasaulio antidopingo agentūros (toliau – WADA) 2013-2017 m. statistika parodė, kad 4-19 proc. sportininkų, pažeidusių antidopingo taisykles, nebuvo nubausti, kadangi teigiamo dopingo testo priežastis buvo maisto papildų ar mėsos užterštumas (Walpurgis ir kt., 2020).

Apie 80 proc. visų sporto antidopingo pažeidimų yra dėl draudžiamų medžiagų, jos metabolitų arba žymenų buvimo sportininko šlapime arba kraujo mėginyje (Lauritzen, 2022). Pažymėtina, kad sportininkai turi laikytis Pasauliniame antidopingo kodekse nurodyto „griežtos atsakomybės principo“, nurodančio, kad antidopingo organizacija neprivalo įrodyti sportininko ketinimo, kaltės, aplaidumo ar tyčinio dopingo vartojimo (naudojimo). Tai reiškia, jog, gavus teigiamą dopingo testo rezultatą, sportininkas automatiškai laikomas kaltu dėl dopingo vartojimo, kol įrodo kitaip. Nors esama didelio skirtumo tarp atvejų, kuomet sportininkas dopingą vartoja sąžiningai, ir kuomet dopingas vartojamas netyčia ir nesąžiningai su maistu ar užterštais papildais, tačiau net ir nesąžiningai vartojant dopingą, sportininkams yra taikoma atsakomybė. Reikia pastebėti, kad Pasaulinio antidopingo kodekse parašytos taisyklės galioja visame pasaulyje ir šalys negali turėti savo nustatytų taisyklių. Be to, WADA kasmet atnaujina sportininkams naudoti draudžiamų medžiagų sąrašą. Galima manyti, kad šių taisyklių laikymasis ir kasmet atnaujinamas draudžiamų medžiagų sąrašas sudaro sąlygas sportininkams išvengti netyčinio dopingo vartojimo, tačiau statistika rodo, kad netyčinio dopingo vartojimo atvejų kiekis išlieka nemažas (Walpurgis ir kt., 2020).

**Problema.** Esama daugybės būdų, kaip asmenys, o kartu ir sportininkai gali būti veikiami įvairių tam tikrų cheminių medžiagų, apie kurias net nenučiuojame. Galbūt tai nėra taip svarbu bendrai populiacijai, kadangi jiems ir jų gyvenimui tai neturi poveikio, tačiau sportininkams, kuriems dažnai atliekama dopingo kontrolė, tai yra ypatingai svarbu ir tai gali turėti neigiamas pasekmes tokias kaip laikinas karjeros sustabdymas ar net pabaiga. Dažniausiai nacionalinės antidopingo agentūros savo mokymuose rodo tyčinio dopingo vartojimo pavydžius, tokius kaip anabolinių steroidų šalutiniai efektai ir pan., tačiau labai svarbu paminėti, kad net ir paprasčiausi multivitaminai, kurie iš šono atrodo saugūs vartoti, gali turėti draudžiamų medžiagų. Šiame darbe keltini keli probleminiai aspektai:

1. Kaip sportininkas gali atskirti tyčinį dopingo vartojimą nuo skirtingų užterštumo scenarijų?
2. Ar nacionalinės antidopingo organizacijos imasi visų įmanomų veiksmų, kad apsaugotų savo šalies sportininkus nuo netyčinio dopingo vartojimo?
3. Kokios yra galimos priemonės netyčinio dopingo vartojimo prevencijai?

**Temos ištirtumas.** Moksliniu lygmeniu Lietuvoje ši problema tyrinėta nedaug, nors užsienyje tyrimų esama nemažai. Lietuvoje daugiausiai šią temą nagrinėjo Zaksaitė (2010; 2012a; 2012b; 2015; 2016; 2022), naujesnius tyrimus yra atlikę Sipavičiūtė, Šukys ir Dumčienė (2020) bei Kajėnienė (2020). Užsienyje ši tema nagrinėta plačiau – esama nemažo kiekio mokslinių tyrimų apie draudžiamų medžiagų vartojimą su maistu arba užterštais papildais sporte (Chan et al., 2016; Martínez-Sanz et al., 2017; Chan, Keatley, Tang, Dimmock & Hagger, 2018; Chan et al., 2020; Manonelles et al., 2020; Voravuth et al., 2022; Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a; 2022b). Atsižvelgiant į tai, galima teigti, kad magistro darbo tema (bent jau nacionaliniu mastu) yra mažai tyrinėta ir moksliskai nauja.

**Darbo objektas** – netyčinis dopingo vartojimas ir jo šaltiniai.

**Darbo tikslas** - nustatyti netyčinio dopingo vartojimo ypatumus bei šaltinius.

**Darbo uždaviniai:**

1. Atskleisti netyčinio dopingo vartojimo sampratą ir veiksnius.
2. Išsiaiškinti netyčinio dopingo vartojimo prevencijos teorinius aspektus.
3. Kokybine perspektyva įvertinti sportininkų, trenerių bei sporto gydytojų požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus.

**Tyrimo metodai.** Darbe panaudoti šie moksliniai metodai: mokslinės literatūros šaltinių analizė, dokumentų analizė, pusiau struktūruotas interviu, kokybinė turinio analizė.

**Darbo struktūra.** Magistro baigiamąjį darbą sudaro šie pagrindiniai skyriai: santraukos lietuvių bei anglų kalbomis; įvadas, kuriame išdėstoma mokslinė problema, formuluojamas darbo tikslas bei

uždaviniai; pirmas teorinis skyrius, kuriame analizuojama netyčinio dopingo vartojimo samprata, atskleidžiami šiam procesui įtakos turintys veiksniai bei aptariami netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai; antras teorinis skyrius, kuriame aptariami netyčinio dopingo vartojimo prevencijos ypatumai; trečias empirinis skyrius, kuriame atliekamas tyrimas – kokybine perspektyva įvertinamas sportininkų, trenerių bei sporto gydytojų požiūris į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus; išvados bei rekomendacijos nagrinėtai problemai spręsti; naudotos mokslinės literatūros sąrašas bei priedai – interviu transkripcijos.

# 1. NETYČINIS DOPINGO VARTOJIMAS: TEORINIS POŽIŪRIS

## 1.1. Netyčinio dopingo vartojimo samprata

Kaip jau buvo minėta, dopingas - sportininko organizmo fizinę ir psichinę veiklą skatinantys arba slopinantys, pavojų jo sveikatai keliantys preparatai ir metodai, vartojami pajėgumui laikinai padidinti ir sudarantys sąlygas nesąžiningai varžytis (Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymas, 1996). WADA dopingą apibrėžia kaip vieno ar daugiau antidopingo taisyklių pažeidimų. Tolesnėmis spėlionėmis tai reiškia, kad bet koks nelegalių našumą gerinančių medžiagų ar metodų naudojimas sporte yra laikomas rimtu pažeidimu (Chan et al., 2020). Pasak Kajėnienės (2021, p. 1), dopingas „laikoma vienos ar daugiau dopingo taisyklių pažeidimas: tai ne tik draudžiamosios medžiagos ar jos metabolitų arba jų liekanų radimas sportininko mėginyje, bet su mėginio pateikimu, draudžiamų medžiagų laikymu, bendrininkavimu susiję pažeidimai“; be to, „dopingas laikomas ir draudžiamų metodų vartojimas – kraujo ir jo komponentų manipuliacija, cheminės ir fizinės manipuliacijos (įskaitant ir intravenines infuzijas), taip pat genų ir ląstelių dopingas“.

1968 m. Tarptautinių olimpinių žaidynių komitetas įvedė privalomą testavimą. Nuo to laiko pranešta apie daugybę dopingo vartojimo atvejų. Draudžiamų medžiagų ir (arba) jų metabolitų buvimas sportininkų kraujo ar šlapimo mėginiuose pagal Pasaulinį antidopingo kodeksą (toliau - WADC) laikomas rimtu antidopingo taisyklių pažeidimu. Sportininkams atsakomybė taikoma netgi tada, kai dopingo medžiaga patenka į jų organizmą jiems nežinant, nes, remiantis WADA ir WADC, laikoma, kad sportininkai turi „asmeninę pareigą“ užtikrinti, kad į jų organizmą nepatektų draudžiamų medžiagų (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a), nepaisant šių medžiagų šaltinio (Merwe & Grobbelaar, 2004). Tai reiškia, kad sportininkas asmeniškai privalo užtikrinti, kad jo ar jos kraujo/šlapimo mėginiuose nebūtų draudžiamos medžiagos ar jos metabolito ar žymenų. Taigi, šia prasme galima teigti, kad sportininkams pagal WADC taikoma kaltumo prezumpcija, t. y. sportininko kaltė dėl dopingo vartojimo yra preziumuojama, kol jis ar ji neįrodė kitaip. Sportininkai, pripažinti kaltais dėl dopingo vartojimo sporte, dažnai kaltinami ketinimu sukčiauti neteisėtai gerinant savo sportinius rezultatus (Chan, Keatley, Tang, Dimmock & Hagger, 2018). Sang (2021) teigimu, ši prezumpcija, greta kitų procesinių aspektų tokių kaip viešo proceso nebuvimas, neatsižvelgimas į eksperto išvadas bei fakto, kad įrodymus renka tik WADA, lemia, jog daugelis perspektyvių sportininkų sutinka su sankcija ir dėl to praranda karjerą.

Dopingas pats savaime yra pavojinga grėsmė viso pasaulio sportininkams. Jis kenkia sąžiningos konkurencijos sporte principui, baugina sportininkus ir daro jiems spaudimą. Be to, jis daro žalingą poveikį sporto industrijos įvaizdžiui ir gali rimtai pakenkti sportininkų sveikatos būklei (Sipavičiūtė, Šukys ir Dumčienė, 2020). Anot Kozhuharov, Ivanov ir Ivanovos (2022a), dopingo vartojimas laikomas sunkiu sportiniu nusikaltimu, galinčiu sukelti daug neigiamų pasekmių, įskaitant čempiono titulų

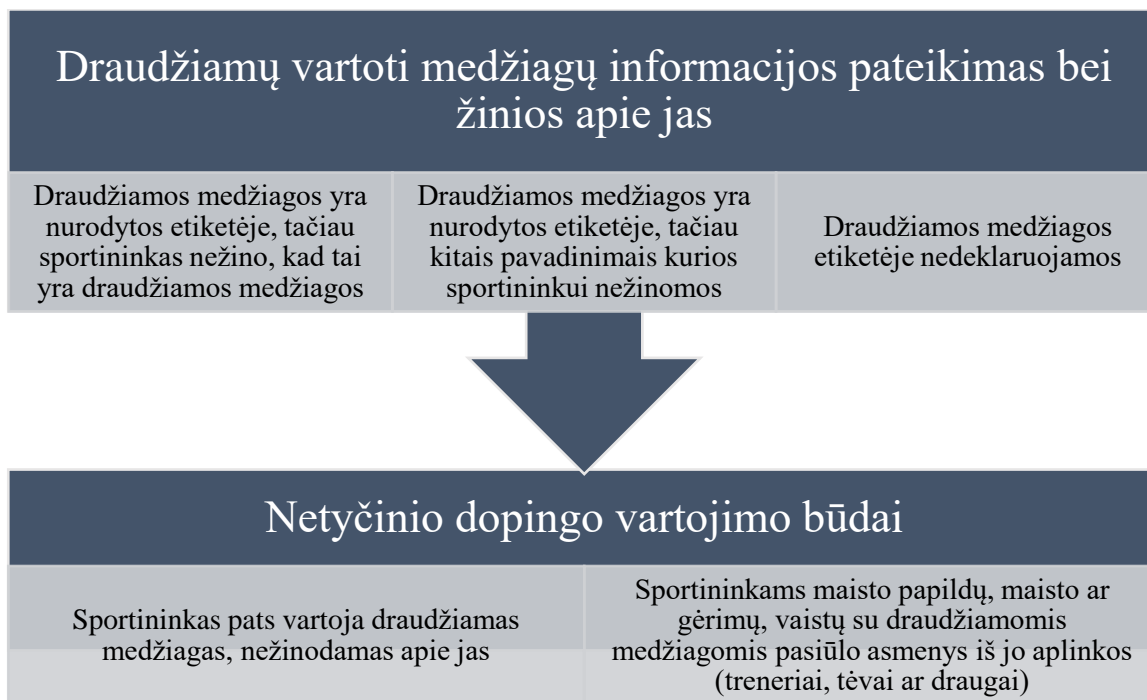
praradimą, draudimus dalyvauti varžybose, reputacijos pablogėjimą, sveikatos pablogėjimą. Kadangi dopingo vartojimas laikomas iš anksto apgalvotu elgesiu, toks elgesys daugiausia priskiriamas sportininko sprendimų priėmimo procesui ir moralinėms vertybėms ar pareigoms (Chan, Tang, Yung, Gucciardi & Hagger, 2019). Tačiau netyčinis dopingo vartojimas susijęs su kitokiais šių draudžiamų medžiagų vartojimo aspektais.

Chan et al. (2020) teigimu, dauguma mokslininkų sutinka, kad dopingo vartojimas yra sąmoningai kontroliuojamas, į tikslą nukreiptas elgesys, tačiau tuo pačiu sportininkai taip pat nesąmoningai ir netyčia gali susidurti su dopingu vartodami nepažįstamus maisto produktus, gėrimus, papildus ir (arba) vaistus, nes nevertina konkrečių sudedamųjų dalių turinio. Mokslinėje literatūroje nepateikiama vieningo netyčinio dopingo vartojimo apibrėžimo, tačiau jų esmė yra analogiška. Netyčinis dopingo vartojimas (taip pat žinomas kaip „neapdairus“ arba „atsitiktinis“ dopingas) reiškia atsitiktinį WADA draudžiamų medžiagų sąrašė esančių medžiagų, gerinančių efektyvumą, vartojimą (Chan, Tang, Yung, Gucciardi & Hagger, 2019). Anot Martínez-Sanz et al. (2017), netyčinis dopingo vartojimas - tai teigiami antidopingo testai dėl bet kokio maisto papildų, kurio sudėtyje yra į sąrašą neįtrauktų medžiagų, uždraustų antidopingo taisyklėse ir organizacijose, vartojimo. Netyčinis dopingo vartojimas - tai problema, kai sportininkui užfiksuojamas teigiamas dopingo testo rezultatas netyčia ir nesąmoningai pavartojus draudžiamą medžiagą (Voravuth et al., 2022). Netyčinis dopingo vartojimas vyksta tuomet, kai draudžiama medžiaga vartojama atsitiktinai. Iš esmės tai dopingo atvejis, kai vartojami falsifikuoti arba užteršti maisto papildai, kurių sudėtyje yra sporto šakoje draudžiamų medžiagų, kurios nebuvo deklaruotos etiketėje (Manonelles et al., 2020). Taigi, netyčinis dopingo vartojimas gali būti suvokiamas kaip atsitiktinis draudžiamų medžiagų vartojimas, teigiamas dopingo testo rezultatas ar problema, tačiau jo esmė yra ta pati – sportininkas netyčia ar nesąmoningai pavartoja WADA draudžiamų medžiagų sąrašė esančių medžiagų, dėl kurių užfiksuojamas teigiamas dopingo testas.

Dažnai tai atsitinka, kai sportininkas vartoja produktą (pvz., maisto papildus, energetinius gėrimus ar produktus, vaistus, vaistažoles ar „natūralius“ produktus), kurio sudėtyje yra draudžiamos medžiagos, arba yra veikiamas draudžiamos medžiagos įprastose situacijose (pvz., narkotikų dėmai, hormonais užteršta mėsa), nors nežino apie draudžiamos medžiagos buvimą (Chan, Tang, Yung, Gucciardi & Hagger, 2019).

Netyčinio dopingo vartojimo procesas pateikiamas 1 paveiksle.





1 pav. Netyčinio dopingo vartojimo procesas (sudaryta darbo autorės pagal Merwe & Grobbelaar, 2004; Chan et al., 2016)

Van der Merwe ir Grobbelaar (2004) teigimu, netyčinis dopingo vartojimas gali pasireikšti trimis būdais: 1) draudžiamos medžiagos yra nurodytos etiketėje, tačiau sportininkas nežino, kad tai yra draudžiamos medžiagos; 2) draudžiamos medžiagos yra nurodytos etiketėje, tačiau kitais pavadinimais kurios sportininkui nežinomos (pvz., efedrinas yra nurodytas kaip Ma Huang, kiniškoji efedra, epitoninas, sida cordifolia arba efedra, o kofeinas nurodytas kaip guarana, kola arba gotu Kola); ir 3) draudžiamos medžiagos etiketėje nedeklaruojamos - šių medžiagų galėjo būti pridėta sąmoningai, arba jos galėjo būti užteršimo rezultatas sintezės, kapsuliavimo ar pakavimo metu arba po jų. Netyčinis dopingo vartojimas įvyksta, kai etiketėse pateikiama klaidinga ar netiksli informacija, kuri suklaidina sportininkus, jog produktas, vaistas ar papildas yra leistinas sportuojant (Voravuth et al., 2022). Netyčinis dopingo vartojimas gali pasireikšti ir draudžiamų medžiagų vartojimo veiksmais:

1. Sportininkui šį veiksma atliekant pačiam. Nemažai vaistų, maisto papildų, gėrimų ir augalinių produktų, kurių sudėtyje yra dopingo medžiagų, galima įsigyti internetu, vaistinėje ar prekybos centre be recepto (Chan et al., 2016). Šie produktai kelia rimtą pavojų sportininkams. Daugiau kaip 10 proc. rinkoje esančių maisto papildų (pvz., multivitaminų, mineralų ir aminorūgščių) sudėtyje yra dopingo medžiagų, tokių kaip stimulatoriai ir anaboliniai steroidai. Manoma, kad šių anabolinių steroidų

šaltiniai tikriausiai yra Kinijos farmacijos bendrovės, kurios parduoda birią anabolinių steroidų medžiagą (Geyer et al., 2008).

2. Netyčinis dopingo vartojimas galimas ir tada, kai sportininkams nežinomų maisto produktų, gėrimų, papildų ar vaistų su nežinomomis sudedamosiomis dalimis pasiūlo jų patikimi socialiniai agentai, pavyzdžiui, treneriai, tėvai ar draugai (Chan et al., 2016).

Visais atvejais dopingo kontrolės metu gali būti gauti neigiami analitiniai rezultatai (*angl.* adverse analytical findings, toliau - AAF), pavyzdžiui, teigiamas draudžiamo preparato testas pateikus šlapimo ar kraujo mėginį). Be to, WADA gali atlikti tyrimą ir atkreipti žiniasklaidos dėmesį. Blogiausiu atveju tai gali lemti ilgalaikį draudimą dalyvauti sportinėje veikloje, jei sportininkas negali pateikti užteršto produkto įrodymų (Martínez-Sanz et al., 2017). Todėl sportininkai ir jų aplinka (pvz., treneriai, treneriai, vadovai ir tėvai) turi būti budrūs ir užtikrinti, kad sportininkų vartojamuose maisto produktuose ar medžiagose nebūtų sporte draudžiamų ingredientų. Kita vertus, netyčinio dopingo vartojimo problema tampa vis sudėtingesnė, nes sportininkai dažnai apsimeta vartoję dopingą netyčia, nurodantys tai kaip lengvinančią aplinkybę dėl neišlaikyto dopingo testo (Chan, Tang, Yung, Gucciardi & Hagger, 2019).

Kaip buvo minėta, sportininkui, kuriam nustatytas teigiamas dopingo testas, taikoma kaltumo prezumpcija nepaisant to, ar jis draudžiamas medžiagas vartojo tyčia ar netyčia - sportininkai turi „asmeninę pareigą“ užtikrinti, kad į jų organizmą nepatektų draudžiamų medžiagų, nepaisant šių medžiagų šaltinio (Merwe & Grobelaar, 2004; Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a). Pažvelgus iš baudžiamosios teisės perspektyvos į netyčinį dopingo vartojimą, reikia pastebėti, kad Lietuvos Respublikos baudžiamajame kodekse (2000) netyčinės nusikalstamos veikos laikomos veikomis, atliktomis dėl neatsargumo (LR BK 16 straipsnis). Neatsargiai atliktos veikos yra dvejios:

1. *veikos, atliktos dėl pasitikėjimo* - asmuo numato, kad dėl jo veikimo ar neveikimo gali neigiami padariniai, tačiau lengvabūdiškai tikisi jų išvengti. Šia prasme aktualus yra asmens lengvabūdiškumas – jis numato tik nedidelį galimų padarinių tikėtinumą, todėl tikisi jų išvengti (Lietuvos Aukščiausiasis Teismas, 2008). Taigi, netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu sportininkas gali vartoti mėsą, gėrimus, papildus ar vaistus bei numatyti galimo padarinio (teigiamo dopingo testo tikėtinumą), tačiau tikėtis lengvabūdiškai jų išvengti.
2. *veikos, atliktos dėl nerūpestingumo* - asmuo nenumato, kad dėl jo veikimo ar neveikimo gali atsirasti neigiami padariniai, nors pagal veikos aplinkybes ir savo asmenines savybes gali ir turi tai numatyti (Lietuvos Respublikos Baudžiamajame kodeksas, 2000).

Sportininkas gali vartoti mėsą, gėrimus, papildus ar vaistus ir nenumatyti, kad gali atsirasti galimas neigiamas padarinys (teigiamas dopingo testo), tačiau pagal savo savybes ir aplinkybes turi tai numatyti. Šiuo atveju turi būti įvertinama asmens reali galimybė suvokti veikos pavojingumą konkrečioje situacijoje bei jo asmeninės savybės tokios kaip išsilavinimas, patirtis, sveikatos būklė ir pan. (Lietuvos Aukščiausiasis Teismas, 2020).

WADC nustato dviejų etapų procesą, t. y. pirmiausia nustatomas pažeidimas, pagrįstas griežtos atsakomybės principu; antra, sportininkui tenka pareiga įrodyti, kad nėra reikšmingos kaltės ar aplaidumo. Paprastai sportininkas tuomet turi parodyti, kaip konkreči medžiaga pateko į jo organizmą (Zaksaitė, 2022).

Įrodinėjant netyčinio dopingo vartojimą, WADC taikomas „nėra kaltės ar aplaidumo“ testas, kuris apibrėžiamas taip: jis ar ji nežinojo ar neįtarė ir negalėjo pagrįstai žinoti ar įtarti, kad vartojo ar vartojo draudžiamąsias medžiagas ar draudžiamąjį metodą, net ir elgiantis itin atsargiai (Amos, 2007). Pavyzdžiui, byloje G. Squizzato prieš FINA plaukikė neišlaikė „jokios kaltės ar aplaidumo“ testo dėl kremo odos infekcijai gydyti naudojimo. Kremą įsigijo jos mama, o Squizzato ją panaudojo nepaklaususi savo gydytojo ar trenerio, ar kreme yra draudžiamos medžiagos. Nustatyta, kad ji neįvykdė savo rūpestingumo pareigos. Buvo nurodyta, kad paprastu patikrinimu ji galėjo suprasti, kad kreme buvo dopingo medžiagos, nes kremo etiketėje buvo nurodyta draudžiama medžiaga, todėl plaukikė buvo aplaidi. Kita vertus, WADC taip pat turi numatytą „reikšmingos kaltės ar aplaidumo nebuvimo“ testą: sportininkas įrodo, kad jo kaltė ar aplaidumas, vertinant visas aplinkybes ir atsižvelgiant į „kaltės ar aplaidumo nebuvimo“ kriterijus, nebuvo reikšmingi antidopingo taisyklių pažeidimo atžvilgiu (Amos, 2007).

Visgi, šių testų įrodymas teisminiame procese yra sudėtingas – Amos (2007) teigimu, sportininkams dažniau pavyksta įrodyti, kad reikšmingos kaltės ar aplaidumo jų atžvilgiu nebuvo. Kai kurie autoriai kritikuoja griežtos sportininkų atsakomybės principą ir atkreipia dėmesį, kad bausmė gali būti taikoma nepagrįstai, ypač jei sportininkas yra jaunas ir neturi gebėjimų suprasti ar medžiaga draudžiama, ar ne. Pavyzdžiui, byloje DFSNZ prieš anoniminį moksleivį 16-metis moksleivis, tariamai pirkęs klenbuterolį kosmetikos reikmėms, gavo ketverių metų diskvalifikaciją, nepaisant to, kad jis neturėjo išsilavinimo ir žinių apie dopingo taisykles. Nors šiuo atveju minėtas sportininkas rungtyniavo tik mokyklos lygmeniu, olimpinio lygio nepilnamečiai sportininkų, kurie netyčia arba gydytojų patarimu vartojo draudžiamų medžiagų, atvejai nėra reti (Kambhampati & Star, 2021). Atitinkamai, galima tikėtis švelnesnės sankcijos arba visiško išteisinimo, jei sportininkas įrodys, kad medžiaga į jo organizmą pateko

atsitiktinai, nesistengdamas pagerinti savo sportinių rezultatų. Suprantama, kiekviena smulkmena yra svarbi, o įrodinėjimo ir sankcijos skyrimo procese yra visa virtinė niuansų: itin svarbu nustatyti, ar sportininko elgesyje nebuvo (didelės) kaltės ar neatsargumo, ar draudžiamoji medžiaga atsirado iš užterštų produktų, ar tai buvo maisto papildų sudedamoji dalis, ar sportininkui slapta pakenkė jo varžovas ar treneris ir pan. (Zaksaitė, 2022).

*Apibendrinant galima teigti, kad netyčinis dopingo vartojimas įvyksta sportininkui netyčia ar nesąmoningai pavartojus WADA draudžiamų medžiagų sąraše esančių medžiagų, dėl kurių užfiksuojamas teigiamas dopingo testas. Šis reiškinys įvyksta tuomet, kai sportininkas nežino ar negali žinoti apie draudžiamos medžiagos buvimą maiste ar gėrimuose, maisto papilduose ar vaistuose. Tačiau žvelgiant iš aplaidumo perspektyvos, reikalinga įvertinti ar sportininkas žinojo, įtarė ar galėjo pagrįstai žinoti ar įtarti, kad vartojo ar vartojo draudžiamąsias medžiagas ar draudžiamąjį metodą, net ir elgiantis itin atsargiai. Netyčinis dopingo vartojimas gali pasireikšti keliais būdais: ant produkto etiketės nurodoma klaidinga ar netiksli informacija apie draudžiamas medžiagas arba tokia informacija išvis nenurodoma, o sportininkas vartoja maistą, gėrimus, maisto papildus ar vaistus pats arba šių produktų jam pasiūlo asmenys iš jo aplinkos – treneriai, tėvai ar draugai.*

*Netyčinį dopingo vartojimą gali sudaryti šie komponentai: tyčios, kaltės ir aplaidumo nebuvimas; klaidingą, netikslią informaciją ar jos išvis nenurodanti maisto, gėrimo, papildų ar vaisto etiketė; draudžiamų medžiagų buvimas maiste, gėrimuose, papilduose ar vaistuose; sportininko ar jo artimos aplinkos (trenerių, tėvų, draugų) žinių apie draudžiamas naudoti medžiagas kiekis; sportininko nežinojimas ir negalėjimas pagrįstai žinoti apie vartojamas draudžiamas medžiagas (nėra kaltės ar aplaidumo); teigiamas dopingo testo rezultatas.*

## **1.2. Netyčinio dopingo vartojimo priežastys ir veiksniai**

Dopingo vartojimas, kaip sukčiavimo sporte forma, gali būti nulemtas įvairių veiksnių tokių kaip įtampa tarp pageidaujamo sporto rezultatų ir ribotų galimybių pasiekti tokius (pervertintus) tikslus; nepakankamas sąžiningo žaidimo vertybių supratimas; sporto ir sporto prizų sakralizavimas sporto taisyklių nenaudai; specifinė sporto subkultūra, kuri nesmerkia sukčiavimo sporte; mikroveiksniai, skatinantys minėtą subkultūrą, pavyzdžiui, eufemistinė kalba ir įtikinėjimas (teigiant, kad sukčiauti nėra blogai); įvairios priklausomybės, taip pat sportininkų materialinis ir emocinis pažeidžiamumas (Zaksaitė, 2012b). Tačiau moksliniai tyrimai, vertinantys netyčinio dopingo vartojimo ypatumus pateikia kitokias šio reiškinio priežastis ir vartojimą lemiančius veiksnius.

Kozhuharov, Ivanov ir Ivanova (2022b) teigimu, pagrindinės netyčinio dopingo junginių vartojimo priežastys yra šios:

1. Nedeklaruoti dopingo junginiai komerciniuose produktuose yra natūraliai esantys augalų ekstraktų fitocheminėje sudėtyje (pvz., higenaminas, efedrinas, sinefrinas ir morfinas).
2. Užteršti dopingo junginiais maisto papildai (pvz., anaboliniai preparatai, sibutraminas, klenbuterolis).
3. Nepakankamos švietimo programos, skirtos dopingo prevencijai.

Taigi, nedeklaruotos draudžiamos medžiagos produktuose, užteršti papildai bei dopingo prevenciją skatinančios švietimo programos laikomos netyčinio dopingo vartojimo priežastimis. Tai reiškia, kad sportininkas, neturėdamas pakankamai žinių, gali netyčia vartoti draudžiamas medžiagas, kita vertus, toks vartojimas gali įvykti, jeigu maisto papildai yra užteršti draudžiamomis medžiagomis arba draudžiamos medžiagos nėra nurodomos ant produkto, o sportininkas apie tai nežino ir negali žinoti. Kaip teigia Somerville ir Lewis (2005), kita dažnai nurodoma atsitiktinio dopingo vartojimo pažeidimo priežastis buvo tam tikra žmogiškoji klaida. Tai apima žinių stoką, mokymosi sunkumus, naivumą, tinginystę, užmaršumą ir susitelkimą į treniruotes/konkuravimą. Kai kurie sportininkai teigia, kad neapgalvoja, kokių priemonių imtųsi apsisaugoti nuo netyčinio dopingo vartojimo būdami užsienyje (Somerville & Lewis, 2005).

Tyrimai rodo, kad nurodytos dopingo vartojimo priežastys dažnai yra ne dėl veiklos gerinimo, o dėl kitų funkcinių (pvz., maisto papildų vartojimo) ar gyvenimo būdo veiksnių (pvz., sporto traumos ar svorio). Šios priežastys vargu ar gali būti veiksmingi pasiteisinimai, atleidžiantys teigiamus testus nuo antidopingo taisyklių pažeidimo (Chan et al., 2017). Atitinkamai, sportininkai turėtų būti atsargūs pirkdami ir vėliau vartodami maisto papildus, kad išvengtų atsitiktinio nelegalių medžiagų vartojimo. Šia prasme sportininkas turėtų būti atsargus ir rūpestingas (Amos, 2007), siekdamas išvengti aplaidumo dėl netyčinio dopingo vartojimo ir teigiamo dopingo testo.

Mokslinėje literatūroje, teigiama, kad socialinės normos, požiūris į dopingą, moralės normos ir saviveiksmingumas yra susiję su mažesniu tyčiniu dopingo vartojimu (Barkoukis, Lazuras, Tsorbatzoudis & Rodafinos, 2013). Žvelgiant į netyčinį dopingo vartojimą lemiančius veiksnius, Chan et al. (2020) teigimu, galima išskirti psichologinius, socialinius ir elgesio veiksnius. *Psichologiniai veiksniai*, susiję su netyčiniu dopingo vartojimu, apima tokius aspektus kaip sportininkų sąmoningą suvokimą ir gebėjimą susidoroti su situacijomis, kuomet jie gali būti veikiami draudžiamų medžiagų; taip pat motyvacinius aspektus, įsitikinimus bei savikontrolę (Chan et al., 2020). Tyrimų rezultatai taip

pat parodė, kad sportininkai, turintys teigiamą netiesioginį ir atvirą požiūrį į dopingo vartojimą, rečiau skaitė nežinomo maisto produkto sudedamųjų dalių lentelę, tačiau dažniau žinojo, kad tam tikrame maisto produkte gali būti draudžiamų medžiagų (Chan et al., 2018).

Manoma, kad psichologiniai veiksniai tokie kaip savikontrolė ir motyvacija, lemia numatytą ar faktinį sportininkų dalyvavimą elgesyje, susijusiame su atsargumu siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo. Tokie sportininkai vengia vartoti nepažįstamų maisto produktų / gėrimų / papildų, skaito nepažįstamų maisto produktų ir papildų sudedamųjų dalių lentelės, žino, kad nepažįstamuose maisto produktuose ir papilduose gali būti draudžiamų efektyvumą gerinančių medžiagų (Hardcastle et al., 2014). Be to, sportininkai, kurie laikosi teigiamų įsitikinimų dėl netyčinio dopingo vartojimo vengimo (t. y. suvokiantys, kad dopingo vengimas yra naudingas sportui, moralei, karjerai ir sveikatai), dažniau praneša apie ketinimus užkirsti kelią netyčiam dopingo vartojimui (Chan et al., 2015).

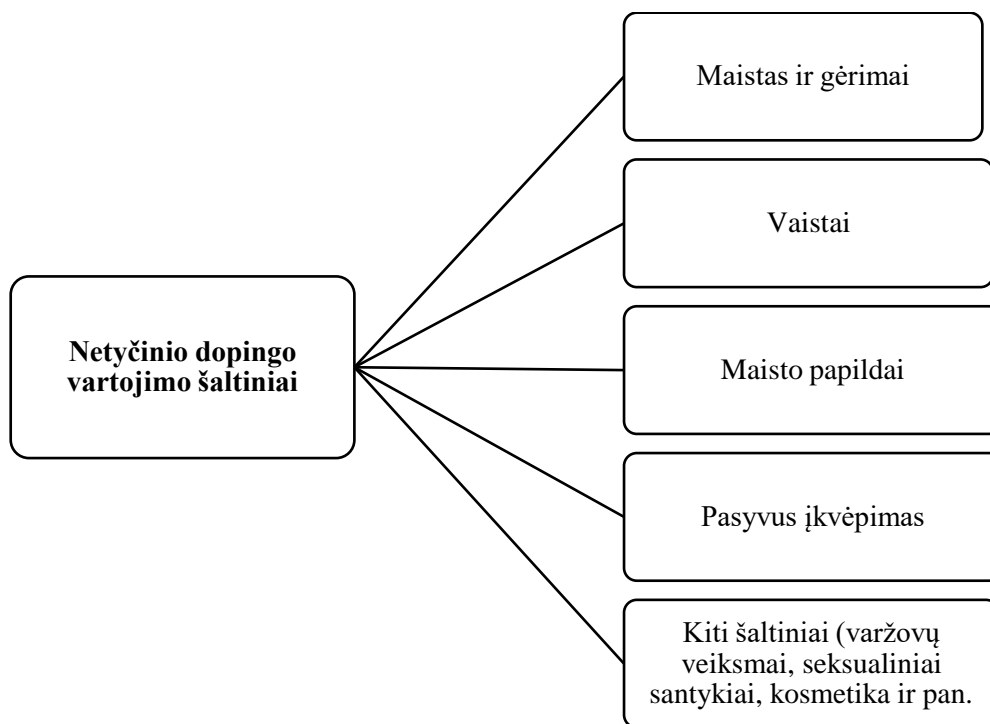
*Socialiniai veiksniai*, susiję su netyčiniu dopingo vartojimu, yra sportininkų ketinimas vartoti draudžiamas medžiagas, sportininkų vengimas vartoti draudžiamas medžiagas, požiūrį į reikšmingus socialinius patikėtinius savo aplinkoje (pvz., treneriai, komandos draugai, šeima, gydytojai ir rėmėjai) Teigiama, kad netyčinio dopingo vartojimo vengimas gali lemti daugybę teigiamų (pvz., tikrojo potencialo demonstravimo, sąžiningo žaidimo, sveikatos, mažiau nerimo) arba neigiamų pasekmių, pavyzdžiui, pabloginti sportinius rezultatus ar atsigavimą (Hardcastle et al., 2014).

*Elgesio veiksniai* apima aktyvų vartojimo sudėties tikrinimą, patikimos ir suprantamos informacijos apie dopingą ieškojimą, sportininkų supratimo apie netyčinio dopingo vartojimo riziką didinimą, asmeninės atsakomybės prisiėmimo skatinimą, patarimų ar žinių apie dopingą iš patikimų informacijos šaltinių prašymą (Johnson, Butryn & Masucci, 2013; Chan et al., 2020). Šie veiksniai itin svarbūs, jei sportininkas yra nepilnametis ar jauno amžiaus. Tyrimai rodo, kad dažnai jaunieji sportininkai nežino, kad reikia perskaityti nepažįstamų maisto produktų sudedamųjų dalių sąrašą ir imtis veiksmų, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo kasdieniame gyvenime (Hardcastle et al., 2014). Nepaisant jauno amžiaus, sportininkams taikoma atsakomybė už netyčinio dopingo vartojimą, nepaisant to, kad jie dažnai neturi suvokimo bei gebėjimų būti atsargiais draudžiamų medžiagų vartojimo kontekste (Kambhampati & Star, 2021).

*Apibendrinant galima teigti, kad nedeklaruotos draudžiamos medžiagos produktuose, užteršti papildai, dopingo prevenciją skatinančios švietimo programų stoka bei žmogiškosios klaidos laikomi netyčinio dopingo vartojimo priežastimis. Analizuojant netyčinio dopingo vartojimą lemiančius veiksnius nustatyta, kad esama socialinių, elgesio bei psichologinių veiksnių, kurie turi įtakos netyčinio dopingo vartojimui tiek teigiama, tiek neigiama prasmėmis.*

### 1.3. Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai

Mokslinėje literatūroje nurodoma, kad trys dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai: 1) vaistų vartojimas; 2) užteršti maisto papildai; ir 3) užterštas maistas (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Greta šių šaltinių, Manonelles et al. (2020) išskiria dar pasyvų dopingo vartojimą įkvėpus, tyčinius varžovo veiksmus bei kitus būdus (dopingą seksualinių santykių metu, dopingą kosmetinėse priemonėse ir pan.). Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai pateikiami 2 paveiksle.



2 pav. Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (sudaryta darbo autorės pagal Backhouse, Boardley & Chester, 2017; Manonelles et al., 2020).

**Maistas ir gėrimai.** Netyčinis dopingo vartojimas gali atsirasti vartojant maisto produktus; ypač mėsą, kurioje yra draudžiami augimą skatinantys vaistai, naudojami galvijams „išpūsti“, tokie klenbuterolis ir zeranolis (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Pavyzdžiui, 2017 m. amerikietė bėgikė buvo testuota teigiamai dėl draudžiamos medžiagos – zeranolio. Sportininkė teigė, kad dėl geležies trūkumo pradėjo valgyti daug mėsos, kuri galėjo būti užteršta, o sportininkės šlapime rasta zeranolio koncentracija yra labai maža. JAV antidopingo agentūra padarė išvada, kad sportininkės teigiamas testas buvo dėl užterštos mėsos, nes zeranolis yra legalus JAV mėšinių galvijų auginimo stimulatorius (Zaccardi, 2017). Thevis et al. (2021) teigimu, draudžiama medžiaga zeranolis gali būti

aptinkamas vartojant mikrotoksinais užkrėstus kukurūzus, sorgus, miežius arba mėsą, gautą iš gyvūnų, kurie vartojo pašarus, sudarytus iš pirmiau minėtų komponentų.

Klenbuterolis yra beta-2 agonistų rūšis, kuri draudžiamų medžiagų sąraše yra įtraukta į „kitų anabolinių medžiagų“ grupę, nes skatina baltymų sintezę. Jis daugiausiai naudojamas siekiant padidinti galvijų raumenų svorį prieš skerdimą. Šiandien pažangių šalių veterinarai bandė išspręsti šią problemą, tačiau WADA vis dar pripažįsta, kad Kinijoje, Gvatemaloje ir Meksikoje yra galimas maisto užteršimas šia medžiaga. 2000 m. sporto pasaulyje klenbuterolis tapo gerai žinomas dėl garsaus dviratininko, kuris teisinosi, kad draudžiamos medžiagos kilmė yra iš jautienos kepsnio, tačiau to negalėjo įrodyti, todėl buvo sankcionuotas (Manonelles et al., 2020).

Guddat et al. (2012), meldoniumo likučiai gali būti aptinkami piene ir mėsoje iš karvių ir vištų, kurios buvo gydomos meldoniumu. Kadangi informacijos apie meldoniumo likučius maisto produktuose turima nedaug, neseniai atliktas tyrimas buvo skirtas Emidonol® apdorotų karvių pienui tirti, kuriame nustatyta iki maždaug 700 ng/ml vaisto koncentracija. Gauti duomenys parodė, kad šiuo metu galiojanti 100 ng/ml ataskaitinė riba pasirinktomis sąlygomis nebuvo viršyta; vis dėlto negalima atmesti galimybės, kad vartojant didesnius pieno kiekius (pvz., 1 l per dieną), kuriame yra meldoniumo likučių, kurių koncentracijos lygis, gali sukelti didesnę nei 100 ng/ml meldonijaus koncentraciją šlapime, taip sukuriant galimybę netyčinio dopingo vartojimui sporte (Guddat et al., 2012).

Tyrimai rodo, kad klomifenas (*lot.* clomiphene), teigiamai veikia gyvūnų vaisingumą ir padidina kiaušinių dėjimo produktyvumą. Klomifenu gydytų vištų dedeklių kiaušiniuose, viename kiaušinyje buvo rasta 20 ug klomifeno, o tokio vieno kiaušinio ar daugiau suvartojimas įtakoti teigiamą dopingo testą (Thevis et al., 2021).

Nors Europos Sąjungoje tokių augimo stimuliatorių naudoti neleidžiama, WADA įrodė, kad kai kurių ne ES šalių ūkininkai naudoja anaboles medžiagas, tokias kaip klenbuterolis. Be to, zeranolis yra patvirtintas naudoti JAV ir Kanadoje. Vartojant tokiose šalyse auginamų galvijų mėsą, kyla netyčinio dopingo vartojimo pavojus (Backhouse, Boardley & Chester, 2017).

Kiti maisto produktai, galintys sukelti netyčinį dopingą, yra produktai, kurių sudėtyje yra kanapių ir marihuanos, gautų iš *Cannabis sativa*, ir aguonos, kuriose gali būti morfino (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Kanapių naudojimas gaminant maistą yra populiarėjanti praktika, apimanti daugybę produktų, tokių kaip naminis maistas (sausainiai, pyragaičiai, makaronai ir t.t.), kanapių aliejus ir kanapių sėklų produktai, arbata ir komerciniai maisto produktai (šokoladas, ledinukai, kramtomoji guma, druska ir pan.). Be to, teigiama, kad kai kurie AAF į tetrahidrokanabinolį gali būti nurijus maisto produktų, kuriuose buvo marihuanos, net nenujaučiant, todėl tai vadinama pasyviu nurijimu (Manonelles



et al., 2020). Mareck et al. (2022) atliko tyrimą su parduodamais kanapių produktais, tiriant 16 kanabinoidų buvimą šlapime, surinktame prieš ir po vartojimo. Buvo pastebėti įvairūs kanabinoidų arba jų metabolitų pėdsakai šlapime. 30 proc. šlapimo mėginių, paimtų praėjus 8 valandoms po nurijimo, draudžiamo kanabinoido buvimas būtų netyčinis antidopingo taisyklių pažeidimas (Mareck et al., 2022). Taigi, valgomų produktų, kurių sudėtyje yra tetrahidrokanabinolio, nurijimas gali sukelti AFF buvimą šlapimo mėginiuose, sportininkas turi atsižvelgti į šią aplinkybę (Manonelles et al., 2020; Mareck et al., 2021).

**Vaistai.** Vaistus vartojantys sportininkai gali netyčia vartoti dopingą, jei produkto sudėtyje yra draudžiamų sudedamųjų dalių, apie kurias jie nežinojo arba kurios buvo draudžiamos (Manonelles et al., 2020). Pavyzdžiui, pastaruoju metu, ypač Italijoje, vis dažniau nustatomas netinkamas klostebolio vartojimas sporte, nes daugėja farmacinių preparatų, kurių sudėtyje yra klostebolio acetato (Trofodermin®), o antidopingo laboratorijos naudoja jautresnius prietaisus. Teigiama, kad dauguma šių atvejų susiję su nesąmoningu vaisto vartojimu arba dėl kontakto su jį vartojančiais giminaičiais ar komandos draugais. Tyrėjai teigia, kad yra sudėtinga nustatyti, koku būdu klostebolis patenka į sportininko organizmą (de la Torre et al., 2020).

Sportininkai gali manyti, kad produktas yra saugus vartoti, jei jį paskyrė sveikatos priežiūros specialistas, arba neteisingai interpretuoti ženklinimą, kai vaistų sudedamųjų dalių sąrašas skiriasi nuo draudžiamųjų medžiagų sąrašo. Be to, tam tikri vaistai (pvz., pseudoefedrinas, salbutamolis) yra draudžiami tik viršijant tam tikrą ribinį lygį. Nors tokios ribos leidžia vartoti vaistus gydymui, kai sportininkas netinkamai vartoja paskirtus vaistus, jis (ji) gali nesąmoningai viršyti ribinį lygį ir rizikuoti teigiamu dopingo testu (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Pavyzdžiui, WADC nustato tam tikrus apribojimus, susijusius su inhaliuojamųjų β2-agonistų skyrimu elitinių sportininkų, sergančių astma, gydymui. Nors WADC leidžiama naudoti įkvepiamus gliukokortikoidus be apribojimų, geriamuosius ir intraveninius gliukokortikoidus vartoti draudžiama, nors egzistuoja mechanizmas, leidžiantis juos skirti ūmios sunkios astmos atveju (Fitch, 2016). Todėl reikalingas patyręs kvėpavimo takų specialistas, išmanantis ne tik gydymą, bet ir galimus netyčinio dopingo vartojimo būdus.

Anot Backhouse, Boardley ir Chester (2017), savigyda ir nereceptinių vaistų vartojimas kelia ypatingą riziką, ypač vaistai, kurių sudėtis skiriasi pagal prekės ženklus ir geografią (pvz., dekongestantai). Tyrimai rodo, kad maždaug 10 proc. nereceptinių vaistų, kuriuos norėjo vartoti elitiniai sportininkai, buvo neleidžiami dėl netyčinio dopingo vartojimo. Šie rezultatai rodo, kad antidopingo žinių turinčio medicinos personalo atliktas išankstinis sportininkų vaistų vartojimo režimo patikrinimas

yra veiksminga netyčinio dopingo vartojimo prevencijos priemonė (Okada, Matsuo, Shimada & Minamino, 2022).

**Maisto papildai.** Daugiausia netyčinio dopingo vartojimo nutinka dėl užterštų maisto papildų. Maisto papildas - tai per burną vartojamas produktas, kurio sudėtyje yra dietinės sudedamosios dalys, skirtos papildyti mitybą. Šios sudedamosios dalys - tai vitaminai, mineralai, augalinės kilmės medžiagos, aminorūgštys ir medžiagos, pavyzdžiui, fermentai, organiniai audiniai, liaukos ir metabolitai. Maisto papildai gali būti ekstraktai arba koncentratai tablečių, kapsulių, gelio kapsulių, želatinos kapsulių, skysčių, miltelių arba batonėlių pavidalu. Jiems netaikomi vaistams ir (arba) farmacijos produktams keliami saugos reikalavimai, todėl gamintojas neprivalo įrodyti produkto veiksmingumo ir saugos, nors jis ir negali reklamuoti, kad tai yra produktai, skirti diagnostikai, gydymui, palengvinimui ar ligų profilaktikai (Manonelles et al., 2020). Europoje ir visame pasaulyje nėra specialaus reguliavimo sporto papildams. Į WADA draudžiamų medžiagų sąrašą dabartiniuose teisės aktuose neatsižvelgiama. Todėl išlaikyti gerą sveikatą vartojant reikiamas maistines medžiagas, koreguoti maistinių medžiagų trūkumą arba palaikyti imuninę sistemą yra tikras iššūkis (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a).

Tikėtina, kad maisto papildų vartojimo galimybė sukelti dopingo pažeidimus turėtų kelti susirūpinimą visiems, susijusiems su sportininkų mityba (Outram & Stewart, 2015). Lauritzen (2022) teigimu, nuo 40 iki 100 proc. sportininkų vartoja maisto papildus, priklausomai nuo šalies, sporto rūšies, sportininko lygio ir papildų apibrėžimo. Sportininkai papildus vartoja dėl daugybės priežasčių, pavyzdžiui, norėdami patenkinti pagrindinius mitybos poreikius, valdyti mitybos trūkumus, pagerinti ir (arba) palaikyti sveikatą ir pagerinti fizinį pajėgumą (Lauritzen, 2022). Manoma, kad papildus vartoja 40-70 proc. sportininkų, o 10-15 proc. papildų sudėtyje gali būti draudžiamų medžiagų. Tokie duomenys rodo, kad yra didelė atsitiktinio ar netyčinio dopingo vartojimo vartojant papildus rizika (Outram & Stewart, 2015). Pastarųjų metų tyrimais nustatyta, kad daugelyje papildų yra nedeklaruotų junginių, pavyzdžiui, prohormonų arba anabolinių androgeninių steroidų (AAS), tokių kaip stanozololis, metandienonas, boldenonas ir oksandrolonas (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a). Pasak Manonelles et al.(2020), anaboliniais androgeniniais steroidais užterštų maisto papildų yra nuo 11,6 proc. iki 25,8 proc. Nemažai teigiamų dopingo testų buvo priskirti papildu, užteršto draudžiamomis medžiagomis, vartojimui, o galima papildu vartojimo rizika patvirtinama tyrimais, įrodančiais, kad maisto papilduose yra draudžiamų medžiagų (pvz., anabolinių steroidų, stimuliatorių; Geyer, Schänzer & Thevis, 2014; Martínez -Sanz et al., 2017). Duiven, van Loon, Spruijt, Koert & de Hon (2021) atlikto tyrimo metu buvo nustatyta, kad 38 proc. iš 66 išbandytų didelės rizikos sporto papildų (kurie teigiama, kad jie intensyviai treniruotes, skatina raumenų augimą ir riebalų mažėjimą) turėjo dopingo medžiagų.

Taip pat nustatyta, kad 4,5 proc. tirtų produktų dopingo medžiagų koncentracija galėjo turėti ūmų neigiamą poveikį sveikatai ir sukelti teigiamo dopingo testo rezultatą (Duiven et al., 2021).

Lauritzen (2022) tyrime buvo nagrinėjama 18 metų trukusi nacionalinės antidopingo programos dopingo kontrolė, siekiant nustatyti ryšį tarp draudžiamų medžiagų buvimo sportininkų dopingo mėginiuose ir maisto papildų vartojimo. 26 procentais antidopingo taisyklių pažeidimo atvejų 2003–2020 m. sportininkas teigė, kad maisto papildas buvo draudžiamos medžiagos šaltinis. Stimulatoriai buvo labiausiai paplitusi medžiagų grupė, susijusi su papildais, iš kurių dažniausias buvo metileksanaminas. Didelės rizikos produktai daugiausia buvo kelių ingredientų papildai prieš treniruotę ir riebalus deginantys produktai (Lauritzen, 2022).

Todėl autorių manymu, problema dėl nedeklaruotų dopingo medžiagų buvimo sporto papilduose per pastaruosius dešimtmečius nesumažėjo (Duiven et al., 2021; Lauritzen, 2022).

Žolelių papildai kelia papildomą pavojų, nes jų sudedamosios dalys ne visada yra visiškai apibūdintos (Zaksaite, 2022). Per pastaruosius 10 metų sportininkai vaistažolių papildus vartoja dažniau (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022b). Žolelių preparatai paprastai laikomi saugiais dėl mažiausio šalutinio poveikio, tačiau juose gali būti medžiagų, kurios yra draudžiamos profesionaliai sportuojant. Sportininkai dažnai vartoja šiuos preparatus gydymo tikslais, neatsižvelgdami į netyčinio dopingo vartojimo riziką (Chakraborty, Sarika, Dubey & Sandhu, 2017). Žoliniai maisto papildai apima sėklų, šaknų, lapų, uogų ar sveikų augalų ekstraktus. Šiuose ekstraktuose paprastai yra daug fitocheminių medžiagų, tokių kaip polifenoliai, karotenoidai, alkaloidai, flavonoidai, glikozidai, saponinai, lignanai ir kt., kurie gali pagerinti sportininkų rezultatus arba atsigauti (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022b).

Chakraborty et al. (2017) atliko tyrimą, kuriame tirti 102 paženklininti ir 16 neženklintų augalinių ajurvedinių preparatų, naudojamų skirtingoms terapinėms indikacijoms. 16 parodė strichnino buvimą. Tačiau iš šių 16 augalinių preparatų tik keturiuose preparatuose buvo nurodyta, kad etiketėje yra strichnino. Strichninas yra stimulatorius, kurį WADA draudžia varžybų metu. Iš šešiolikos nepažymėtų preparatų dviejuose buvo nikotino. Tyrimas rodo, kad paženklinčiuose/nežymėtuose augaliniuose preparatuose gali būti nedeklaruotų WADA draudžiamų medžiagų (Chakraborty et al., 2017).

Šiuo metu aktuali medžiaga higenaminas yra natūrali kelių augalų sudedamoji dalis (Duiven et al., 2021). Jo galima aptikti skirtinguose augaluose ir daugelyje natūralios kilmės maisto papildų. Higenaminas yra geras farmakologiškai aktyvaus junginio, įtraukto į WADA draudžiamų sąrašą, pavyzdys. Jo yra ir daugelyje žmonijos ilgą laiką naudojamų augalų ekstraktų bei maisto papildų. Daugumos komercinių produktų ženklėjimas yra neaiškus dėl higenamino kiekio konkrečiame augale ar ekstrakto. Kiti higenamino pavadinimai – *Nelumbo nucifera*, *Nandina domestica*, *Tinospora crispa*,

Aconitum spp., Aristolochia brasiliensis, Asarum sieboldii, Asarum heterotropoides ir Gnetum parvifolium; preparatai šiais pavadinimais naudojami įvairioms alerginėms ligoms, reumatui, astmai, diabetui, hipertenzijai ir kt. Profesionalūs sportininkai greičiausiai vartoja šiuos augalus nežinodami, kad juose yra higenamino; šios žolelės yra naudojamos ne tik liaudies medicinoje, bet ir įvairių ligų gydymui bei įvairiems maisto produktams/maisto papildams (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022b). Zaksaitė (2022) pateikia Adomavičiūtės atvejį. Sportininkė tapo pasaulio čempione moterų dviviečiame irklavime ir 2018 m. iškovojo minėtą titulą. Išanalizavusi šlapimo mėginį, NADO gavo AAF. 2020 m. rugsėjo 15 d. NADO informavo sportininkę apie mėginyje rastą medžiagą ir įtarimą antidopingo taisyklių pažeidimu. Remiantis WADA 2020 m. draudžiamųjų medžiagų sąrašu, Adomavičiūtės mėginyje rasta medžiaga higenaminas (S3) yra specifinė medžiaga, draudžiama tiek varžybose, tiek ne varžybų metu. Sportininkė kartu su įvairiais biochemikais maždaug tris mėnesius bandė ne tik išsiaiškinti tikslią higenamino koncentraciją šlapime, bet ir nustatyti, kur ir ką valgė bei kokias kūno priežiūros priemones naudojo. Higenaminas yra tokia apgaulinga medžiaga, kuri gali atsirasti praktiškai bet kur. Kadangi naujausi moksliniai tyrimai konkrečiai nurodo higenaminą kaip netyčinio dopingo vartojimo šaltinį, o 2020 m. WADA ataskaitoje antidopingo testų duomenys rodo, kad higenamino vartojimas didėja ir kad higenaminas užėmė antrąją vietą kaip beta-2 agonistas, atsižvelgiant į šiuos aspektus, naujausiose rekomendacijose raginama į sportinio ugdymo programas įtraukti kursą apie visus augalus, kuriuose yra higenamino (Zaksaitė, 2022).

Užteršimas gali atsirasti dėl nekokybiškos papildų gamybos, dėl kurių produktai gali būti kryžmiškai užteršti draudžiama medžiaga; tai gali įvykti gaminant patį priedą arba jų žaliavas. Sąžiningesnė praktika taip pat gali sukelti papildų užteršimą, kai sąmoningai klastojama, siekiant padidinti produkto veiksmingumą, kartu vengiant laikytis griežtų vaistų (pvz., metileksanamino) naudojimo taisyklių (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Manonelles et al.(2020) pastebi, kad kai kuriuose papilduose pelargonijos šaknų ekstraktas arba pelargonijų aliejus minimas kaip tariamas natūralus metileksanamino šaltinis. Tačiau buvo įrodyta, kad metileksanaminas nėra natūralus pelargonijų aliejaus ingredientas, o tai reiškia, kad turi būti pridėta sintetinio metileksanamino. Nepaisant įspėjimų, daugelis elito sportininkų patyrė neigiamą poveikį varžybose (Manonelles et al., 2020).

Atsižvelgiant į kylančius pavojus dėl maisto papildų vartojimo, Van der Merwe ir Grobbelaar (2004) pažymi, kad:

1. Sporto papildai nėra saugesni už vitaminus ir mineralus.
2. Papildai, parduodami kaip „natūralūs“, nebūtinai yra tinkami. Net žoliniai preparatai gali turėti šalutinį poveikį.

3. Nėra galimybės tiksliai rekomenduoti, kad vienas konkretus prekės ženklas yra saugesnis už kitą.
4. Net ir nedidelis teršalo kiekis (pvz., 0,02 % nandrolono papildu sudėtyje) gali sukelti teigiamą testo rezultatą.
5. Produktai dažnai reklamuojami pateikiant klaidingus teiginius.

**Pasyvus kanabinoidų įkvėpimas.** Remiantis WADA nuostatomis, visi natūralūs ir sintetiniai kanabinoidai yra draudžiami varžybų metu, su aiškia kanabidiolio išimtimi (Mareck et al., 2022). Pasyvus šių medžiagų įkvėpimas būtų atsitiktinė dopingo vartojimo forma, kurios nuo 2013 m. reikėtų vengti nustatant 150 ng/ml THC aptikimo ribą (Manonelles et al., 2020). Visi kanabinoidai nurodomi kaip AAF, kai jie identifikuojami, išskyrus CBD, kuris nuo 2018 m. buvo aiškiai nebeįtrauktas į WADA draudžiamųjų sąrašę esančių kanabinoidų klasę. Mareck et al., (2021) tyrime buvo analizuojami CBD vartotojų šlapimo mėginiai, taip pat mėginiai, gauti iš CBD vartojimo tyrimų, atliktų su 15 komerciškai prieinamų CBD produktų. Šlapimo mėginiuose buvo pastebėti kintami kanabinoidų arba jų metabolitų modeliai, ypač kai buvo vartojami viso spektro CBD produktai. Taigi, CBD produktų vartojimas ir pasyvus įkvėpimas gali sukelti AFF buvimą šlapimo mėginiuose, sportininkas turi atsižvelgti į šią aplinkybę (Mareck et al., 2021). Tačiau pasyvus įkvėpimas, kai kurių autorių manymu, neatrodo patikimas teigiamo testo paaiškinimas (Huestis, Mazzoni & Rabin, 2011).

**Kiti šaltiniai.** Anot Backhouse, Boardley ir Chester (2017), sabotžas (pvz., maitinimo buteliukų užteršimas) ir draudžiamų narkotikų vartojimas bendrai rūkant arba tiesioginio intymaus kontakto metu, t. y. bučiuojant asmenis, neseniai vartojusius rekreacinius narkotikus ar tam tikrus vaistus, taip pat kelia riziką. Kitas galimas atvejis yra teigiamas dopingo testas, atsiradęs sportininkui dėl lytinių santykių su moterimi, vartojusia intravaginalinį vaistą, kurio sudėtyje yra klostebolio (Manonelles et al., 2020). Backhouse, Boardley ir Chester (2017) atkreipia dėmesį, kad esama sportininkų, pasiryžusių padaryti bet ką, kad pasiektų savo tikslus - pasitaikė atvejų, kai sportininkas arba sportininko aplinka varžovui duodavo draudžiamų medžiagų jam nepranešęs. Pavyzdžiui, Marselio „Olympique de Marseille“ narys Marko Fratania (Marc Fratani) į butelius, kuriuos gėrė „Paris Saint Germain“ žaidėjai, suleisdo haloperidolio (Manonelles et al., 2020). Netyčinis dopingo vartojimas gali pasitaikyti ir vartojant kosmetines priemones su draudžiamomis medžiagomis (Figueiredo, Silva, Trindade & Rose, 2011).

*Apibendrinant galima teigti, kad netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai: vaistų vartojimas; užteršti maisto papildai; užterštas maistas ir gėrimai; pasyvus kanabinoidų įkvėpimas; kiti šaltiniai (varžovų veiksmai, seksualiniai santykiai, bučiniai, kosmetinių priemonių naudojimas ir pan.). Kiekvienas iš šių šaltinių susijęs su netyčinio dopingo vartojimo specifine rizika.*



## 2. NETYČINIO DOPINGO VARTOJIMO PREVENCIJA: TEORINĖ APŽVALGA

Kaip pastebi Judkins ir Prock (2012), internetu ir mažmeninėje prekyboje parduodamų maisto papildų tyrimai patvirtina, kad daugelis jų yra užteršti steroidais ir stimulatoriais, kuriuos draudžiama naudoti elitiniame sporte. Siūlymai spręsti šią problemą, be kita ko, apima ir siūlymus visiškai vengti visų papildų. Tačiau toks požiūris atrodo nerealus, kadangi daugelis sportininkų maisto papildus vartoja dėl visai kitų priežasčių (Judkins & Prock, 2012). Be to, moksliniai tyrimai taip pat įrodo tam tikrų maisto produktų naudą. Atitinkamai, daugelyje sporto šakų papildų vartojimas ir toliau bus įprasta praktika. Tačiau išlieka esminis – netyčinio dopingo vartojimo prevencijos – aspektas.

Analizuojant mokslinius šaltinius, galima pastebėti, kad netyčinio dopingo prevencija yra aktuali bei turėtų būti vykdoma kompleksiskai – šviečiant sportininką (Guddat et al., 2012; Geyer, Schänzer & Thevis, 2014; Chan et al., 2020) ir jo aplinką, t. y. trenerius ir kitus specialistus, dalyvaujančius sportininko rengime (Merwe & Grobbelaar, 2004; Backhouse, Boardley & Chester, 2017; Chan et al., 2020), antidopingo organizacijoms imantis aktyvių prevencinių veiksmų (Martínez-Sanz et al., 2017; Lauritzen, 2022), galimus draudžiamų medžiagų ženklinimo pokyčius (Judkins & Prock, 2012; Chan et al., 2016; Martínez-Sanz et al., 2017). Geyer, Schänzer ir Thevis (2014) teigimu, antidopingo tyrimai turėtų ne tik būti sutelkti į metodų, kaip sugauti sukčiaujančią sportininką, bet ir apsaugoti „švarų“ sportininką. Prevencijos strategija, anot autorių, susideda iš šių žingsnių: tolesni tyrimai kilus pagrįstiems įtarimams dėl netyčinio dopingo vartojimo; rezultatų paskelbimas; sportininkų švietimas; metodų, kaip atskirti tyčinį ir netyčinį dopingo vartojimą, sukūrimas.

**Sportininkų švietimas.** Siekdami išvengti netyčinio dopingo vartojimo atvejų, sportininkai turėtų vengti vartoti maisto papildus, kurių reklamoje pateikiami kraštutiniai teiginiai apie raumenų augimą, jėgos didėjimą ir riebalų nykimą. Atrodo, kad geriausia strategija šiai problemai įveikti yra tinkamas sportininkų švietimas (Geyer, Schänzer & Thevis, 2014). Pasak Chan et al. (2020), sportininkui norint išvengti draudžiamų veiksmingumą gerinančių medžiagų maisto produktuose ir gėrimuose, būtina imtis tam tikrų pagrindinių veiksmų, pavyzdžiui, ieškoti patikimos informacijos apie dopingą ir tikrinti sudedamųjų dalių sąrašą. Įsitraukimą į šį elgesį taip pat numatė daugybė psichologinių kintamųjų, tokių kaip motyvacija, socialiniai pažinimo veiksniai, abiejų derinys ir savikontrolė (Chan et al., 2020). Todėl į šiuos psichologinius veiksnius reikėtų atsižvelgti kuriant strategijas, kurios palengvintų sportininkų elgesio įsisavinimą ir išlaikymą, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo. Kita vertus, teigiama, kad sportininkai prieš pirkdami bet kokius maisto papildus turėtų pasiklausti profesionalų nuomonės ar patarimų. Tačiau atkreipiamas dėmesys, kad kitų asmenų patarimai dėl maisto papildų vartojimo visiškai neapsaugo sportininkų nuo netyčinio dopingo vartojimo, nes gali būti, kad pirmieji neturi pakankamai

žinių ar gerų ketinimų padėti sportininkams išvengti draudžiamų medžiagų. Norint išvengti netyčinio dopingo vartojimo, labai svarbu, kad patys sportininkai žinotų apie riziką, susijusią su netyčiniu draudžiamų medžiagų vartojimu (Chan et al., 2017). Taip yra todėl, kad esama nemažo kiekio atvejų, kai sportininkams gydytojai ar vaistininkai patarė vartoti tam tikrus vaistus nuo tikrų negalavimų. Be to, kai kurie sportininkai labai pasitiki trenerių ir pagalbinio personalo patarimais (Star, 2022). Atitinkamai, papildomos žinios taip pat gali padėti sportininkams kritiškai analizuoti informaciją apie dopingą / medžiagas ir diskutuoti ar apmąstyti esamas antidopingo problemas, kurias pateikia kiti sporto darbuotojai, bendraamžiai ar net sporto agentūros (Johnson, Butryn & Masucci, 2013). Be to, kruopštus maisto papildų pasirinkimas yra svarbi prevencijos priemonė. Sportininkai ir jų komandos turi rinkti informaciją apie maisto papildus ir patikrinti, ar išvardyti junginiai nėra įtraukti į WADA draudžiamų sąrašą (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022a).

Svarbus yra ir sportininko amžius. Gatterer et al. (2020) teigimu, prevencinės programos yra veiksmingiausios, kai jos yra skirtos vaikams ir paaugliams, nes būtent šiais gyvenimo tarpsniais formuojasi požiūris ir vertybės. Manoma, kad internetinis antidopingo mokymas yra ekonomišką būdas netyčinio dopingo vartojimo prevencijai. Nicholls ir kt. (2020) pristatė iPlayClean antidopingo programą, sukurtą specialiai ugdyti aukšto lygio paauglius. Ši programa yra sudaryta iš 10 modulių šiomis temomis: įvadas į dopingą; tikslai, motyvacija, dopingo mitai, sąžiningas žaidimas, atsispyrimas pagundoms, teisingų sprendimų priėmimas, narkotikų testavimas ir sveikata, maisto papildai ir susidorojimo strategijos. Taip pat šioje programoje yra specialios tėvų bei trenerių sesijos, kurios moko, kaip maksimizuoti sportininkų psichologinę aplinką ir kaip suteikti socialinę paramą. Tyrimo rezultatai parodė, kad iPlayClean programa sumažino palankų požiūrį į dopingą visais pristatymo būdais iškart po intervencijos ir šis poveikis išliko po 8 savaičių. Tačiau šių išvadų negalima pritaikyti visoms amžiaus grupėms, nes tyrimas buvo padarytas su sportininkais, kurių amžius vidurkis buvo 16 metų (Nicholls ir kt., 2020). Todėl teigiama, kad svarbu, jog prevencinės programos būtų pritaikytos konkrečioms tikslinėms grupėms, atskirai paaugliams ir suaugusiems sportininkams bei treneriams (Gatterer et al., 2020). Kita vertus, Sipavičiūtė, Šukys ir Dumčienė (2020), apžvelgę mokslinius tyrimus, skirtus švietimo apie dopingą programoms, nustatė, kad švietimo programų turinyje dažniausiai dominuoja žinios apie dopingo poveikį sveikatai ir daug mažiau - moraliniai ir etiniai aspektai. Tyrimais paprastai siekiama išsiaiškinti, kiek padidėjo tiriamųjų žinios po antidopingo švietimo programos intervencijos, palyginti su kontroline grupe, kuri nedalyvavo programoje. Be to, retai ieškoma metodų ir priemonių, kaip pakeisti sportininkų požiūrį į draudžiamų preparatų vartojimą ir jų ketinimus vartoti tokius preparatus ateityje. Nors dauguma dopingo vartojimo prevencijos ir švietimo programų daugiausia dėmesio skiria sveikatos



ugdymui ir informacinių žinių apie dopingą suteikimui, kurios galėtų pakeisti sportininkų požiūrį į dopingą ir sumažinti jų ketinimus vartoti dopingą, tačiau jos dvigubai menkiau vertina faktinį elgesį.

Kitas svarbus aspektas yra tas, kad sportininkas taip pat turėtų atkreipti dėmesį į tai, kokios šalies sporto renginiuose dalyvauja. Pavyzdžiui, Guddat et al. (2012) atliktas tyrimas parodė, kad maisto užterštumas klenbuteroliu yra rimta problema Kinijoje ir Meksikoje, nepaisant oficialaus uždraudimo naudoti jį gyvuliams. Taigi sportininkai, besilankantys šiose vietose, rizikuoja vartodami klenbuterolį su maistu įkliūti vartodami dopingą, nors ir netyčiniu būdu (Guddat et al., 2012). Šį aspektą mini ir Chan et al. (2020). Teigiama, kad šiuolaikiniai elitiniai sportininkai nemažai laiko praleidžia keliaudami ir lankydami užsienio šalyse, kur gali vartoti nepažįstamus maisto produktus, neturinčius etikečių ar ingredientų aprašymų. Be to, net jei įtraukta į sąrašą, sudedamųjų dalių sąrašė esantys draudžiamų našumą gerinančių medžiagų pavadinimai gali atrodyti kitaip, palyginti su aprašymais, kuriuos sportininkas gali žinoti (pvz., Ephedra Sinica kai kuriose šalyse pažymėta kaip Ma Huang). Todėl šie aspektai gali dar labiau padidinti netyčinio dopingo vartojimo riziką (Chan et al., 2020). Visgi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo kitose šalyse, Backhouse, Boardley ir Chester (2017) rekomenduoja, kad būdami užsienyje sportininkai turėtų valgyti renginių organizatorių patvirtintuose restoranuose. Jei tai neįmanoma, sportininkai turėtų rinktis maistą iš geros reputacijos maisto šaltinio, nevalgyti kepenų ar iš jų pagamintų produktų ir vengti neįprastų ar egzotiškų mėsos produktų (Backhouse, Boardley & Chester, 2017).

Visgi darbo autorė mano, kad lankantis kitose šalyse visiškai išvengti galimai netinkamų maisto produktų bei gėrimų vartojimo yra sudėtinga, o kartais galbūt ir neįmanoma, todėl šiuo atveju reikalingi metodai, leidžiantys atskirti sportininkų netyčinį dopingo vartojimą nuo sukčiavimo. Šių prevencinių priemonių turi imtis antidopingo organizacijos.

**Sporto personalo švietimas.** Pagal tarptautines taisykles sportininkai lieka atsakingi už tai, kas yra jų kūno skysčiuose, nepriklausomai nuo kilmės. Tai neabejotinai kelia etikos klausimų sporto profesionalams, kurie pataria sportininkams vartoti šias medžiagas, žinant, kad jei sportininkų dopingo testas dėl draudžiamų medžiagų yra teigiamas, jie gali būti netinkami varžytis ir taip sužlugdyti savo karjerą (Merwe & Grobbelaar, 2004). Backhouse, Boardley ir Chester (2017) teigimu, pasekmės sportininkams, kurie dopingą vartoja netyčia, gali būti ženklios (t. y. 2 metų sankcija), tačiau netyčinis dopingo vartojimas yra daugelio galimų priežastinių mechanizmų neatidumo rezultatas. Gebėjimų, galimybių ir motyvacijos elgesio modelis (*angl.* The capability, opportunity and motivation model) suteikia treneriui ar kitam sporto specialistui pirmenybę teikti budrumui dėl pagrindinių netyčinio dopingo vartojimo mechanizmų ir savo ruožtu sumažinti riziką. Todėl šiuo modeliu siekiama: 1) didinti

sportininko informuotumą šiuo klausimu; 2) nustatyti įvairius netyčinio dopingo vartojimo atsiradimo būdus; ir 3) sukurti sistemą, kuri sumažintų netyčinio dopingo vartojimo atsiradimo tikimybę. Modelis pateikiamas 1 lentelėje.

1 lentelė. Gebėjimai, galimybių ir motyvacijos elgesio modelio taikymas, siekiant sumažinti netyčinio dopingo vartojimo riziką (Backhouse, Boardley & Chester, 2017)

<b>GEBĖJIMAS</b> <i>Psichologinis ir fizinis pajėgumas sumažinti netyčinio dopingo vartojimo riziką</i>	<b>GALIMYBĖ</b> <i>Veiksniai, esantys už individo ribų, kurie daro elgesį įmanomą arba skatina jį atlikti</i>	<b>MOTYVACIJA</b> <i>Smegenų procesai, kurie suteikia energijos ir nukreipia elgesį</i>
<p><b>Psichologiniai gebėjimai</b> Savo pareigų žinojimas bei žinojimas ko gali ir ko negali imtis sportininkai. Veiksmai:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• WADA atnaujinimų užsisakymas</li> <li>• Antidopingo (UKAD) patarėjo mokymai</li> <li>• BASES elgesio kodekso ir apsaugos bei gerovės politikos laikymasis</li> <li>• Sportininkų maisto papildų vartojimo ginčijimas (Ar reikia vartoti tą papildą? Kokie yra efektyvumo įrodymai?)</li> </ul>	<p><b>Fizinės galimybės</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prieigos kvalifikuotiems ir akredituotiems specialistams suteikimas</li> <li>• Sporto ir pratimų mitybos registro papildymo sprendimų priėmimo proceso stebėjimas</li> <li>• Sportininkų skatinimas savo dopingo mėginių ėmimo formoje atskleisti savo papildų ir nereceptinių vaistų vartojimą</li> <li>• Būdami užsienyje sportininkai turėtų valgyti renginių organizatorių patvirtintuose restoranuose. Jei tai neįmanoma, sportininkai turėtų rinktis maistą iš geros reputacijos maisto šaltinio, nevalgyti kepenų ar iš jų pagamintų produktų ir vengti neįprastų ar egzotiškų mėsos produktų (CF).</li> <li>• Bet kokių vaistų draudžiamą būsenos patikrinimas per internetinę vaistų nuorodų duomenų bazę Global DRO.</li> </ul>	<p><b>Refleksyvi motyvacija</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sporto lyderiai turi aktyviai skatinti, teikti pirmenybę ir stiprinti sportininkų gerovės ir švaraus sporto svarbą.</li> <li>• Grįžtamojo ryšio sportininkams suteikimas ir stebėseną.</li> <li>• Kolektyvinės atsakomybės už švarų sportą ir savarankiško veiksmingumo ugdymas, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo.</li> <li>• Daugybės antidopingo taisyklių pažeidimo pasekmių pabrėžimas.</li> </ul>
<p><b>Fiziniai gebėjimai</b> Prireikus sportininkai turėtų įsigyti vaistų savo šalyje ir pasiimti juos į užsienį. Jei sportininkas užsienyje suserga, jis turėtų „pasakyti“ medicinos specialistui, kad yra WADC privalantis laikytis sportininkas tam, kad medicinos specialistas galėtų „patikrinti“ vaistų statusą ir atitinkamai patarti sportininkui.</p>	<p><b>Socialinės galimybės</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Svarbos naudoti kokybiškus, serijiniu būdu patikrintus papildus skatinimas. Partijų numerių tikrinimas ir nepasiklojimas vien logotipais.</li> <li>• Sportininkų skatinimas nenaudoti produktų, skatinančių ekstremalų raumenų augimą, stiprumą ar riebalų mažėjimą.</li> <li>• Pasisakymo prieš dopingą sporte skatinimas ir gerbimas tai darančius. Taip pašalinama diskusijų apie dopingo vartojimą sporte stigma.</li> <li>• Bendraamžių ir sportininkų skatinimas nuolat tikrinti, ar intervencija arba gyvenimo būdo pasirinkimas atitinka sporto taisykles.</li> </ul>	<p><b>Automatinė motyvacija</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treniruočių ir varžybų aplinkoje rodomi pranešimai ir užuominos, skatinančios teigiamą švaraus sporto įvaizdį ir strategijas, kaip sumažinti netyčinio dopingo riziką.</li> <li>• Švaraus sporto veiksmų plano įtraukimas į veiklą, siekiant palaikyti įprasto riziką mažinančio elgesio vystymąsi.</li> <li>• Nuolatinis netyčinio dopingo vartojimo rizikos mažinimo tvarkos stiprinimas kartu su savo sportininkais.</li> </ul>

Kaip matyti pagal pateiktą lentelę, sportininko rengime dalyvaujantiems asmenims, o labiausiai treneriams, pateikiamos gana išsamios rekomendacijos kaip išvengti netyčinio dopingo vartojimo, apimančios draudžiamų medžiagų išmanymą, jų tikrinimą duomenų bazėse, sportininko informavimą, atsargų papildų vartojimo skatinimą, tik kokybiškų ir patikrintų papildų vartojimą, švaraus sporto įvaizdžio palaikymą ir propagavimą, atsakomybės ugdymą ir kt. Chan et al. (2020) treneriams rekomenduoja skatinti teigiamus sportininkų įsitikinimus (pvz., apie antidopingo elgesio privalumus ir lengvumą) ir neigiamus įsitikinimus (pvz., apie galimą riziką ir kliūtis, tokias kaip laiko sąnaudos ir stigmos baimė), susijusius su netyčinio dopingo vartojimo vengimu. Be to, svarbu stebėti ar mokyti sportininkų psichologinius savireguliacijos gebėjimų ir skatinti įsitraukimą į antidopingo elgesį bei jo tęstinumą (Chan et al., 2020). Tačiau reikalinga atkreipti dėmesį, sporto profesionalai bei medicinos specialistai nebūtinai turi pakankamai žinių apie draudžiamas medžiagas. Golshanraz, Same-Siahkalroodi ir Poor-Kazemi (2013) tyrime nustatyta, kad 42,3 proc. trenerių žinios apie maisto papildus buvo geros, 51,2 proc. - geros, o 6,5 proc. – blogos. 74,6 proc. trenerių manė, kad turi mažai žinių, o 83,7 proc. norėjo daugiau sužinoti apie maisto papildų poveikį bendrai sveikatai, rezultatus gerinančias savybes ir galimą neigiamą šalutinį poveikį. 68,3 proc. teigė, kad papildai yra neišvengiama varžybų sporto dalis. Atskleista, kad 19 proc. trenerių patyrė netyčinio dopingo vartojimo atvejų dėl papildų užteršimo draudžiamomis medžiagomis (Golshanraz, Same-Siahkalroodi & Poor-Kazemi, 2013). Voravuth et al. (2022) atliktame tyrime dalyvavo 426 bendruomenės vaistininkai. Nustatyta, kad respondentai turėjo vidutinio lygio su dopingu susijusių žinių. Dauguma respondentų pripažino, kad anaboliniai steroidai, stimulatoriai ir augimą skatinantys preparatai yra draudžiamos medžiagos. Apie 65,9 proc. nežinojo, kad netyčinis dopingo vartojimas taip pat laikomas dopingo pažeidimu. Dauguma jų (90 proc.) taip pat prastai išmanė dopingo vartojimo aspektus (Voravuth et al., 2022). Todėl norintys rengti trenerių mokymo programas apie antidopingą, turėtų apsvarstyti galimybę įtraukti elementus, skirtus specialiai trenerių gebėjimams ugdyti veiksmingai kovoti su sportininkais dopingo klausimais, įtraukti medžiagą, susijusią su tyčiniu ir netyčiniu dopingo vartojimu (Boardley et al., 2019).

Apskritai, atrodo, kad treneriai antidopingo švietimą gauna tik fragmentiškai, nes pirmenybė teikiama elito sportininkų rengimui ir teigiamo dopingo testo vengimui. Suomijoje buvo atliktas tyrimas, kuriame buvo ištirta 70 Suomijos sporto organizacijų ir jų antidopingo programos buvo suskirstytos į besivystančias (0-36 balai) ir aukščiausio lygio (46-64 balai). Remiantis tyrimo vertinimo rezultatais, tik 23 nacionalinės sporto federacijos vykdo aukščiausio lygio antidopingo veiklą (Fincis, 2019).

**Antidopingo organizacijų vaidmuo.** Lietuvos sporte vadovaujamosi tam tikrais principais, iš kurių antidopingo principas reiškia, kad, „siekiant apsaugoti sportininkų ir kitų asmenų, savo sveikatą stiprinančių fiziniu aktyvumu, sveikatą bei užtikrinti sąžiningą varžymąsi sporte, valstybės, savivaldybių institucijos ir įstaigos bei sporto srityje veikiančios nevyriausybinės organizacijos imasi kovos su antidopingo taisyklių pažeidimais, įtvirtintais Tarptautinėje konvencijoje prieš dopingo vartojimą sporte, priemonių“ (Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 pakeitimo įstatymas, 2018).

Dešimtajame dešimtmetyje keli dopingo incidentai padarė spaudimą Tarptautiniam olimpiniam komitetui (TOK) ir tai paskatino pakeisti antidopingo veiklos organizavimą. Per tą laiką išryškėjo keli skirtumai: tarptautinės ir nacionalinės sporto federacijos ir antidopingo organizacijos taikė skirtingas taisykles taip pat trūko mokslinių tyrimų politikos koordinavimo ir mažai buvo padaryta siekiant pažangos antidopingo veiklai tarptautiniu lygiu. Dėl šių pagrindinių priežasčių, 1999 m. buvo įkurta Pasaulinė antidopingo agentūra (WADA). Vienas pagrindinių Pasaulio antidopingo agentūros (WADA) tikslų buvo suderinti antidopingo pastangas, įskaitant antidopingo švietimą bei vadovauti koordinuotam judėjimui be dopingo. Įsteigiant šią organizaciją buvo tikimasi, jog įvairiapusis požiūris į dopingo prevenciją gali atlikti pagrindinį vaidmenį užkertant kelią tyčiniam ir netyčiniam dopingo vartojimui (Gatterer ir kt., 2020).

Antidopingo organizacijų tikslas yra sukurti patikimą informacijos šaltinį, kuriame sportininkas galėtų pasitikrinti vartojamo papildomo saugumą. WADA, viena iš pagrindinių institucijų, užsiimančių sportininkų dopingo nustatymu ir prevencija, nustatė griežtos atsakomybės politiką, kurioje teigiama, kad už netyčinį dopingo vartojimą atsako sportininkas. Siekdama išvengti tokios situacijos, WADA internete skelbia jos akredituotų laboratorijų ištyrų papildų naujienas ir neigiamas išvadas. Kiti subjektai, pavyzdžiui, Sporto arbitražo teismas (TAS), informuoja sportininkus apie užregistruotus dopingo atvejus ir teikia informaciją apie galimą draudžiamos medžiagos šaltinį (Martínez-Sanz et al., 2017). 2019 m. lapkričio 7 d. pasaulinėje dopingo konferencijoje buvo priimtas ir patvirtintas Tarptautinis švietimo standartas, kurį sukūrė WADA konsultuojantis su WADA kodeksą pasirašiusiomis šalimis, valdžios institucijomis ir kitomis suinteresuotosiomis šalimis. Šis standartas įsigalioja nuo 2021 m. sausio 1 d. Remiantis Tarptautiniu švietimo standartu (2021), 7.2.2 punktas teigia, jog kiekviena nacionalinė antidopingo organizacija parengia švietimo programą jai pavaldžių asmenų ir jų mokymo grupėje. Nacionalinės antidopingo organizacijos turi dokumentuoti švietimo planą, kad parodytų, kaip bus įgyvendinama ir stebima jų švietimo programa. Nacionalinės antidopingo organizacijos kasmet turi vertinti savo švietimo planą. WADA siūlo tik kai kurias bendras gaires, o tikrasis dopingo prevencijos

būdas paliekamas nacionalinėms antidopingo agentūroms, o tai gali sąlygoti didelius antidopingo programų skirtumus, priklausomai nuo šalies ir asmenų atsakingų už priemonių įgyvendinimą. Panašiai teigia ir Gatterer et al. (2020). Jų manymu, WADA turėtų pateikti geriausios praktikos pavyzdžius, kad vertybėmis grįsto švietimo apibrėžimas taptų skaidresnis, taip nacionalinės antidopingo agentūros galėtų įgyvendinti įvairiapuses prevencijos strategijas, pagrįstas jų šalių ypatumais (Gatterer ir kt., 2020).

Nacionalinės antidopingo organizacijos (NADOs) yra antidopingo judėjimo pagrindas, kuris atlieka didžiąją dalį antidopingo darbo visame pasaulyje. NADOs gina sportininkų teisę į švarų sportą savo šalyse ir teritorijose bei užsienyje. NADOs pagrindinės funkcijos:

- Užkirsti kelią dopingo vartojimui.
- Atgrasyti nuo dopingo vartojimo.
- Nustatyti dopingo vartojimo atvejus.

Siekiant sporto be dopingo ir švarių sportininkų apsaugos, NADOs tikslas ugdyti ir formuoti sportininkus, jų tėvus ir trenerius bei kitą pagalbinį personalą. Nacionalinės dopingo organizacijos konsultuoja vyriausybes ir administruoja nacionalines taisykles prieš dopingą sporte. NADOs bendradarbiauja su sportininkais ir sportininkų pagalbinais darbuotojais, tarpusavyje, su valdžios institucijomis, su regioninėmis antidopingo organizacijomis ir su nacionalinėmis bei tarptautinėmis sporto organizacijomis (NADOs and the Anti-Doping Community, 2020). Lietuvos antidopingo agentūra nuo 2014 m. taip pat yra priskiriama Nacionalinei antidopingo organizacijai. Pagrindinis motyvas prisijungti prie organizacijos - tai siekis sustiprinti savo pozicijas pasaulyje kovoje už švarų sportą. (Lietuvos tautinis olimpinis komitetas, 2022). Beveik visos šalys turi NADOs, tačiau yra šalių, kurios negali įsteigti tokios organizacijos, nes neturi tam reikalingų išteklių. Siekdama sustiprinti švaraus sporto apsaugą, 2004 m. WADA sukūrė Regioninės antidopingo organizacijos (RADO) programą, kuri remia nepakankamai finansuojamas ir nepakankamai darbuotojų turinčias Nacionalines antidopingo organizacijas ir Nacionalinius olimpinis komitetus (NOCs) veikiančius kaip NADOs. RADO programa šiuo metu padeda 15 RADOs ir 132 šalių visame pasaulyje (World Anti-Doping Agency, 2020).

Martínez-Sanz et al. (2017) teigimu, kai kurių šalių NADO, pavyzdžiui Australijos NADO siūlo internetinę paieškos priemonę (Global DRO) sportininkams ir pagalbiniam personalui, kad sužinotų, ar dažniausiai skiriamos ir be recepto parduodami vaistai Australijoje yra leidžiami ar draudžiami jų sporto šakoje. NADO kontekste, Patterson ir Staff (2020) atliko tyrimą, kuriame tyrė trenerių antidopingo švietimą tarp nacionalinių ir tarptautinių sporto antidopingo organizacijų. Buvo nustatyta, jog organizacijų švietimo programos labai skiriasi. Pavyzdžiui, kai kurios federacijos naudoja tiesioginius

seminarus pagal WADA „CoachTrue“ programą, kitos kuria savo seminarus arba naudoja specialiai treneriams skirtą el. mokymąsi, o kai kurios turi tik bendrąsias programas (Patterson & Staff, 2020).

Gatterer et al. (2020) įvertino dopingo prevencijos metodus nacionalinių antidopingo organizacijų (NADO) informavimo ir švietimo veiklos formą ir nustatė, kiek buvo įgyvendintas daugialypis dopingo prevencijos metodas. Tyrimo rezultatai parodė neatitikimą tarp NADO savarankiškų ataskaitų duomenų ir įgyvendinimo vertinimo. Nors NADO nurodė kitaip, daugumoje jų švietimu pagrįstų metodų nebuvo atsižvelgta į vaizdinės analoginės skalės aspektus (pvz., pasipriešinimas kolegų spaudimui) ir tik kelios programos buvo vykdomos. Galimi paaiškinimai gali būti pateikiami nurodytose kliūtyse (pvz., finansinėse). Autorių manymu, turėtų būti parengtos konkrečios gairės, apibrėžiančios įvairiapusį, vertybėmis grįstą švietimą ir geriausios praktikos pavyzdžius, kadangi daugelis šiuo metu siūlomų prevencinių programų nesuteikia sportininkams visų priemonių, reikalingų susidoroti su sudėtingomis situacijomis sportinės karjeros metu (pvz. bendraamžių spaudimas, nesėkmės) (Gatterer et al., 2020).

Anot Lauritzen (2022), NADO turėtų parengti strategijas, kaip padėti sportininkams priimti pagrįstą sprendimą dėl papildų vartojimo, pavyzdžiui, suteikdamos sportininkams ir pagalbiniam personalui žinių ir priemonių, kaip įvertinti poreikį, riziką ir įvairių papildų vartojimo pasekmes. Tačiau reikia įvertinti ir galimas šių veiksmų kliūtis. Gatterer et al. (2020), vertindami NADO dopingo prevencijos iniciatyvas, pateikė pavyzdžius iš įvairių antidopingo organizacijų. NADO Europoje dažniausios pasitaikančios kliūtys įgyvendinant dopingo prevencijos programas buvo:

- Bendravimas su nacionalinėmis sporto federacijomis – kai kurios iš jų vis dar nesupranta, kad dopingas yra problema ir, kad prevencijos programos yra būtinos kovojant prieš dopingą.
- Negebėjimas parodyti poveikio.
- Ekonominiai interesai „trukdo“ prevenciniam darbui dėl jautrinimo kasdieniniam sportininkų situacijoms, ypač kalbant apie rėmimą (maisto papildų rėmėjai) ir griežta netoleravimo nuostata dėl papildų nėra veiksminga, NADO sutinka, kad sportininkai vartotų papildus (80-90% sportininkų juos vartoja), NADO teigia siūlantys pagalbą sportininkams ir suteikiantys alternatyvų siekiant išvengti dopingo atvejų. NADO teigia, kad šiame kontekste yra labai svarbus bendradarbiavimas su mitybos specialistais.
- Kartais sunku pradėti šias (dopingo prevencijos) programas su kitokia politine ideologija nei (šalies) vyriausybė.

- Sulaukiama sportininkų ir trenerių pasipriešinimų, kurie nenori praleisti treniruotės, kad galėtų lankyti antidopingo mokymus.
- Dalyko patrauklumas: įdomių edukacinių užsiėmimų kūrimas su „ne tokia smagia“ tema.
- Tvardaraščio sudarymas (sportininkai yra su labai užimtais ir skirtingais tvarkaraščiais)
- WADA ALPHA (sportininkų mokymosi programa apie sveikatą ir antidopingą) e-mokymų vertimas į šalies kalbą (Gatterer et al., 2020).

Darbo autorė mano, kad netyčinio dopingo vartojimo prevencijos kontekste, labai svarbūs trys antidopingo organizacijų veiksmai:

1. Nacionalinės antidopingo agentūros turėtų viešai skelbti netyčinio dopingo vartojimo atvejus, kad sportininkai žinotų kokie pavojai tyko ir būtų labai atidus renkantis net ir iš šono atrodančius saugiai papildus.
2. Lietuvos antidopingo agentūra turėtų parengti strategijas, kaip padėti sportininkams įvertinti maisto papildų vartojimo riziką bei pasekmes.
3. Tuo pačiu reikalinga įvertinti galimas šių veiksmų kliūtis (finansines kliūtis, bendravimą su nacionalinėmis sporto federacijomis, suderinamumą su šalies politika, sportininkų pasipriešinimą ir kt.).

**Gamintojų vaidmuo ir ženklimas.** Reaguodami į maisto papildų užterštumo problemą, daugelis geros reputacijos gamintojų savo produktus griežtai tikrina sporto antidopingo laboratorijose, siekdami kuo labiau užtikrinti, kad rizika sportininkui išliktų minimali (Judkins & Prock, 2012). Tačiau nepaisant to, kad produktai yra tikrinami, gali būti stokojama aiškaus ženklavimo. Kaip teigia Chan et al. (2016), aiški produktų sudedamųjų dalių ženklavimo sistema gali padėti sportininkams lengviau atpažinti dopingo medžiagas maiste ar vaistuose, tačiau praktiškai neįmanoma užtikrinti, kad visų produktų sudedamųjų dalių lentelės būtų atnaujintos atsižvelgiant į WADA dopingo medžiagų sąrašo pakeitimus. Be to, tokie sudedamųjų dalių sąrašai turėtų būti vykdomi pagal įstatymus visame pasaulyje, o tai yra labai sudėtinga ir brangu (Chan et al., 2016). Taigi, nors produktas gali būti gamintojo patikrintas, tačiau jo ženklimas gali būti neaiškus dėl reikalingų teisės aktų nebuvimo bei didelių šio ženklavimo kaštų. Kita vertus, darbo autorė pastebi, kad produktas gali būti užterštas draudžiamomis medžiagomis pakavimo ar transportavimo metu, todėl ir aiškus ženklimas gali neužkardyti netyčinio dopingo atvejų. Pavyzdžiui, Martínez-Sanz et al. (2017) teigimu, tiriant įvairių maisto papildų užterštumą, galima rasta mažo kiekio draudžiamų medžiagų, kurios atsiranda dėl kryžminės gamybos metu, perdirbimo arba pakavimo metu. Kai kuriais atvejais, papildų užteršimas yra netyčinis dėl žemos kokybės kontrolės, tačiau esama ir atvejų kai papildų užteršimas buvo tyčinis. Kryžminės tarša atsiranda dėl nepakankamo

papildų talpyklų valymo ir tokių papildų vartojimas gali įtakoti teigiamą dopingo testo rezultatą. Tyčinis užteršimas atsiranda, kai gamintojas sąmoningai įdeda didelės koncentracijos draudžiamų medžiagų, siekdamas sustiprinti papildų poveikį (Martínez-Sanz et al., 2017). Atitinkamai, WADA rekomenduoja nevertoti produkto, jei nesama tikrumo dėl jo sudėties. Nežinojimas niekada nėra pasiteisinimas ir sportininkas yra atsakingas už teigiamo testo, atlikto dėl netinkamai paženklinto maisto papildų, pasekmes. Patartina pasitikrinti įvairiose interneto svetainėse, skirtose papildų grynumo vertinimui, ar įsigytame produkte su atitinkama partija nėra draudžiamų medžiagų (Manonelles et al., 2020).

*Apibendrinant galima teigti, kad netyčinio dopingo prevencija yra aktuali bei turėtų būti vykdoma kompleksiskai – šviečiant sportininką ir jo aplinką, t. y. trenerius ir kitus specialistus, dalyvaujančius sportininko rengime; antidopingo organizacijoms imantis aktyvių prevencinių veiksmų; bei keičiant galimus draudžiamų medžiagų ženklavimo aspektus.*

*Norint išvengti netyčinio dopingo vartojimo, labai svarbu, kad patys sportininkai žinotų apie riziką, susijusią su netyčiniu draudžiamų medžiagų vartojimu. Šiuo aspektu svarbu atsargumas, žinios apie draudžiamas medžiagas bei kruopštus maisto papildų pasirinkimas, konsultuojantis su treneriais, medicinos specialistais ir kitais profesionalais, kadangi sportininkai lieka atsakingi už tai, kas yra jų kūne, nepriklausomai nuo kilmės. Kuriant sportininkų švietimo apie netyčinį dopingo vartojimą strategijas ir programas, reikalinga ne tik suteikti žinių apie draudžiamas vartoti medžiagas bei būdus to išvengti, bet ir atsižvelgti į sportininko psichologinius, socialinius ir elgesio veiksnius, galinčius turėti įtakos netyčiniam dopingo vartojimui, o taip pat ir į sportininko amžių. Tačiau tyrimai rodo, kad nors dauguma dopingo vartojimo prevencijos ir švietimo programų daugiausia dėmesio skiria sveikatos ugdymui ir informacinių žinių apie dopingą suteikimui, kurios galėtų pakeisti sportininkų požiūrį į dopingą ir sumažinti jų ketinimus vartoti dopingą, tačiau moraliniai ir etiniai aspektai jose vyrauja nedaug, be to, retai ieškoma metodų ir priemonių, kaip pakeisti sportininkų požiūrį į draudžiamų preparatų vartojimą ir jų ketinimus vartoti tokius preparatus ateityje.*

*Sportininko rengime dalyvaujantiems asmenims, o labiausiai treneriams, pateikiamos gana išsamios rekomendacijos kaip išvengti netyčinio dopingo vartojimo, apimančios draudžiamų medžiagų išmanymą, jų tikrinimą duomenų bazėse, sportininko informavimą, atsargų papildų vartojimo skatinimą, tik kokybiškų ir patikrintų papildų vartojimą, švaraus sporto įvaizdžio palaikymą ir propagavimą, atsakomybės ugdymą ir kt. Tačiau reikalinga atkreipti dėmesį, sporto profesionalai bei medicinos specialistai nebūtinai turi pakankamai žinių apie draudžiamas medžiagas, todėl jų švietimas yra itin svarbus.*



*Antidopingo organizacijos turėtų parengti strategijas bei švietimo programas, suteikiant sportininkams ir pagalbiniam personalui žinių ir priemonių, kaip įvertinti poreikį, riziką ir įvairių papildų vartojimo pasekmes. Kita vertus, nacionalinės antidopingo agentūros turėtų viešai skelbti netyčinio dopingo vartojimo atvejus, kad sportininkai žinotų, kokie pavojai tyko ir būtų labai atidus renkantis net ir iš šono saugiai atrodančius papildus.*

### 3. NETYČINIO DOPINGO VARTOJIMO EMPIRINIS TYRIMAS

#### 3.1. Tyrimo metodologija

**Tyrimo metodas.** Interviu yra dažniausiai naudojamas kokybinių duomenų rinkimo metodas, o pusiau struktūruota forma yra dažniausiai naudojamas interviu tipas (Kallio, Pietilä, Johnson & Kangasniemi, 2016). Šis metodas skirtas nustatyti subjektyvius asmenų atsakymus apie tam tikrą situaciją ar reiškinį, kurį jie patyrė. Jam atlikti reikalingas išsamus interviu klausimynas, o pats metodas gali būti naudojamas, kai yra pakankamai objektyvių žinių apie patirtį ar reiškinį, tačiau trūksta subjektyvių žinių, kurias gali pateikti tiriamieji (McIntosh & Morse, 2015). Pagrindiniai privalumai yra tai, kad pusiau struktūruoto interviu metodas užtikrina abipusiškumą tarp tyrėjo ir dalyvio, leidžia tyrėjo užduoti papildomus klausimus, atsižvelgiant į dalyvio atsakymus, ir suteikia erdvės individualioms dalyvių žodinėms išraiškoms (Kallio, Pietilä, Johnson & Kangasniemi, 2016).

**Tyrimo instrumentas.** Interviu atlikti buvo panaudotas dvylikos klausimų klausimynas, apėmęs klausimus apie netyčinio dopingo vartojimo sampratą (Voravuth et al., 2022), priežastis (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022b), vartojimo šaltinius (Manonelles et al., 2020), NADA vaidmenį (Gatterer ir kt., 2020), sportininkų atliekamus prevencinius veiksmus (Chan et al., 2020; Star, 2022) bei sportininkams taikomos atsakomybės už netyčinių dopingo vartojimą ypatumus (Zaksaitė, 2022).

**Tyrimo imtis.** Kokybiniuose tyrimuose esama įvairių atrankos metodų, kuriuos galima taikyti renkant dalyvius, tačiau du populiariausi atrankos būdai yra tikslinė ir patogioji atranka, nes jos geriausiai dera beveik visuose kokybinių tyrimų modeliuose. Siekiant nustatyti ir atrinkti daug informacijos turinčius atvejus, susijusius su dominančiu reiškiniu, naudojama tikslinė atranka. Tai reiškia, kad reikia nustatyti ir atrinkti asmenis ar asmenų grupes, kurie turi ypatingų žinių apie dominantį reiškinį arba patirties jį nagrinėjant. Be žinių ir patirties, reikėtų atkreipti dėmesį ir į tai, kad svarbu, jog asmenys būtų pasirengę ir norėtų dalyvauti, taip pat gebėtų aiškiai, išraiškingai ir apmąstomai perteikti savo patirtį ir nuomonę (Palinkas et al., 2015). Tiriamieji pasirinkti naudojant patogiąją tikslinę atranką. Tiriamųjų charakteristikos pateikiamos lentelėje.

2 lentelė. Tiriamųjų charakteristikos (sudaryta darbo autorės)

Tiriamasis	Lytis	Amžius	Kategorija	Darbo/sporto patirtis
Nr. 1	Vyras	35 Metai	Sporto gydytojas	8 Metai
Nr. 2	Vyras	57 Metai	Sporto gydytojas	20 Metų
Nr. 3	Vyras	40 Metai	Sporto gydytojas	16 Metų
Nr. 4	Moteris	43 Metai	Docentė	19 Metų

Nr. 5	Vyras	29 Metai	Treneris	6 Metai
Nr. 6	Vyras	47 Metai	Treneris	8 Metai
Nr. 7	Vyras	33 Metai	Treneris	9 Metai
Nr. 8	Moteris	26 Metai	Sportininkė	11 Metų
Nr. 9	Vyras	34 Metai	Sportininkas	21 Metai
Nr. 10	Moteris	24 Metai	Sportininkė	14 Metų
Nr. 11	Vyras	37 Metai	Sportininkas	15 Metų
Nr. 12	Vyras	30 Metai	Sportininkas	17 Metų
Nr. 13	Moteris	28 Metai	Sportininkas	15 Metų
Nr. 14	Moteris	39 Metai	Sportininkė	14 Metų

**Tyrimo eiga.** Tyrimas atliktas 2022 m. lapkričio mėnesį. Interviu laikas su tiriamaisiais suderintas iš anksto jiems ir tyrėjai patogiu metu. Interviu trukmė – nuo 45 iki 70 minučių. Interviu buvo įrašytas naudojant skaitmenines technologijas. Po to gauti interviu buvo transkribuoti pažodžiui. Transkripcija yra pagrindinė analizės proceso dalis, nes ji atspindi tai, ką tyrėjas išsaugo iš įrašytos kalbos. Tačiau reikia atkreipti dėmesį, kad transkribuotas tekstas niekada negali visiškai užfiksuoti sąveikos sudėtingumo ir būti visiškai be klaidų (MacLean, Meyer & Estable, 2004).

**Duomenų analizei** atlikti panaudotas kokybinės turinio analizės metodas. Pagrindinis šio metodo bruožas - sistemingas kodavimo procesas, prasmės nagrinėjimas ir socialinės tikrovės aprašymo pateikimas kuriant kategorijas ir subkategorijas. Kategorija reiškia aprašomąjį teksto lygmenį ir yra aiški dalyvių pasakojimo išraiška (Vaismoradi, Jones, Turunen & Snelgrove, 2016).

**Tyrimo etika.** Etika apibūdinama kaip elgesio taisyklės, išreiškiančios ir stiprinančios svarbias socialines ir kultūrinės visuomenės vertybes. Taisyklės gali būti formalios ir parašytos, žodinės arba tiesiog suprantamos sutinkančių grupių (Nyarko, 2016). Prieš atliekant interviu tiriamieji davė žodinį sutikimą dalyvauti jame. Tiriamiesiems taip pat buvo paaiškinta, kad tyrime jie dalyvauja savanoriškai ir iš tyrimo gali pasitraukti bet kuriuo metu. Tiriamųjų duomenys, vadovaujantis anonimiškumo principu, nepateikiami – jiems suteikiami numeriai, neleidžiantys identifikuoti konkretaus asmens. Tiriamiesiems taip pat buvo paaiškinta, kad gauti duomenys yra konfidencialūs ir bus naudojami tik moksliniais tikslais magistro darbo tikslui įgyvendinti.

### 3.2. Tyrimo rezultatai

Tiriamųjų buvo paprašyta apibūdinti netyčinį dopingo vartojimą (žr. 3 lentelę). Kaip matyti pagal pateiktus tyrimo rezultatus, netyčinį dopingo vartojimą tiriamieji apibrėžė kaip draudžiamų medžiagų vartojimą sportininkui nežinant arba sportininkui nežinant bei nesiekiant gerinti sportinių

rezultatų. Vienas tiriamasis netyčinį dopingo vartojimą apibrėžė kaip draudžiamų medžiagų vartojimą dėl klaidos.

3 lentelė. Netyčinio dopingo vartojimo samprata (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Netyčinis dopingo vartojimas	Draudžiamų medžiagų vartojimas apie tai nežinant	<p>&lt;...Vartojimas nežinant...&gt;</p> <p>&lt;... Netyčinis dopingo vartojimas – kai jis į organizmą patenka nežinant, kad tu suvartojai į draudžiamų medžiagų sąrašą įtrauktų medžiagų...&gt;</p> <p>&lt;... Netyčinis dopingo vartojimas, tai kai sportininkas nežinodamas su maistu, ar vaistais, ar papildais, pasisavina draudžiamas medžiagas...&gt;</p> <p>&lt;... Netyčinis dopingo vartojimas, kai sportininkas pats nežinodamas suvartoja draudžiamą medžiagą su maisto produktais ar užterštais maisto papildais...&gt;</p> <p>&lt;... Tai kai sportininkas nežinojo apie neleistinų preparatų vartojimą...&gt;</p> <p>&lt;... kai sportininkas pavartoja neleistinos medžiagos to nežinodamas...&gt;</p> <p>&lt;... Kai tu vartoji draudžiamas medžiagas ir to nežinai...&gt;</p>
	Draudžiamų medžiagų vartojimas apie tai nežinant ir nesiekiant gerinti sportinių rezultatų	<p>&lt;...Medžiagos ar būdo vartojimas nežinant, kad jis yra tenais ir nenorint tuo pagerinti savo sportinio rezultato...&gt;</p> <p>&lt;... Netyčinis dopingas tai kai sportininkas neturėjo ketinimų vartoti dopingą ir draudžiamos medžiagos pateko į jo organizmą netyčia...&gt;</p> <p>&lt;...Be intencijos pavartotas dopingas, kai žmogus ne dėl rezultato gerinimo vartojimo dopingą, bet galbūt pilnai nežinojęs apie tos medžiagos egzistenciją produkte, kurį jis vartojo, tada sakyčiau tai yra netyčinis dopingo vartojimas...&gt;</p> <p>&lt;... Kai sportininkui nežinant į jo organizmą patenka draudžiami preparatai su maisto papildais ar maistu, nors maisto papildai ir turi reikalingus sertifikatus...&gt;</p>
	Draudžiamų medžiagų vartojimas dėl klaidos	<p>&lt;... Tai per klaidą suvartotas produktas, kuriama yra draudžiamų preparatų...&gt;</p>

Aiškinantis tiriamųjų nuomonę dėl netyčinio dopingo vartojimo paplitimo masto, buvo teigiama, kad tikslaus paplitimo masto jie nežino, kadangi tikslių duomenų nėra: <...Sunku įvertinti koks yra paplitimo mastas..>; <...Dėl paplitimo masto neįsivaizduoju...>; <...Visgi neturiu tikslios statistikos...>; <...Galimo paplitimo masto nežinau. Yra daryta studija, kur klausta sportininkų, ar vartotų dopingą, jei tai padėtų laimėti olimpinį medalį ir nebūtų pagauti 80% atsakė teigiamai...>. Dalis tiriamųjų manė, kad paplitimo mastas nėra didelis: <...paplitimo mastas nėra didelis, bet pasitaikantis, nes kartais paprasčiausiuose purškiamuose vaistuose į nosį gali būti draudžiamų medžiagų...>;

*<...manau paplitimo mastas nėra didelis....>. Kitų tiriamųjų manymu, šis reiškinys nėra retas: <..kiek teko girdėti tai nutinka ne taip ir retai...>; <..mano manymu tyčinis vartojimas yra gerokai dažnesnis..>; <...manau, kad didesnis nei yra iš tikrųjų – ne visi sportininkai yra pakankamai dažnai testuojami, kad kiekvienas netyčinis vartojimas būtų surastas, taip pat ne visi netyčiniai dopingo vartojimai yra įrodomi ir pateikiami kaip netyčiniai galutinėje sportininkui skiriamoje sankcijoje...>. Tik vienas tiriamasis nurodė, kad mastas yra didelis: <...manau, kad paplitimas yra didelis, nes sportininkai pagauti dėl neleistinų medžiagų vartojimo, retai prisipažįsta patys kažką vartoję...>. Taigi galima teigti, kad tiriamieji neturėjo vieningos nuomonės dėl netyčinio dopingo vartojimo paplitimo masto, tačiau laikėsi nuomonės, kad šį skaičių apibrėžti sudėtinga, kadangi nėra tikslių duomenų.*

Tiriamųjų buvo klausiama ar, jų manymu, dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis. Tiriamųjų nuomonė šiuo klausimu nebuvo vienareikšmė, tačiau daugelis sutiko, kad į šį klausimą sudėtinga atsakyti: *<...sudėtinga pasakyti, nes realiai labai maža dalis yra įrodoma, kad teigiamas dopingo testas buvo dėl netyčinio dopingo vartojimo....>; <...o netyčinio vartojimo masto nežinau ir nenoriu spekuliuoti aklai. Yra kas vartoja tyčia ir bando slėpti, bet gal kartais būna ir netyčinių vartojimo atvejų....>; <... negaliu atsakyti. Reiktu žiūrėti į ant dopingo agentūros statistiką...>; <...sudėtinga pasakyti, nes neskirsto į tyčinį ar netyčinį dopingo vartojimą, dažniausiai visus pripiešia prie tyčinių....>; <.... sunku atsakyti į šį klausimą...>. Dalis tiriamųjų manė, kad netyčinis dopingo vartojimas yra retas: *<...retai, kiek aš esu susidūręs. Bet būna tokių atvejų...>; <...manau, kad tikrų netyčinių dopingo vartojimo atvejų nėra daug..>; <...manau, kad nedažnai pasitaiko netyčinis dopingo vartojimas, nes sportininkai stengiasi stebėti vaistų ar maisto sudėtis...>; <... pasitaiko, kad dopingas yra netyčinis, tačiau nemanau, kad tai nutinka dažnai..>; <... manau, kad nedažnai...>; tačiau atkreipė dėmesį, kad <...dažniausiai bandoma tuo „netyčiniu“ vartojimu pasiteisinti...>. Kita vertus, buvo paminėta, kad per mažai žinoma apie draudžiamas medžiagas: *<...per mažai žinoma, kokie preparatai yra uždrausti, dėl neapdairumo pavartojo, todėl ir nutinka tas netyčinis dopingo vartojimas...>. Kitos dalies tiriamųjų manymu, netyčinis dopingo vartojimas yra dažnas: <....galvoju, kad netyčinis dopingo vartojimas pasitaiko gana dažnai, taip kaip ir tyčinis...>; <...manau, kad tikrai pasitaiko, tai nėra kažkokia naujiena, kad būna netyčinis pavartojimas...>, tačiau jis nėra dažnai užfiksuojamas oficialiai: <...manau, kad gan dažnai pasitaiko, bet galbūt ne visi netyčiniai pavartojimai yra užfiksuojami...>.***

Tiriamųjų buvo paprašyta įvardinti netyčinio dopingo vartojimo priežastis (žr. 4 lentelę). Kaip matyti pagal tyrimo rezultatus, tiriamieji nurodė, kad pagrindinės netyčinio dopingo vartojimo priežastys yra sportininko žinių stoka, sportininkų neapdairumas bei nesidomėjimas, taip pat sportininkų savivalė,

savarankiškai užsiimant savigyda ir papildų vartojimu bei draudžiamos medžiagos produktuose dėl gamintojo kaltės.

4 lentelė. Netyčinio dopingo vartojimo priežastys (sudaryta darbo autorės)

<b>Kategorija</b>	<b>Subkategorija</b>	<b>Patvirtinantis teiginys</b>
Netyčinio dopingo vartojimo priežastys	Sportininko žinių stoka ir nežinojimas	<... nežinojimas...>; <... Manau daugiausiai tai nutinka dėl sportininkų nežinojimo, kokiuose maisto produktuose gali būti draudžiamų medžiagų...>; <...informacijos stoka apie vartojamus maisto papildus ar maistas, kuriame gali būti siejamos neleistinos medžiagos...>; <...Informacijos, žinių stoka...>; <...neapsiskaitymas ir žinių trūkumas, tiesiog nežinojimas, o kas kaltas už nežinojimą, tai tikriausiai pats atsakai...>; <... Neišprusimas...>; <...sportininkas, kuris neišmano sudėties, nežino kokios tiksliai medžiagos yra draudžiamos...>; <...informacijos trūkumas...>
	Sportininkų neapdairumas ir nesidomėjimas	<... Neapdairumas, nesidomėjimas kilme ir sudėtimi...>; <...nesidomėjimas kasmet atnaujinamu draudžiamų medžiagų vartoti sąrašu...>; <... Dažniausia priežastis – nepatikrinta vartojamo produkto sudėtis...>; <... Neapdairumas...>
	Draudžiamos medžiagos produktuose dėl gamintojo kaltės	<... vartojant maisto papildus kurių sudėtyje nenurodyti draudžiami preparatai bet dėl gamintojo aplaidumo linija kurioje buvo gaminami papildai buvo užteršta...>; <...maisto papilduose atsiradę draudžiami preparatai dėl gamintojo kaltės...>; <...pagrindinė priežastis netyčinio dopingo vartojimo yra pats gamintojas, kuris piktybiškai nenurodo esančių medžiagų parduodamose papilduose...>
	Sportininkų savivalė	<...netyčinio vartojimo priežastis manau yra per didelė sportininkų savivalė vartojant papildus...>; <...užsiimant savigyda ir vartojant nesaugius maisto papildus...>; <...vartojimas mediciniškai nepatvirtintus papildus. Reikia tartis su savo gydytoju...>; <... neleistinų medicininių preparatų vartojimas, kai rinktinėje nėra gydytojo, skiriančio leistinus vaistus ar gydymo metodus...>; <...sportininkas neturi užsiiminėti medicina, sportininkas neturi spręsti, ką jam vartoti, turi gauti rekomendacijas iš sporto gydytojo, kuris užtikrina papildų saugumą...>

Vienas tiriamasis pastebėjo, kad netyčinis dopingo vartojimas gali nutikti dėl konkurentų veiksmų: <...pačiam sportininkui yra labai sunku kontroliuoti tą ką valgo, didelė galimybė, kad gali primaišyti varžybose, stovyklos metu, konkurentai gali įbarstyti į kokį gėrimą, nors ir sportininkai bando nuo to apsisaugoti, bet būna, kad užsimiršti ir palieki savo gertuvę sporto salėje ar kur nors rūbinėje pamiršti pasiimti ir per tą laiką kažkas gali kažką padaryti, dažniausiai tai iš konkurentų gal kažkas...>.

Tiriamųjų buvo paprašyta įvardinti, kokie, jų manymu, yra dažniausiai netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (žr. 5 lentelę). Kaip matyti pagal gautus rezultatus, tiriamieji nurodė tris pagrindinius netyčinio dopingo vartojimo šaltinius: užterštus maisto papildus, maisto produktus bei medikamentus. Vienas tiriamasis nurodė, kad varžovo veiksmai gali būti netyčinis dopingo vartojimo šaltinis: <...Kolegų sportininkų sumaišytos gertuvės...>.

5 lentelė. Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai	Užteršti maisto papildai	<...užteršti maisto papildai iš kitų rinkų, kurie nėra sertifikuoti ir kurie neturi tarptautinio WADA sertifikato, kad yra saugūs vartoti...>; <...daugiausia tai yra papildai...>; <...maisto papildai...>; <... papildai vienas iš šaltinių...>; <...dažniausiai tai nutinka vartojant „nesaugius“, t. y. laboratorijų nepatikrintus, maisto papildus...>; <... manau, kad vieni dažniausių tai maisto papildai...>; <...manau dažniausi šaltiniai yra užteršti maisto papildai...>; <...daugiausia papildai...>; <...papildai, kurie yra perkami iš neautorizuotų pardavėjų...>; <...maisto papildai...>; <...papildai...>; <...manau, užteršti papildai...>; <...Svorio metimui skirti papildai...>
	Maisto produktai	<... gali būti iš tam tikrų maisto medžiagų...>; <... maistas...>; <... Kai kada galima netyčia suvartoti draudžiamų medžiagų su maistu, t. y. kai tam tikrose šalyse leidžiama veterinarijoje naudoti mėsos didesniai prieaugliui dopingines medžiagas...>; <... kai kuriais atvejais maisto produktai...>; <...Su maisto produktais yra mažai galimybių gauti draudžiamas medžiagas, bet yra įmanoma...>; <.. Maisto produktai...>; <...Manau maistas...>; <...kai kurie maisto produktai...>.
	Vaistai	<... vaistai...>; <...tikriausiai dažniausias šaltinis būtų vaistai...>; <... vartojant vaistus ir nežinant, kad juose yra dopingui priskiriamos medžiagos...>; <...manau pigūs EU sąjungoje nepatvirtinti medikamentai...>; <...tam tikri vaistai...>

Tiriamieji taip pat įvardijo kokios medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų esant netyčiam dopingo vartojimui. Dauguma tiriamųjų manė, kad labiausiai paplitusios medžiagos yra stimulantai: <...stimuliantais užkrėsti papildai...>; <...stimuliantinės medžiagos, kurios tai pat įeina į medicininius preparatus, nes įeina į sudėtį pvz. pseudoefedrinai...>; <...stimuliantai...>; <...mano nuomone tai stimulantai...>; <...stimuliantai, didelis kiekis žmonių galvoja, kad jie suteikia energijos, tai ypatingai juos vartoja varžybų periodu...>; <...mano manymu, labiausiai paplitę yra stimulantai...>; <...manau stimulantai...>; <...tikriausiai dažniausiai stimulantai...>; bei narkotinės medžiagos <...o dabar kai tokie laikai tai gal ir narkotinės medžiagos ypač jaunimo tarpe...>; <... Dar manau, kad daug kas vartoja CBD aliejus, jei nėra sertifikuoti, atitinkamos kokybės ir pilnai išvalyti, tai manau gali būti

*narkotinės žolės derivatu užkrėstos medžiagos...>; <... dar manau narkotinės medžiagos, priklauso nuo to kaip sportininkai leidžia laisvalaikį, nes tai gan populiaru tarp jaunimo...>; <...manau narkotinės medžiagos...>; <...manau kad netyčinis labiausiai paplitęs narkotikai, nes tada lengviausia sužinoti kaip jie atsirado sportininko kūne...>. Du tiriamieji nurodė diuretikus: <...Amerikoje – menstruacijų skausmus mažinančių vaistų su diuretikais...>; <...diuretikai, nes jie dažniausiai būna kai perki iš neautorizuotų papildų parduotuvių...>. Taigi, galima teigti, kad labiausiai paplitusios tarp sportininkų esant netyčiniam dopingo vartojimui medžiagos yra stimulantai, narkotinės medžiagos bei diuretikai.*

Tiriamųjų buvo paprašyta įvertinti Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmenį netyčinio dopingo vartojimo kontekste (žr. 6 lentelę).

6 lentelė. Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste (sudaryta darbo autorės)

<b>Kategorija</b>	<b>Subkategorija</b>	<b>Patvirtinantis teiginys</b>
Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste	Šviečiamasis vaidmuo	<... Šviečiamasis, kuo daugiau atvejų parodyti ir šviesti sportininkus...>; <.. Jei yra netyčinio dopingo vartojimo atvejų, jie turi įvertinti, kad jų edukacines programas kažkur neveikia, arba apskirtai nevedė tokių mokymų, specifikuotų į netyčinį dopingo vartojimą. NADO uždavinys: edukacija, čia turi labai aiškiai Edukuoti...>; <...Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo yra gana svarbus. Jų rengiamuose seminaruose bei skleidžiamoje informacijoje turėtų būti daugiau informacijos apie maisto produktus, kuriuose gali būti draudžiamų medžiagų, bei apie nepatikimus maisto papildų gamintojus...>; <... Jų pagrindinis darbas yra šviesti, visą laiką atsakyti į sportininkams kylančius klausimus ir patiems būti labai daug nusimanantiems apie šitą dalyką, apie visas medžiagas ir jų skirtingus pavadinimus...>; <...Antidopingo agentūra vykdo mokymus, švietėjišką veiklą ir tai manau yra pakankamas vaidmuo...>
	Kontrolieriaus vaidmuo	<... Antidopingo agentūra dirba savo darbą - vykdo kontrolę. Ji dirba gerai...>

Tiriamieji nurodė, kad Nacionalinė antidopingo agentūra atlieka šviečiamąjį bei kontrolieriaus vaidmenį, tačiau nemažos dalies tiriamųjų manymu, jos vaidmuo yra nepakankamas, kadangi NADA nepadedą sportininkams apsiginti nuo kaltinimų, jeigu nustatomas netyčinis dopingo vartojimo atvejis: <... Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo yra apgailėtinas, nes jiems, kad tik apkaltinti sportininką, ir neįdomu tyčinis ar netyčinis tas vartojimas...>; <...manau nacionalinė agentūra sunkiai identifikuoja tyčinis ar netyčinis dopingo vartojimas, nes tiesiog organizme yra rasta medžiaga ir tai skaitosi kaip dopingo vartojimas...>; <...manau joks, nulis, nepakankamas. Nesidomėjau šiais atvejais,



*bet pati iš asmeninės patirties, iš pažįstamų sportininkų rato, nežinau nei vieno atvejo, kada Nacionalinė antidopingo agentūra būtų padėjusi išsiaiškinti netyčinio dopingo vartojimo atvejį ir būtų kovojusi ar bandžiusi išteisinti sportininką...>; <... Kiek esu susidūręs su šita organizacija, jie tiesiog dingsta, jei yra koks konfliktas ir net nebando padėti sportininkams rasti tiesos, apginti sportininką, iš karto pakabiną etiketę nesąžiningo sportininko...>.*

Todėl, tiriamųjų manymu, NADA turėtų būti pasiruošusi adekvačiai vertinti situaciją esant netyčiniam dopingo vartojimui bei padėti sportininkui: *<...nacionalinė antidopingo agentūra turėtų padėti sportininkui įrodyti ar tai yra netyčinis dopingo vartojimas. Norėtusi daugiau pagalbos sportininkui, manau pagalba sportininkui iš visu organizacijų yra labai reikalinga tokiu metu. Agentūra netūrėtų stengtis apkaltinti sportininką dopingo vartojimu, o turėtų padėti jam atsekti visa informaciją ir padėti jam susekti, iš kur tas dopingas atsirado. Antidopingo agentūra turi padėti sportininkui būti švariam, o ne jį dar kaltinti...>; <... manau, kad trūksta mūsų nacionalinei agentūrai stiprių vadovų, kurie galėtų, ne tik apkaltinti sportininkus, bet bandyti apginti ir surasti tiesos....>; <... kaip jos gali kažką mokinti jei jos pačios iki galo nežino. Tai visų pirma turi būti aukštesnis pasiruošimo lygis Lietuvos antidopingo agentūros...>.* Kita vertus, buvo pabrėžta, kad reikalinga daugiau švietimo iš NADA netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu: *<...Nesu girdėjusi atveju, kai agentūra kalbėtų apie netyčinį vartojimą. Manau, kad jis nėra pakankamas, apie pavojus ir rizikas dopingo vartojimo tema yra kalbama labai paviršutiniškai...>; <... manau trūksta švietimo ir adekvatesnio vertinimo netyčinio dopingo vartojimo atvejais....>.* Tačiau tiriamieji taip pat pabrėžė, kad sportininkai patys turi būti atsakingi už vartojamus produktus: *<... Pats sportininkas yra atsakingas už tai ką vartoja ir ką perka ir tai ką deda į burną, tai niekas kitas, tik šviečiamoji....>; <.. Didžiausia atsakomybė tenka pačiam sportininkui – domėtis ir būti atsakingu...>; <... Aišku, jei tau į gertuvę kažkas kažko pripils, tai jau tada niekas nebus atsakingas, nei antidopingas, nei kažkas kitas, tik pats sportininkas, kuris paliko savo gertuvę be priežiūros...>.*

Tyrimo metu buvo aptarta ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas (žr. 7 lentelę). Dauguma tiriamųjų sutiko, kad informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą nėra pakankamas; tik du tiriamieji manė, kad šis kiekis yra pakankamas. Šie tiriamieji taip pat laikėsi nuomonės, kad sportininkas pats bus apdairus ir ieškos reikiamos informacijos: *<... Sportininkas, kuris rimtai vertina netyčinio dopingo riziką, visada ieškos informacijos ir saugosis. Negers neaiškių papildų, negers „naujos kartos“, „unikalios formulės“, „naujos technologijos“ papildų ir pan. Visada pasitars su kompetentingais specialistais...>*

7 lentelė. Informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą	Informacijos kiekis nėra pakankamas	<...viešoje erdvėje informacijos kiekis nėra pakankamas. Apskirtai informacijos visą laiką trūksta. ...>; <...kiek esu susidūręs tai manau nepakanka...>; <...lengvai randamos informacijos, manau trūksta...>; <... Tikrai nėra pakankamas informacijos kiekis, nes tokių atvejų pasitaiko, o informacija skleidžiama tiesiog apie tai, kad negalima vartoti...>; <...manau, kad ne. Kaip minėjau, trūksta informacijos...>; <...nepakankamas, nes sporto medicina greitai keičiasi ir vis informacija, kuri yra antidopingo agentūroje ne visa laiką sportininkas spėja pasiekti...>; <... Ne, trūksta sportininkams informacijos ar paprasčiausių praktinių pavyzdžių apie netyčinius dopingo vartojimo atvejus...>; <...nepakankamas, yra labai basic...>; <...manau nepakankamas..>
	Informacijos kiekis yra pakankamas	<... Manau kad yra pakankamas kiekis tik reikia domėtis, galima rasti visų uždraustų medžiagų sąrašą, reikia tikrinti ką vartoji...>; <...informacijos prieinamumas šiais laikais pakankamas...>

Analizuojant informacijos pakankamumo problemą, tiriamieji laikėsi nuomonės, informacijos sklaida turėtų būti didesnė: <... daugiau reiktų skleisti informacijos, kad sportininkas nepadarytų klaidos, nes nežinojo, kad kažkas pasikeitė..>; <... paprastam sportininkui reiktų pateikti daugiau informacijos apie saugų maisto papildų pasirinkimą ir vartojimą...>. Be to, buvo nurodyta, jog NADA rodo per mažai iniciatyvos bei vykdo nepakankamai mokymų apie netyčinį dopingo vartojimą: <...vyksta per mažai mokymų, per mažai iniciatyvos iš antidopingo agentūros. Jeigu yra užsakomi mokymai tai truputį paskaitą paskaito ir viskas, bet manau agentūra pati turi būti proaktyvi...> ; <...niekur nėra informacijos apie netyčinį dopingo vartojimą iš Lietuviškų tinklapių, iš Lietuvos NADA, nematau, nesu mačiusi, o manau tai turėtų būti pagrindinis šaltinis, kuris turėtų skleisti šią informaciją, iš jų aš asmeniškai tokios infomacijos nesu mačiusi...>; <...taip, antidopingas vykdo mokymus, bet jie dažniausiai būna kažkokiuose tai renginiuose, nebūna mokymų visiems sportininkams kartu arba tie sportininkai labai prastai lanko tuos mokymus...>. Vieno tiriamojo manymu, antidopingo mokymai sportininkams turėtų būti privalomi: <...manau, pati federacija neatsakingai žiūri, kad ši informacija turi būti aiškiai ir struktūriškai teikiama sportininkams, sportininkai turi privalėti išklaudyti antidopingo mokymus, nepaisant nori jie to ar ne...>. Taigi, galima teigti, kad informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą nėra pakankamas, todėl tokios informacijos sklaida turėtų būti didesnė. Atitinkamai, NADA rodo per mažai iniciatyvos šiuo klausimu bei vykdo nepakankamai mokymų apie netyčinį dopingo vartojimą.

Tiriamieji atskleidė, kad nepakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo; tik vieno tiriamojo manymu, prevencija buvo pakankama (žr. 8 lentelę).

8 lentelė. Prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo, pakankamumas (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo, pakankamumas	Prevencijos nepakanka	<...nepakanka. LT kol kas šioje srityje yra betvarkė nacionaliniu mastu...>; <...mažoka..>; <...kaip minėjau anksčiau, kad nepakanka...>; <...informacijos nepakanka...>; <...prevencijos neužtenka..>; <...manau, kad neužtenka...>; <... Manau prevencijos tikrai nepakanka...>; <... nepakanka to kaip prevencijos priemonių....>; <... Informacijos nepakanka...>
	Prevencijos pakanka	<...Taip...>

Aptariant prevencijos aspektus, tiriamieji teigė, kad prevencijos didinimas galimas NADA skleidžiant informaciją apie netyčinio dopingo vartojimo konkrečius atvejus: <...nacionalinė antidopingo agentūra skleistų tokius pavydžius, kaip pvz. slidininkė pasitėpė lūpas kremu ir tai buvo dopingo vartojimas, tai pvz. tokiais pavyzdžiais duotu idėją sportininkams, koks gali būti netyčinis dopingo vartojimas...>; <... Lietuvos antidopingo agentūra nelabai kalba apie tokius atvejus, nesigilina ir nediskutuoja, puikus pavyzdys tavo atvejis (čia kalba apie I. Adomavičiūtę), pasako, kad tik diskvalifikuota dėl tam tikros medžiagos (higenamino) ir viskas....>. Vieno tiriamojo manymu, esama esminių prevencijos priemonių: <...yra pagrindiniai dalykai, tokie kaip pasakymas, kad negali gerti „Gripex“ ar „Theraflu“, taip pat antidopingo programėle (appsas) yra naudingas...>, be to, galima kreiptis į NADA darbuotojas, tačiau jos pačios stokoja reikiamų žinių: <...visą laiką galima antidopingo darbuotojoms parašyti, bet jos ne visą laiką žino, dažniausiai sako ne, bet tu kartais nežinai, ar ta medžiaga, turėdama daug skirtingų pavadinimų, yra tai, ko tau reikia ieškoti...>. Taip pat buvo nurodyta, kad informacija yra paviršutiniška, o viešojoje komunikacijoje siekiama ne šviesti, o drausminti: <... esama yra per daug paviršutiniška. Nėra kalbama apie prevenciją, bendrą pagalbą sportininkui, komunikacijoje labiau bandoma drausminti, įbauginti ir perspėti apie galimas sankcijas...>. Nepaisant šių aspektų, tiriamieji sutiko, kad prevencija būtina, ypač vaikų ir paauglių atžvilgiu: <...prevencija dėl tyčinio ir netyčinio dopingo turėtų būti visą laiką, ypač vaikams, paaugliams...>. Kita vertus, buvo nurodyta, jog pats sportininkas turėtų imtis prevencinių veiksmų: <... domėjimasis papildų sudėtimi ir kiekvienos medžiagos patikrinimas per WADA. Nevartojimas neakredituotų ir nepirkimas iš neleistinų

arba akreditacijos neturinčių maisto papildų, tai lenkiškų arba amerikoniškų, kurių nėra aiški sudėtis ir jų užkrėtimas gali būti iki 10-15 proc....>. Taigi, galima teigti, kad nepakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo, o pateikiama informacija viešojoje erdvėje yra gana paviršutiniška. Prevencijos didinimas galimas NADA skleidžiant informaciją apie netyčinio dopingo vartojimo konkrečius atvejus. Tiriamieji sutiko, kad prevencija būtina, ypač vaikų ir paauglių atžvilgiu, tačiau taip pat buvo nurodyta, kad pats sportininkas turėtų imtis prevencinių veiksnių tokių kaip domėjimasis papildų sudėtimi, medžiagų tikrinimas, nepatvirtintų papildų neavartojimas ir pan.

Tiriamųjų buvo teiraujama, kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo (žr. 9 lentelę).

9 lentelė. Prevenciniai veiksmai siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Prevenciniai veiksmai siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo	Sportininkų ir kitų sporto profesionalų švietimas	<...švietimas, kitaip niekaip neparodysi sportininkui, kad egzistuoja netyčinis dopingo vartojimas...>; <... tik švietimas...>; <...sportininkų ir trenerių mokymas...>; <...švietimas...>; <...sportininkų, trenerių ir sporto medikų švietimas...>; <...daugiau paliečiamos sportininkus informacijos, daugiau tiesioginio bendravimo su sportininkais, sistemingas informavimas apie dopingo žalą ir poveikį organizmui, kad nebūtų vienetinis pasakymas per metus, o sistemingai šviestų sportininkus...>; <...išsamus ir platus švietimas...>; <...sportininkų švietimas...>; <... Švietimas...>
	Viešas informavimas apie netyčinio dopingo vartojimo pavyzdžius	<...rodymas viešojoje erdvėje ne tik mūsų, bet ir viso pasaulio, kiek skirtingų gali būti draudžiamų medžiagų iš pirmo žvilgsnio atrodančiuose nekaltuose papilduose...>; <...netyčinių dopingo vartojimo atvejų pavišimas...>; <...Informacijos dalijimasis (internetiniame puslapyje, kursuose, mokymuose) apie galimus įvairius pavojus, galbūt, atžvelgiant pasaulinius netyčinio dopingo vartojimo pavyzdžius, pastebėtas tendencijas ar pavojus, sukuriant realistiškesnį vaizdą sportininkui...>

Dauguma tiriamųjų minėjo sportininkų ir kitų sporto profesionalų plataus švietimo poreikį: <...apie visas medžiagas turi būti išsamiai papasakota, nes švietimo apie steroidus yra labai daug ir mes puikiai suprantame, kad tai yra draudžiama vartoti sportininkams, bet yra trūkumas kasdienišku medžiagų, kurios yra draudžiamos švietimo, reiktų labiau sukoncentruoto švietimo į sportininkų kasdienybę, kad pvz. draudžiamos medžiagos gali būti ir maiste....>. buvo minimos ir konkrečios priemonės, kuriais galėtų vykti netyčinio dopingo vartojimo prevencija, pavyzdžiui, seminarų ciklo apie antidopingą išklauskas: <...Sportininkai patys turėtų privalėti registruotis kažkioje sistemoje ir išklauskas tam tikra kiekį valandų antidopingo seminaro. Turėtų būti seminarų ciklas, taip pat, kad

*sportininkai nevaržomai šnekėtusi su antidopingo agentūra ir išvengtų nesusipratimu...>; <...turėtų vykti tam tikri mokymai apie netyčinį dopingo vartojimą ir prevenciją...>; padalinio, sertifikuojančio papildus sportininkams, šalia NADA steigimas: <...galėtų atsirasti prie mūsų Nacionalinės antidopingo agentūros kažkoks tai padalinys, kurie galėtų sertifikuoti visus papildus, vitaminus, kuriuos gauna sportininkai...>; antidopingo agentūros konsultacinės paslaugos: <...taip pat lengvai prieinama antidopingo agentūros konsultacinė paslauga...>; atsakingo asmens skyrimas nacionalinėse rinktinėse: <...atsakingas asmuo už papildų vartojimą rinktinėse nacionaliniu mastu su teisine atsakomybe, jei bus nustatytas dopingo atvejis rinktinėje po konkretaus papildų paskyrimo...>. Vieno tiriamojo manymu, prevenciniai veiksmai šiuo atveju turėtų būti kompleksiniai: <...turi būti prisilaikoma profesionalaus sportininko ruošimo modelio, t. y. turi būti komandos gydytojas, dietologas ir švietimas iš nacionalinės antidopingo agentūros....>. Taigi, siekiant netyčinio dopingo prevencijos, dauguma tiriamųjų minėjo sportininkų ir kitų sporto profesionalų plataus švietimo poreikį, o aptariant konkrečias prevencines priemones įvardinti seminarų ciklo apie antidopingą išklausymas, padalinio, sertifikuojančio papildus sportininkams, šalia NADA steigimas; antidopingo agentūros konsultacinės paslaugos; atsakingo asmens skyrimas nacionalinėse rinktinėse.*

Tyrimo metu aptarti ir prevenciniai veiksmai, kurių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo (žr. 10 lentelę). Tiriamieji vieningai įvardijo keturis pagrindinius sportininkų prevencinius veiksmus, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo: domėjimasis vartojamais produktais (papildais, vitaminais, žolelėmis); tik patikrintų ir sertifikuotų papildų vartojimą; medžiagų tikrinimą internete; bei konsultavimąsi su specialistais (gydytojais, dietologais ir t.t.).

10 lentelė. Sportininko prevenciniai veiksmai, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo (sudaryta darbo autorės)

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantis teiginys
Sportininko prevenciniai veiksmai, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo	Domėjimasis vartojamais produktais	<...domėjimasis šia problema...>; <...Stebėti, ką vartoja...>; <...Pats sportininkas turi sekti ir žinoti, kas yra naujo, nes nežinojimas nieko neišteisina...>; <...reikia pačiam sportininkui skaitytis, domėtis...>; <...ieškoti informacijos apie tokius atvejus savo iniciatyva...>; <...reikėtų pačiam daugiau domėtis per užsienio šaltinius...>; <...pačiam sportininkui reikia pasidaryti prevenciją, pasidomėti tokiais dalykais, kur galėtų būti randamas netyčinis dopingas...>; <...ieškoti informacijos apie papildus...>; <...daugiau domėtis, klausti...>; <...sportininkas pirkdamas visus vitaminus, maisto papildus ieškotų ir klaustų...>
	Patikrintų papildų vartojimas	<...turėtų pirkti papildus iš oficialių pardavėjų, kurie yra licencijuoti, turi licenciją prekiauti ir tie produktai yra

		<i>patikrinti...&gt;; &lt;... naudoti tik pačiam patikimus produktus...&gt;; &lt;... Šiaip geriausiai visada vartoti tik tuos preparatus, kuriuos duoda tik federacija ar olimpinis komitetas, tie kurie rūpinasi sportininkais...&gt;</i>
	Produktų tikrinimas internete	<i>&lt;...kiekvieną produktą, papildą ar žolelę tikrinti WADA programėleje ar medžiaga yra leidžiama, ar ji yra įtartina ir kaip ji su kažkuo sąveikauja...&gt;; &lt;... Tikrinti papildus...&gt;</i>
	Konsultavimasis su specialistais	<i>&lt;.. tartis su savo gydytoju...&gt;; &lt;...Sportininkas neturi vartoti jokių medikamentu be sporto gydytojo palaiminimo. Papildų programą sudaro arba dietologas arba gydytojas, kurie rekomenduoja ir visą atsakomybę neša jie...&gt;; &lt;... kreiptis į specialistus....&gt;; &lt;...kiek įmanoma dažniau konsultuotis su sporto mediku....&gt;</i>

Interviu pabaigoje aptarti sportininko atsakomybės dėl netyčinio dopingo vartojimo aspektai. Tiriamųjų buvo teirujamasi sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė. Dauguma tiriamųjų nurodė, kad atsakomybė turėtų būti taikoma: *<...žinoma, tyčia ar ne, atsakomybė turi būti taikoma...>; <...visiems dopingo atveju turi būti taikoma atsakomybė, nebent būtų aiškus netyčinio dopingo atvejis, bet jį reiktų įrodyti teisme. Ji ir yra taikoma. „nežinojimas neatleidžia nuo atsakomybės“ – šitas principas galioja...>; <... Manau taip, vis tiek kažkokia atsakomybė turi būti...>; <...manau vis tiek kažkokios bausmės reikia...>; <. Turi būti taikoma atsakomybė...>; <... Jei pas sportininką randama draudžiama medžiaga, tai kalbos net nėra, turi būti taikoma atsakomybė, jei tikrinta per varžybas, tų varžybų rezultatas turi būti likviduojamas...>; <... Turim vadovautis taisykle, kad nežinojimas neatleidžia nuo atsakomybės...>; <... Manau kad taip, kaip ir minėjau, kad labai retai sportininkas prisipažįsta vartojęs tyčia...>; <... taip, nes, kaip ir visur, įstatymų ar teisės aktų nežinojimas nuo administracinės atsakomybės neatleidžia...>. Tačiau nors tiriamieji ir laikėsi nuomonės, kad atsakomybė už netyčinį dopingą turėtų būti taikoma, tačiau pateikė įžvalgų, kad viskas priklauso nuo konkrečios situacijos: *<... tai priklauso nuo konkrečios situacijos...>;* o šios atsakomybės taikymo principai turėtų būti atitinkami, pavyzdžiui, atsižvelgiama į rastos draudžiamos medžiagos kiekį: *<... vis tiek tos medžiagos, sakykim, buvo, bet dydis turėtų ženkliai skirtis nuo suplanuoto naudoti ir pan., kur tikrai buvo sistemingai veikiami pagerinti rezultatui, o jei tai vieną kart vos, vos ribą siekiančios kažkokios tai medžiagos, tai turėtų būti atitinkama bausmė, kažkas mažo, pvz. 6 mėnesiai...>.* Taip pat buvo siūloma atsižvelgti į rastos medžiagos pobūdį bei sporto šaką: *<...nu ir aišku labai svarbu diferencijuoti, kokį preparatą rado sportininko organizme, jei medžiaga tiesiog nereikalinga toje sporto šakoje, nesuteikia jokie pranašumo, pvz. jei randa kokį tai raumenų auginimo stimuliatorių pas kokį sportininką, kuriam to tikrai nereikia, nei jėgos nei raumenų, ten kokia taktinė sporto šaka, pvz.**

*šaudymas, bet vis tiek taiko tokias pat sankcijas. Tai manau turėtų atsižvelgti į sporto šakos specifiką pagal tai ir turėtų būti sankcijos. Manau gali diferencijuoti ir priskirti medžiagas kiekvienai sporto šakai, pvz. prioritėtines ir ne prioritėtines...>.*

Tiriamieji taip pat siūlė taikyti mažesnę nuobaudą sportininkui: *<... tyčinio ir netyčinio dopingo vartojimo sankcijos turėtų būti skirtingos, nes visgi tai nėra ta pačia intencija įvykdytas veiksmas ir sąžiningumo principas yra pažeidžiamas skirtingai...>; <...manau vis tiek kažkokios bausmės reikia, nes kitaip būtų daug atvejų, kurie būtų labai kontraversiški, kur sistemingai žmonės naudojantys galėtų pradėti naudotis šita lengvata, jeigu sakykim tokia būtų, kad visai išvengtų bausmės....>; <...bet bausminės priemonės turėtų būti gerokai švelnesnės priklausomai nuo pažeidimų...>; <... turėtų būti atitinkama bausmė, kažkas mažo, pvz. 6 mėnesiai...>; <.. manau, kad kažkokia bausmė turi būti taikoma, bet atsižvelgiant į jos atvejį, pagrindimą ir pan. bausmės turėtų būti ne tokios aštrios, skausmingos kaip tyčiniaus dopingo vartojimo atvejais....>; <...gali būti tik sumažinama diskvalifikacijos trukmė, bet nuobauda vis tiek skiriama. Manau tai teisinga, kad skiriama nuobauda ir už netyčinį dopingo vartojimą...>; <... jei sunkesnės aplinkybės tuomet suspendavimą trumpesnio periodo nei šiuo metu numatyta...>. Vienas tiriamasis atsakomybės taikymo atveju siūlė kelias priemones, tokias kaip įspėjimas ar privalomi antidopingo kursai: *<...pradedant įspėjimu; privalomu antidopingo kurso valandų skaičiaus išklausymu....>**

Keli tiriamieji laikėsi nuomonės, kad nuo atsakomybės tokiu atveju turėtų būti atleidžiama, tačiau tai siejo su įrodinėjimo procesu: *<...jeigu įrodyta, kad vartojama buvo netyčia ir tuo labiau ne varžybų metu, tai tikrai galėtų būt atleidžiama. Manau, kad tai būtų teisinga, nes toks dopingo vartojimas sportininkui nesuteikia jokios naudos rezultatams siekti....>; <...jeigu įrodo, kad netūrėjo poveikio pasiekti norimų rezultatą ir objektyviomis priežastim įrodo, kad dopingo vartojimas yra netyčinis tai manau, kad sportininkas turėtų būti išteisintas, jo reputacija gražinta į toki lygį, kuris buvo ir viešai visiems paskelbta, kad tai buvo netyčia ir tokia situacija išpublikuota, kad būkit atsargūs, nes ir kitiems taip gali nutikti....>. Tačiau buvo pastebėta, kad įrodinėjimo procesas yra sudėtingas, o sportininkui trūksta priemonių apsiginti: *<...bet manau šitoje vietoje sistemoje trūksta priemonių apgynimui šitos pozicijos. Sportininkams reikia, kad kiekvienas sportininkas galėtų apginti save, paieškoti tiesos, nes tikrai be didelių pinigų to neįmanoma padaryti. Tą tikrai galima padaryti ir yra pavyzdžių, kai didelės šalys skiria dideles lėšas ir laimi procesą (bylinėjimosi ginant savo sportininką), o tie, kurie neturi pinigų, tiesiog susitaiko su diskvalifikacija. Šitoje vietoje manau, kad reikia numatyti kažkokius galbūt nemokamus juristus, tie, kurie galėtų atstovinėti sportininkus teismuose....>.**

Apibendrinant galima teigti, kad netyčinių dopingo vartojimą tiriamieji apibrėžė kaip draudžiamą medžiagų vartojimą sportininkui nežinant arba sportininkui nežinant bei nesiekiant gerinti sportinių rezultatų. Pagrindinėmis netyčinio dopingo vartojimo priežastimis buvo įvardintos sportininko žinių stoka, sportininkų neapdairumas bei nesidomėjimas, taip pat sportininkų savivalė, savarankiškai užsiimant savigyda ir papildų vartojimu bei draudžiamos medžiagos produktuose dėl gamintojo kaltės. Tiriamieji nurodė tris pagrindinius netyčinio dopingo vartojimo šaltinius: užterštus maisto papildus, maisto produktus bei medikamentus. Labiausiai paplitusiomis tarp sportininkų esant netyčiniam dopingo vartojimui medžiagomis nurodyti stimuliantai, narkotinės medžiagos bei diuretikai.

Buvo manoma, kad NADA atlieka šviečiamąjį bei kontrolieriaus vaidmenį, tačiau nemažos dalies tiriamųjų manymu, jos vaidmuo yra nepakankamas, kadangi organizacija nepadedą sportininkams apsiginti nuo kaltinimų, jeigu nustatomas netyčinis dopingo vartojimo atvejis. NADA turėtų būti pasiruošusi adekvačiai vertinti situaciją esant netyčiniam dopingo vartojimui bei padėti sportininkui. Buvo manoma, kad reikalinga daugiau švietimo iš NADA netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu. Informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinių dopingo vartojimą nėra pakankamas, todėl tokios informacijos sklaida turėtų būti didesnė. Atitinkamai, NADA rodo per mažai iniciatyvos šiuo klausimu bei vykdo nepakankamai mokymų apie netyčinių dopingo vartojimą. Tiriamieji sutiko, kad prevencija būtina, ypač vaikų ir paauglių atžvilgiu, tačiau taip pat buvo nurodyta, kad pats sportininkas turėtų imtis prevencinių veiksnių tokių kaip domėjimasis papildų sudėtimi, medžiagų tikrinimas, nepatvirtintų papildų neavartojimas ir pan. Siekiant netyčinio dopingo prevencijos, dauguma tiriamųjų minėjo sportininkų ir kitų sporto profesionalų plataus švietimo poreikį, o aptariant konkrečias prevencines priemones įvardinti seminarų ciklo apie antidopingą išklausymas; padalinio, sertifikuojančio papildus sportininkams, šalia NADA steigimas; informacijos apie netyčinio dopingo vartojimo konkrečius atvejus sklaidymas NADA; antidopingo agentūros konsultacinės paslaugos; atsakingo asmens skyrimas nacionalinėse rinktinėse.

Dauguma tiriamųjų manė, kad atsakomybė sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą turėtų būti taikoma, tačiau šios atsakomybės taikymo principai turėtų būti atitinkami, pavyzdžiui, atsižvelgiama į rastos draudžiamos medžiagos kiekį, taip pat rastos medžiagos pobūdį bei sporto šaką. Buvo siūloma tokiu atveju taikyti įspėjimus, mažesnes nuobaudas ar privalomus antidopingo kursus. Tačiau buvo pastebėta, kad įrodinėjimo procesas yra sudėtingas, o sportininkui trūksta priemonių apsiginti.



### 3.3. Tyrimo rezultatų aptarimas

Atliktas tyrimas atskleidė sportininkų, sporto gydytojų ir trenerių požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus. Reikia pastebėti, kad tiriamųjų nuomonė dėl netyčinio dopingo vartojimo paplitimo masto bei dažnumo buvo itin nevienareikšmė. Nors tiriamieji sutiko, kad mastą apibrėžti yra sudėtinga, tačiau dalis tiriamųjų manė, kad netyčinio dopingo vartojimo atvejai yra dažni, kita dalis teigė, kad šis reiškinys yra retas. Tai suponuoja, kad tiriamieji stokoja žinių ne tik apie netyčinio dopingo vartojimo mastą, bet ir apie patį reiškinį apskritai. Tačiau toks požiūris nestebina, kadangi ir moksliniu lygmeniu ši tema nėra itin plačiai analizuojama (Chan et al., 2016; Martínez-Sanz et al., 2017; Chan, Keatley, Tang, Dimmock & Hagger, 2018; Chan et al., 2020). Teigiama, kad netyčinio dopingo atveju sportininkas vartoja produktą (pvz., maisto papildus, energetinius gėrimus ar produktus, vaistus, vaistažoles ar „natūralius“ produktus), kurio sudėtyje yra draudžiamos medžiagos, arba yra veikiamas draudžiamos medžiagos įprastose situacijose (pvz., narkotikų dėmai, hormonais užteršta mėsa), nors nežino apie draudžiamos medžiagos buvimą (Chan, Tang, Yung, Gucciardi & Hagger, 2019). Analogišką netyčinio dopingo sampratą pateikė ir tiriamieji nurodydami, kad netyčinis dopingas gali būti suprantamas kaip draudžiamų medžiagų vartojimas sportininkui nežinant arba sportininkui nežinant bei nesiekiant gerinti sportinių rezultatų. Vienas tiriamasis netyčinį dopingo vartojimą apibrėžė kaip draudžiamų medžiagų vartojimą dėl klaidos. Somerville ir Lewis (2005) teigimu, žmogiškoji klaida yra laikoma netyčinio dopingo vartojimo priežastimi. Ji apima žinių stoką, mokymosi sunkumus, naivumą, tinginystę, užmaršumą ir susitelkimą į treniruotes/konkuravimą. (Somerville & Lewis, 2005).

Žvelgiant į netyčinio dopingo vartojimo priežastis, tiriamieji nurodė, kad pagrindinės netyčinio dopingo vartojimo priežastys yra sportininko žinių stoka, sportininkų neapdairumas bei nesidomėjimas, taip pat sportininkų savivalė, savarankiškai užsiimant savigyda ir papildų vartojimu bei draudžiamos medžiagos produktuose dėl gamintojo kaltės. Manytina, kad tiriamųjų žinios šiuo klausimu buvo pakankamos. Teigiama, kad nedeklaruotos draudžiamos medžiagos produktuose, užteršti papildai bei dopingo prevenciją skatinančios švietimo programos laikomos netyčinio dopingo vartojimo priežastimis (Kozhuharov, Ivanov & Ivanova, 2022b). Kita vertus, kaip jau buvo minėta, nurodytos dopingo vartojimo priežastys dažnai yra ne dėl veiklos gerinimo, o dėl kitų funkcinių (pvz., maisto papildų vartojimo) ar gyvenimo būdo veiksmų (pvz., traumos ar svorio). Tačiau šios priežastys nepateisina atleidimo nuo atsakomybės (Chan et al., 2017). Kita vertus, pabrėžiama, kad sportininkai turėtų būti atsargūs pirkdami ir vėliau vartodami maisto papildus, kad išvengtų atsitiktinio nelegalių medžiagų vartojimo (Amos, 2007).

Tyrimo metu nemažai buvo pabrėžiama, kad, visų pirma, sportininkai patys turi būti atsakingi už vartojamus produktus. Atitinkamai, sportininkai patys turi imtis aktyvių prevencinių veiksmų: domėtis papildų sudėtimi, tikrinti medžiagas internete, nevalgyti tam tikrų maisto produktų kitose šalyse, nevartoti nepatvirtintų papildų, tartis su gydytojais ir pan. Galima pastebėti, kad visi šie prevenciniai veiksmai aptariami ir mokslininkų. Įvairūs autoriai sutinka, kad sportininkui norint išvengti draudžiamų veiksmingumą gerinančių medžiagų maisto produktuose ir gėrimuose, būtina imtis tam tikrų pagrindinių veiksmų, pavyzdžiui, ieškoti patikimos informacijos apie dopingą ir tikrinti sudedamųjų dalių sąrašą (Chan et al., 2020). Be to, būnant užsienyje sportininkams rekomenduojama valgyti renginių organizatorių patvirtintuose restoranuose. Jei tai neįmanoma, sportininkai turėtų rinktis maistą iš geros reputacijos maisto šaltinio, nevalgyti kepenų ar iš jų pagamintų produktų ir vengti neįprastų ar egzotiškų mėsos produktų (Backhouse, Boardley & Chester, 2017). Svarbios yra ir konsultacijos su sporto gydytojais (Star, 2022). Teigiama, kad sportininkai prieš pirkdami bet kokius maisto papildus turėtų pasiklausti profesionalų nuomonės ar patarimų. Tačiau atkreipiamas dėmesys, kad kitų asmenų patarimai dėl maisto papildų vartojimo visiškai neapsaugo sportininkų nuo netyčinio dopingo vartojimo, nes gali būti, kad pirmieji neturi pakankamai žinių ar gerų ketinimų padėti sportininkams išvengti draudžiamų medžiagų. Todėl labai svarbu, kad patys sportininkai žinotų apie riziką, susijusią su netyčiniu draudžiamų medžiagų vartojimu (Chan et al., 2017).

Tiriamieji laikėsi nuomonės, kad NADA atlieka šviečiamąjį bei kontrolieriaus vaidmenį, tačiau nemažos dalies tiriamųjų manymu, jos vaidmuo yra nepakankamas, kadangi organizacija nepadeda sportininkams apsiginti nuo kaltinimų, jeigu nustatomas netyčinis dopingo vartojimo atvejis. NADA turėtų būti pasiruošusi adekvačiai vertinti situaciją esant netyčiam dopingo vartojimui bei padėti sportininkui. Ši pagalba iš tiesų yra pravarti, kadangi įrodinėjimo ir sankcijos skyrimo procese yra visa virtinė niuansų: itin svarbu nustatyti, ar sportininko elgesyje nebuvo (didelės) kaltės ar neatsargumo, ar draudžiamoji medžiaga atsirado iš užterštų produktų, ar tai buvo maisto papildų sudedamoji dalis, ar sportininkui slapta pakenkė jo varžovas ar treneris ir pan. (Zaksaitė, 2022). Manytina, kad pats sportininkas gali stokoti gebėjimų tinkamai apginti save esant kaltinimams dopingo vartojimu.

Taip pat buvo manoma, kad reikalinga daugiau švietimo iš NADA netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu. Informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą nėra pakankamas, todėl tokios informacijos sklaida turėtų būti didesnė. Atitinkamai, NADA rodo per mažai iniciatyvos šiuo klausimu bei vykdo nepakankamai mokymų apie netyčinį dopingo vartojimą. Moksliniu lygmeniu laikomasi nuomonės, kad NADO turėtų parengti strategijas, kaip padėti sportininkams priimti pagrįstą sprendimą dėl papildų vartojimo, pavyzdžiui, suteikdamos sportininkams ir pagalbiniam personalui žinių

ir priemonių, kaip įvertinti poreikį, riziką ir įvairių papildų vartojimo pasekmes (Lauritzen, 2022). Tai itin aktualu jaunų sportininkų atžvilgiu. Tyrimai rodo, kad dažnai jaunieji sportininkai nežino, kad reikia perskaityti nepažįstamų maisto produktų sudedamųjų dalių sąrašą ir imtis veiksmų, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo kasdieniame gyvenime (Hardcastle et al., 2014). Nepaisant jauno amžiaus, sportininkams taikoma atsakomybė už netyčinio dopingo vartojimą, nepaisant to, kad jie dažnai neturi suvokimo bei gebėjimų būti atsargiais draudžiamų medžiagų vartojimo kontekste (Kambhampati & Star, 2021).

Tyrimo metu buvo laikomasi nuomonės, kad atsakomybė sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą turėtų būti taikoma, tačiau šios atsakomybės taikymo principai turėtų būti atitinkami, pavyzdžiui, atsižvelgiama į rastos draudžiamos medžiagos kiekį, taip pat rastos medžiagos pobūdį bei sporto šaką. Buvo siūloma tokiu atveju taikyti įspėjimus, mažesnes nuobaudas ar privalomus antidopingo kursus. Tačiau buvo pastebėta, kad įrodinėjimo procesas yra sudėtingas, o sportininkui trūksta priemonių apsiginti. Kaip buvo minėta, WADC nustato dviejų etapų procesą, t. y. pirmiausia nustatomas pažeidimas, pagrįstas griežtos atsakomybės principu; antra, sportininkui tenka pareiga įrodyti, kad nėra reikšmingos kaltės ar aplaidumo. Paprastai sportininkas tuomet turi parodyti, kaip konkreti medžiaga pateko į jo organizmą (Zaksaitė, 2022). Esant sudėtingiems įrodinėjimo procesams ir siekiant įrodyti netyčinį dopingo vartojimą, darbo autorės manymu, iš tiesų reikalinga vertinti ne tik sportininko kaltės ypatumus, bet ir rastos draudžiamos medžiagos kiekį (koncentraciją), taip pat rastos medžiagos pobūdį bei sporto šaką.

## IŠVADOS

1. Netyčinis dopingo vartojimas įvyksta sportininkui netyčia ar nesąmoningai pavartojus WADA draudžiamų medžiagų sąrašė esančių medžiagų, dėl kurių užfiksuojamas teigiamas dopingo testas. Šis reiškinys įvyksta tuomet, kai sportininkas nežino ar negali žinoti apie draudžiamos medžiagos buvimą maiste ar gėrimuose, maisto papilduose ar vaistuose. Netyčinis dopingo vartojimas pasireškia dviem etapais: ant produkto etiketės nurodoma klaidinga ar netiksli informacija apie draudžiamas medžiagas arba tokia informacija išvis nenurodoma, o sportininkas vartoja maistą, gėrimus, maisto papildus ar vaistus pats arba šių produktų jam pasiūlo asmenys iš jo aplinkos – treneriai, tėvai ar draugai. Esama socialinių, elgesio bei psichologinių veiksnių, kurie turi įtakos netyčinio dopingo vartojimui tiek teigiama, tiek neigiama prasmėmis.
2. Netyčinio dopingo prevencija turėtų būti vykdoma kompleksiskai – šviečiant sportininką ir jo aplinką, t. y. trenerius ir kitus specialistus, dalyvaujančius sportininko rengime; antidopingo organizacijoms imantis aktyvių prevencinių veiksnių; bei keičiant galimus draudžiamų medžiagų ženklavimo aspektus.
3. Kokybiniu tyrimu įvertintus sportininkų, trenerių ir sporto gydytojų požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus nustatyta, kad galimai tiriamieji stokojo išsamių žinių ne tik apie netyčinio dopingo vartojimo mastą, bet ir apie patį reiškinį, vartojimo priežastis, šaltinius ir t.t. Tiriamieji išreiškė gana neigiamą nuomonę Lietuvos antidopingo agentūros atžvilgiu, teigdami, kad organizacija galimai per mažai vykdo šviečiamosios veikos netyčinio dopingo vartojimo aspektu bei neteikia efektyvios pagalbos netyčiniu dopingo vartojimu įtariamam sportininkui. Siekiant netyčinio dopingo prevencijos, dauguma tiriamųjų minėjo sportininkų ir kitų sporto profesionalų plataus švietimo poreikį, o aptariant konkrečias prevencines priemones įvardinti seminarų ciklo apie antidopingą išklaušymas; padalinio, sertifikuojančio papildus sportininkams, šalia NADA steigimas; informacijos apie netyčinio dopingo vartojimo konkrečius atvejus sklaidimas NADA; antidopingo agentūros konsultacinės paslaugos; atsakingo asmens skyrimas nacionalinėse rinktinėse. Be to, sportininkai patys turi imtis aktyvių prevencinių veiksnių: domėtis papildų sudėtimi, tikrinti medžiagas internete, nevalgyti tam tikrų maisto produktų kitose šalyse, nevertoti nepatvirtintų papildų, tartis su gydytojais ir pan. Nevienareikšmė tiriamųjų nuomonė buvo ir dėl atsakomybės taikymo sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą – dalis tiriamųjų manė, kad atsakomybė turėtų būti taikoma, kita dalis manė, jog sportininkas turėtų būti nuo atsakomybės atleidžiamas. Tačiau buvo sutarta, kad sportininkas turi mažai priemonių apsiginti nuo netyčinio

dopingo vartojimo įtarimų, o įrodinėjimo procese turėtų būti atsižvelgiama į konkrečią situaciją, sporto šaką, draudžiamos medžiagos pobūdį bei kiekį. Vertinant taikomos atsakomybės priemonės buvo siūlomi įspėjimas, mažesnis diskvalifikavimo terminas, privalomų antidopingo kursų išklaušymas.

## PASIŪLYMAI

Darbe teikiami tokie pasiūlymai sportininkams, siekiantiems išvengti netyčinio dopingo vartojimo:

1. aktyvus domėjimasis papildų sudėtimi,
2. produktų sudedamųjų medžiagų tikrinimas internete ar interneto programėlėse;
3. tam tikrų maisto produktų kitose šalyse nevalgymas;
4. nepatvirtintų ir nesertifikuotų papildų neavartojimas;
5. konsultacijos su gydytojais dėl vartojamų produktų sudedamųjų dalių.

Atitinkamai, siekiant netyčinio dopingo prevencijos, darbe taip pat pateikiami siūlymai Nacionalinei antidopingo agentūrai:

1. parengti strategijas bei švietimo programas, suteikiant sportininkams ir pagalbiniam personalui žinių ir priemonių, kaip įvertinti poreikį, riziką ir įvairių papildų vartojimo pasekmes;
2. svarstyti galimybę viešai skelbti netyčinio dopingo vartojimo atvejus, kad sportininkai žinotų kokie pavojai tyko ir būtų labai atidūs renkantis net ir iš šono saugiai atrodančius papildus;
3. svarstyti galimybę teikti sportininkams bei sporto profesionalams konsultacines paslaugas apie netyčinį dopingo vartojimą.

## ANOTACIJA

Esama daugybės būdų, kaip asmenys, o kartu ir sportininkai gali būti veikiami įvairių tam tikrų cheminių medžiagų, apie kurias net nenutuokiame. Galbūt tai nėra taip svarbu bendrai populiacijai, kadangi jiems ir jų gyvenimui tai neturi poveikio, tačiau sportininkams, kuriems dažnai atliekama dopingo kontrolė, tai yra ypatingai svarbu ir tai gali turėti neigiamas pasekmes tokias kaip laikinas karjeros sustabdymas ar net pabaiga. Darbo tikslas - nustatyti netyčinio dopingo vartojimo ypatumus bei šaltinius. Darbo uždaviniai: (1) atskleisti netyčinio dopingo vartojimo sampratą ir veiksnius; (2) išsiaiškinti netyčinio dopingo vartojimo prevencijos teorinius aspektus; (3) kokybine perspektyva įvertinti sportininkų, trenerių ir sporto gydytojų požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus.

Magistro darbe atliktas pusiau struktūruotas interviu su sportininkais, treneriais ir sporto gydytojais apie netyčinio dopingo vartojimo ypatumus. Nustatyta, kad galimai tiriamieji stokojo išsamių žinių ne tik apie netyčinio dopingo vartojimo mastą, bet ir apie patį reiškinį, vartojimo priežastis, šaltinius ir t.t. Tiriamieji išreiškė gana neigiamą nuomonę NADA atžvilgiu, teigdami, kad organizacija galimai per mažai vykdo šviečiamosios veikos netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu bei neteikia efektyvios pagalbos netyčiniu dopingo vartojimu įtariamam sportininkui. Buvo sutarta, kad sportininkas turi mažai priemonių apsiginti nuo netyčinio dopingo vartojimo įtarimų, o įrodinėjimo procese turėtų būti atsižvelgiama į konkrečią situaciją, sporto šaką, draudžiamos medžiagos pobūdį bei kiekį. Interviu metu pateikti pasiūlymai ir rekomendacijos, siekiant didinti netyčinio dopingo vartojimo prevenciją.

# SANTRAUKA

Ieva Adomavičiūtė

## „Dopingo prevencija: netyčinis dopingas ir jo šaltiniai“

Esama daugybės būdų, kaip asmenys, o kartu ir sportininkai gali būti veikiami įvairių tam tikrų cheminių medžiagų, apie kurias net nenučiuoja. Galbūt tai nėra taip svarbu bendrai populiacijai, kadangi jiems ir jų gyvenimui tai neturi poveikio, tačiau sportininkams, kuriems dažnai atliekama dopingo kontrolė, tai yra ypatingai svarbu ir tai gali turėti neigiamas pasekmes tokias kaip laikinas karjeros sustabdymas ar net pabaiga. Darbo tikslas - nustatyti netyčinio dopingo vartojimo ypatumus bei šaltinius. Darbo uždaviniai: (1) atskleisti netyčinio dopingo vartojimo sampratą ir veiksnius; (2) išsiaiškinti netyčinio dopingo vartojimo prevencijos teorinius aspektus; (3) kokybine perspektyva įvertinti sportininkų, trenerių ir sporto gydytojų požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus.

Kokybine perspektyva įvertintus sportininkų, trenerių ir sporto gydytojų požiūrį į netyčinio dopingo vartojimo ypatumus nustatyta, kad galimai tiriamieji stokojo išsamių žinių ne tik apie netyčinio dopingo vartojimo mastą, bet ir apie patį reiškinį, vartojimo priežastis, šaltinius ir t.t. Tiriamieji išreiškė gana kritišką nuomonę NADA atžvilgiu, teigdami, kad organizacija galimai per mažai vykdo šviečiamosios veikos netyčinio dopingo vartojimo atžvilgiu bei neteikia efektyvios pagalbos netyčiniu dopingo vartojimu įtariamam sportininkui. Siekiant netyčinio dopingo prevencijos, dauguma tiriamųjų minėjo sportininkų ir kitų sporto profesionalų plataus švietimo poreikį, o aptariant konkrečias prevencines priemones buvo įvardytos šios: seminarų ciklo apie antidopingą išklausymas; padalinio, sertifikuojančio papildus sportininkams, šalia NADA steigimas; informacijos apie netyčinio dopingo vartojimo konkrečius atvejus skleidimas NADA; antidopingo agentūros konsultacinės paslaugos; atsakingo asmens skyrimas nacionalinėse rinktinėse. Be to, sportininkai patys turi imtis aktyvių prevencinių veiksmų: domėtis papildų sudėtimi, tikrinti medžiagas internete, nevalgyti tam tikrų maisto produktų kitose šalyse, nevertoti nepatvirtintų papildų, tartis su gydytojais ir pan. Nevienareikšmė tiriamųjų nuomonė buvo ir dėl atsakomybės taikymo sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą – dalis tiriamųjų manė, kad atsakomybė turėtų būti taikoma, kita dalis manė, jog sportininkas turėtų būti nuo atsakomybės atleidžiamas. Tačiau buvo sutarta, kad sportininkas turi mažai priemonių apsiginti nuo netyčinio dopingo vartojimo įtarimų, o įrodinėjimo procese turėtų būti atsižvelgiama į konkrečią situaciją, sporto šaką, draudžiamos medžiagos pobūdį bei kiekį (koncentraciją). Vertinant taikomos atsakomybės priemonės buvo siūlomi įspėjimas, mažesnis diskvalifikavimo terminas, privalomų antidopingo kursų išklausymas.



**Raktiniai žodžiai:** dopingas; netyčinis dopingo vartojimas; netyčinio dopingo vartojimo prevencija.

## **SUMMARY**

**Ieva Adomavičiūtė**

### **“Doping prevention: unintentional doping and its sources”**

There are many ways in which individuals, and thus athletes, can be exposed to a wide range of certain chemicals without even knowing it. It may not be so important for the general population, as it does not affect them and their lives, but for athletes who are frequently subject to doping controls, it is particularly important and can have negative consequences such as suspension or even the end of a career. The aim of this thesis is to identify the characteristics and sources of unintentional doping. Thesis tasks: (1) to identify the concept and determinants of unintentional doping; (2) to clarify the theoretical aspects of prevention of unintentional doping; (3) to assess the attitudes of athletes, coaches, and sports doctors towards unintentional doping from a qualitative perspective.

A qualitative assessment of athletes', coaches', and sports doctors' attitudes towards unintentional doping found that the subjects may have lacked in-depth knowledge not only about the extent of unintentional doping, but also about the phenomenon itself, the causes and sources of doping etc. The subjects expressed a rather negative view of NADA, suggesting that the organization may not be doing enough to educate about unintentional doping and may not be providing effective support to athletes suspected of unintentional doping. In order to prevent unintentional doping, the majority of the respondents mentioned the need for extensive education of athletes and other sports professionals, and the specific preventive measures mentioned were: a series of seminars on anti-doping; the establishment of a unit certifying supplements for athletes next to the NADA; the dissemination of information on specific cases of unintentional doping to the NADA; the provision of consultancy services by the anti-doping agency; the appointment of a responsible person in the national team. In addition, athletes themselves need to take proactive preventive measures, such as asking about the composition of supplements, checking substances on the internet, not eating certain foods in other countries, not taking supplements that are not approved, consulting their doctors, etc. There were also mixed views on the issue of liability for an athlete caught inadvertently doping, with some respondents believing that liability should be imposed and others believing that the athlete should be exempted from liability. However, there was a consensus that the athlete has little means to defend himself against allegations of unintentional doping, and that the evidentiary process should consider the specific situation, the sport,

the nature, and quantity of the prohibited substance. In the evaluation of the applicable liability measures, a warning, a reduced period of Ineligibility and a mandatory anti-doping course were suggested.

**Keywords:** doping; unintentional doping; prevention of unintentional doping.

## BIBLIOGRAFINIŲ ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

1. Amos, A. (2007). Inadvertent doping and the WADA Code: can athletes with a cold breathe easy?. *Bond Law Review*, 19(1), 1-25.
2. Backhouse, S., Boardley, I. D., & Chester, N. (2017). The BASES expert statement on inadvertent doping in sport. *Sport and Exercise Science*, 54, 6-7.
3. Barkoukis, V., Lazuras, L., Tsorbatzoudis, H., & Rodafinos, A. (2013). Motivational and social cognitive predictors of doping intentions in elite sports: An integrated approach. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 23(5), e330-e340.
4. Boardley, I. D., Smith, A. L., Ntoumanis, N., Gucciardi, D. F., & Harris, T. S. (2019). Perceptions of coach doping confrontation efficacy and athlete susceptibility to intentional and inadvertent doping. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29(10), 1647-1654.
5. Chakraborty, M., Sarika, A. B., Dubey, S., & Sandhu, J. S. (2017). Inadvertent doping with the use of herbal preparations: is it a reality?. *International Journal of Pharmaceutical Chemistry and Analysis*, 4(1), 20-23.
6. Chan, D. K. C., Hardcastle, S., Dimmock, J. A., Lentillon-Kaestner, V., Donovan, R. J., Burgin, M., & Hagger, M. S. (2015). Modal salient belief and social cognitive variables of anti-doping behaviors in sport: Examining an extended model of the theory of planned behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 164-174.
7. Chan, D. K. C., Keatley, D. A., Tang, T. C., Dimmock, J. A., & Hagger, M. S. (2018). Implicit versus explicit attitude to doping: Which better predicts athletes' vigilance towards unintentional doping?. *Journal of science and medicine in sport*, 21(3), 238-244.
8. Chan, D. K. C., Ntoumanis, N., Gucciardi, D. F., Donovan, R. J., Dimmock, J. A., Hardcastle, S. J., & Hagger, M. S. (2016). What if it really was an accident? The psychology of unintentional doping. *British journal of sports medicine*, 50(15), 898-899.
9. Chan, D. K. C., Tang, T. C. W., Yung, P. S. H., Gucciardi, D. F., & Hagger, M. S. (2019). Is unintentional doping real, or just an excuse?. *British journal of sports medicine*, 53(15), 978-979.
10. Chan, D. K. C., Tang, T. C., Gucciardi, D. F., Ntoumanis, N., Dimmock, J. A., Donovan, R. J., ... & Hagger, M. S. (2020). Psychological and behavioural factors of unintentional doping: A preliminary systematic review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 273-295.
11. de la Torre, X., Colamonici, C., Iannone, M., Jardines, D., Molaioni, F., & Botrè, F. (2020). Detection of clostebol in sports: Accidental doping?. *Drug Testing and Analysis*, 12(11-12), 1561-1569.

12. Duiven, E., van Loon, L. J., Spruijt, L., Koert, W., & de Hon, O. M. (2021). Undeclared doping substances are highly prevalent in commercial sports nutrition supplements. *Journal of Sports Science & Medicine*, 20(2), 328.
13. Figueiredo, V. C., Silva, P. R. P. D., Trindade, R. D. S., & Rose, E. H. D. (2011). Cosmetic doping: the problems of intramuscular application of oils. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 17, 56-61.
14. Fincis. (2019). Evaluation of the anti-doping activities of Finnish sports organisations. [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://suek.fi/en/evaluation-of-the-anti-doping-activities-of-finnish-sports-organisations/>
15. Fitch, K. (2016). The World Anti-Doping Code: can you have asthma and still be an elite athlete?. *Breathe*, 12(2), 148-158.
16. Gatterer, K., Gumpenberger, M., Overbye, M., Streicher, B., Schobersberger, W., & Blank, C. (2020). An evaluation of prevention initiatives by 53 national anti-doping organizations: Achievements and limitations. *Journal of Sport and Health Science*, 9(3), 228–239.
17. Geyer, H., Parr, M. K., Koehler, K., Mareck, U., Schänzer, W., & Thevis, M. (2008). Nutritional supplements cross-contaminated and faked with doping substances. *Journal of mass spectrometry*, 43(7), 892-902.
18. Geyer, H., Schänzer, W., & Thevis, M. (2014). Anabolic agents: recent strategies for their detection and protection from inadvertent doping. *British journal of sports medicine*, 48(10), 820-826.
19. Golshanraz, A., Same-Siahkalroodi, L., & Poor-Kazemi, L. (2013). Doping and supplement: The attitude of Iranian national team coaches. *British Journal of Sports Medicine*, 47(10), e3-e3.
20. Guddat, S., Fußhöller, G., Geyer, H., Thomas, A., Braun, H., Haenelt, N., ... & Schänzer, W. (2012). Clenbuterol—regional food contamination a possible source for inadvertent doping in sports. *Drug testing and analysis*, 4(6), 534-538.
21. Hardcastle, S. J., Chan, D. K., Lentillon-Kaestner, V., Donovan, R. J., Dimmock, J. A., & Hagger, M. S. (2014). Athletes' beliefs about and attitudes towards taking banned performance-enhancing substances: A qualitative study. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(4), 241.
22. Huestis, M. A., Mazzoni, I., & Rabin, O. (2011). Cannabis in sport. *Sports medicine*, 41(11), 949-966.
23. Johnson, J., Butryn, T., & Masucci, M. A. (2013). A focus group analysis of the US and Canadian female triathletes' knowledge of doping. *Sport in Society*, 16(5), 654-671.

24. Judkins, C. M., Teale, P., & Hall, D. J. (2010). The role of banned substance residue analysis in the control of dietary supplement contamination. *Drug Testing and Analysis*, 2(9), 417-420.
25. Judkins, C., & Prock, P. (2012). Supplements and inadvertent doping—how big is the risk to athletes. *Acute topics in sport nutrition*, 59, 143-152.
26. Kajėnienė, A. (2020). Dopingo problema. *Nuotolinė mokslinė praktinė konferencija „Endokrinologija ir sportas“*. 2020 m. rugpjūčio 28 d., Kaunas, Lietuvos sveikatos mokslų universitetas. Nr. 1-2, p. 37-38.
27. Kallio, H., Pietilä, A. M., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of advanced nursing*, 72(12), 2954-2965.
28. Kallio, H., Pietilä, A. M., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of advanced nursing*, 72(12), 2954-2965.
29. Kambhampati, A., & Star, S. (2021). Playing true? A critique of the 2021 WADA Code. *The International Sports Law Journal*, 21(4), 223-242.
30. Kozhuharov, V. R., Ivanov, K., & Ivanova, S. (2022a). Dietary Supplements as Source of Unintentional Doping. *BioMed Research International*, 2022.
31. Kozhuharov, V., Ivanov, K., & Ivanova, S. (2022b). Higenamine in plants as a source of unintentional doping. *Plants*, 11(3), 354.
32. Lauritzen, F. (2022). Dietary supplements as a major cause of anti-doping rule violations. *Frontiers in sports and active living*, 4, 101.
33. Lietuvos Aukščiausiojo Teismo 2008-07-01 nutartis baudžiamojoje byloje Nr. 2K-299/2008.
34. Lietuvos Aukščiausiojo Teismo 2020-07-02 nutartis baudžiamojoje byloje Nr. 2K-7-54-628/2020.
35. Lietuvos Respublikos baudžiamasis kodeksas. *Žin.*, 2000-10-25, Nr. 89-2741.
36. Lietuvos Respublikos kūno kultūros ir sporto įstatymo Nr. I-1151 pakeitimo įstatymas. *TAR*, 2018-10-31, Nr. 17451.
37. Lietuvos tautinis olimpinis komitetas. (2022). Antidopingas Lietuvoje. [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://www.ltok.lt/antidopingas/>
38. MacLean, L. M., Meyer, M., & Estable, A. (2004). Improving accuracy of transcripts in qualitative research. *Qualitative health research*, 14(1), 113-123.

39. Manonelles, P., Aynés, O. A., López-Plaza, D., Calero, M. F., Calero, C. D. Q., Caravaca, L. A., & Terreros, J. L. (2020, January). Accidental doping. Prevention strategies. *Archivos de Medicina del Deporte*, 37(1), 44-51.
40. Mareck, U., Fuschöller, G., Geyer, H., Huestis, M. A., Scheiff, A. B., & Thevis, M. (2021). Preliminary data on the potential for unintentional antidoping rule violations by permitted cannabidiol (CBD) use. *Drug Testing and Analysis*, 13(3), 539-549.
41. Mareck, U., Fuschöller, G., Schertel, T., Petring, S., Huestis, M. A., & Thevis, M. (2022). Risk of unintentional antidoping rule violations by consumption of hemp products. *Drug Testing and Analysis*. [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35633098/>
42. Martínez-Sanz, J. M., Sospedra, I., Mañas Ortiz, C., Baladía, E., Gil-Izquierdo, A., & Ortiz-Moncada, R. (2017). Intended or unintended doping? A review of the presence of doping substances in dietary supplements used in sports. *Nutrients*, 9(10), 1093.
43. McIntosh, M. J., & Morse, J. M. (2015). Situating and constructing diversity in semi-structured interviews. *Global qualitative nursing research*, 2, 1–12.
44. Moston, S., & Engelberg, T. (2016). The presumption of guilt relating to athletes accused of doping. *World Sports Advocate*, 14, 8-11.
45. NADOs and the Anti-Doping Community. (2020). INADO Institute of National Anti-Doping Organisation. [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://www.inado.org/who-we-are/nados-anti-doping-community>
46. Nyarko, J. (2016). Newspaper review show in the broadcast media space in Ghana: An exploratory qualitative study. *Sage Open*, 6(2), 1–10.
47. Nicholls, A. R., Morley, D., Thompson, M. A., Huang, C., Abt, G., Rothwell, M., Cope, E., & Ntoumanis, N. (2020). The effects of the iPlayClean education programme on doping attitudes and susceptibility to use banned substances among high-level adolescent athletes from the UK: A cluster-randomised controlled trial. *The International journal on drug policy*, 82, 102820.
48. Okada, T., Matsuo, S., Shimada, K., & Minamino, T. (2022). Practical Efficacy of Prior Checks on Athletes' Medication Use for the Prevention of Unintentional Doping. *Substance Use & Misuse*, 1-7.
49. Outram, S., & Stewart, B. (2015). Doping through supplement use: a review of the available empirical data. *International Journal Of Sport Nutrition & Exercise Metabolism*, 25(1), 54-59.

50. Palinkas, L. A., Horwitz, S. M., Green, C. A., Wisdom, J. P., Duan, N., & Hoagwood, K. (2015). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. *Administration and policy in mental health and mental health services research*, 42(5), 533-544.
51. Patterson, L., and Staff, H. (2020) Understanding and influencing global coach anti-doping education through the development of an International Framework. Project Report. World Anti-Doping Agency. Prieiga internetu: <https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/7517/7/UnderstandingAndInfluencingGlobalCoachAntiDopingEducation-PATTERSON.pdf>
52. Sang, T. K. (2021). *Doping in athletics A critical analysis on the right to a fair hearing of an accused athlete* [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://su-plus.strathmore.edu/bitstream/handle/11071/12277/Doping%20in%20athletics%20A%20critical%20analysis%20on%20the%20right%20to%20a%20fair%20hearing%20of%20an%20accused%20athlete.pdf?sequence=1>
53. Sipavičiūtė, B., Šukys, S., & Dumčienė, A. (2020). Doping prevention in sport: Overview of anti-doping education programmes. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 2(117), 39–48.
54. Somerville, S. J., & Lewis, M. (2005). Accidental breaches of the doping regulations in sport: is there a need to improve the education of sportspeople?. *British journal of sports medicine*, 39(8), 512-516.
55. Star, S. (2022). The quest for harmonisation in anti-doping: an Indian perspective. *The International Sports Law Journal*, 1-20.
56. Thevis, M., Kuuranne, T., Fedoruk, M., & Geyer, H. (2021). Sports drug testing and the athletes' exposome. *Drug Testing and Analysis*, 13(11-12), 1814-1821.
57. Vaismoradi, M., Jones, J., Turunen, H., & Snelgrove, S. (2016). Theme development in qualitative content analysis and thematic analysis. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(5), 100-110
58. Van der Merwe, P. J., & Grobbelaar, E. (2004). Inadvertent doping through nutritional supplements is a reality. *South African Journal of Sports Medicine*, 16(2), 3-7.
59. Voravuth, N., Chua, E. W., Tuan Mahmood, T. M., Lim, M. C., Wan Puteh, S. E., Safii, N. S., ... & Mhd Ali, A. (2022). Engaging community pharmacists to eliminate inadvertent doping in sports: A study of their knowledge on doping. *PloS one*, 17(6), e0268878.

60. World Anti-Doping Agency. (2022). Guidelines for the 2021 International Standard for Education (ISE). [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: [https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/international\\_standard\\_ise\\_2021.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/international_standard_ise_2021.pdf)
61. World Anti-Doping Agency. (2022). Regional Anti-Doping Organizations (RADO). [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://www.wada-ama.org/en/rado-program>
62. Zaccardi, N. (2017, June 19). Aje Wilson loses American record after positive test; no Ban. OlympicTalk | NBC Sports. [interaktyvus] žiūrėta 2022-11-07. Prieiga internetu: <https://olympics.nbcsports.com/2017/06/19/ajee-wilson-positive-drug-test/>
63. Zaksaitė, S. (2010). Nusikalstamas elgesys sporto srityje. *Teisė*, 74, 136-152.
64. Zaksaitė, S. (2012a). Olimpinių žaidynių šviesa ir šešėliai apgaulingo elgesio sporte aspektu. *Sporto mokslas*, (3), 14-20.
65. Zaksaitė, S. (2012b). The interrelation of micro and macro factors that contribute to cheating in sports. *Sport & EU Review*, 4(2), 9-23.
66. Zaksaitė, S. (2015). *Apgaulės sporto srityje: teisinis ir kriminologinis požiūris*. Vilnius: My-kolo Romerio universitetas.
67. Zaksaitė, S. (2016). Nesibaigianti kova su dopingu: tarp drumzlinų mėginių ir paradinės politikos. *Naujasis Židinys-Aidai*, (3), 10-16.
68. Zaksaitė, S. (2022). Higenamine, Anti-Doping, and Plant-Based Cuisine: A Legal Analysis of Higenamine in Sport Anti-Doping Systems. *Laws*, 11(6), 82.



## PRIEDAI

### Priedas Nr. 1

#### Interviu transkripcijos

##### TIRIAMASIS Nr. 1

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Medžiagos ar būdo vartojimas nežinant, kad jis yra tenais ir nenorint tuo pagerinti savo sportinio rezultato. Vartojimas nežinant.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Sudėtinga pasakyti, nes realiai labai maža dalis yra įrodoma, kad teigiamas dopingo testas buvo dėl netyčinio dopingo vartojimo. Arba yra meluojama ir dengiamasi tuo (netyčiniu dopingo vartojimu) arba labai sunku įrodyti, kad jis buvo kažkokiam vartojamam papilde ar žolelėje ar dar kažkur. Manau, kad iš visų atvejų, bylų yra max kokie 5% įrodoma, kad dopingo vartojimas buvo netyčinis, tai yra labai maža dalis. Didžioji dalis papildų yra akredituoti, tenais negali būti draudžiamų medžiagų nes jie yra tiriami, o tų Amerikoniškų manau iki 10% yra užteršti.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Neapdairumas, nesidomėjimas kilme ir sudėtimi, nežinojimas, maskavimas, apsimetimas.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Užteršti maisto papildai iš kitų rinkų, kurie nėra sertifikuoti ir kurie neturi tarptautinio WADA sertifikato, kad yra saugūs vartoti. Dar gali būti iš tam tikrų maisto medžiagų, kurio suminė dozė tos medžiagos yra didesnė arba pakeičia metabolitą ir kitos medžiagos įsisavinimą jį pagerindamas ir taip tos medžiagos pakeisdamas koncentraciją kraujyje. Tai papildai, maistas, žolelės, bet daugiausia tai yra papildai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Stimuliantais užkrėsti papildai. Dar manau, kad daug kas vartoja CBD aliejus, jei nėra sertifikuoti, atitinkamos kokybės ir pinai išvalyti, tai manau gali būti narkotinės žolės derivatu užkrėstos medžiagos.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Šviečiamasis, kuo daugiau atvejų parodyti ir šviesti sportininkus. Pats sportininkas yra atsakingas už tai ką vartoja ir ką perka ir tai ką deda į burną, tai niekas kitas, tik šviečiamoji.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Manau sportininkai geriau žino, kokius kursus jiems rengia NADA vidinius, bet viešoje erdvėje informacijos kiekis nėra pakankamas. Apskirtai informacijos visą laiką trūksta. Manau antidopingo agentūra dabar ganėtinai aktyviai daro kursus ir mokomąsias paskaitas. Kartais bando šviesti ir per sporto medicinos konferencijas, kas pasikeitė arba kokios išimtys, o bendros informacijos manau, kad užtenka.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Domėjimasis papildų sudėtimi ir kiekvienos medžiagos patikrinimas per WADA. Nevartojimas neakredituotų ir nepirkimas iš neleistinų arba akreditacijos neturinčių maisto papildų, tai lenkiškų arba amerikoniškų, kurių nėra aiški sudėtis ir jų užkrėtimas gali būti iki 10-15%.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Švietimas, kitaip niekaip neparodysi sportininkui, kad egzistuoja netyčinis dopingo vartojimas. Viešoje erdvėje mes daug nematome pavyzdžių, bet kai pradedi domėtis supranti, kad tokių atvejų yra, koks jų kiekis ir kokie jie skirtingi. Tačiau Lietuvos antidopingo agentūra nelabai kalba apie tokius atvejus, nesigilina ir nediskutuoja, puikus pavyzdys tavo atvejis, pasako, kad tik diskvalifikuota dėl tam tikros medžiagos (higenamino) ir viskas. Manau, kad tik švietimas ir rodymas viešoje erdvėje ne tik mūsų, bet ir viso pasaulio, kiek skirtingų gali būti draudžiamų medžiagų iš pirmo žvilgsnio atrodančiuose nekaltuose papilduose.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Sportininkas yra pilnai atsakingas už tai ką deda į burną, tad turėtų pirkti papildus iš oficialių pardavėjų, kurie yra licencijuoti, turi licenciją prekiauti ir tie produktai yra patikrinti. Kitas dalykas, kiekvieną produktą, papildą ar žolelę tikrinti WADA programėlėje ar medžiaga yra leidžiama, ar ji yra įtartina ir kaip ji su kažkuo sąveikauja, nes ne visą laiką yra galimybė pasiklausti gydytojo ar kito specialisto, kuris tau pasakytų ir toli gražu mes (sporto gydytojai) patys žinom tikrai ne viską ir tų tokių išskirtinių ir retų medžiagų mes patys nežinome ir patys domimės. Man rekomenduotas puslapis tikrinti papildus yra [globaldro.uk](http://globaldro.uk). Tai manau reikia tikrinti, tikrinti ir dar kartą tikrinti papildus programėlėse.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Pagrindinė problema ir yra įrodyti netyčinį vartojimą, tai jeigu tas yra įrodoma, tada atsakomybė yra nuimama arba netaikoma, čia kaip teisme esi nekaltas kol tas yra neįrodyta, tu taip pat turi įrodyti, kad tas atsitiko netyčia ir iš kur ta medžiaga atkeliavo, bet tas yra fiziškai labai sudėtinga ir manau, kad

maždaug 90% tas yra neįrodoma. Vienas dalykas yra labai sunku rasti iš kur ta medžiaga atsirado, kitas dalykas pratestuoti produktus ir rasti jų užterštumą. Yra tokių, kuriems pavyksta tai įrodyti, bet didžioji dalis ne. Kadangi negali įrodyti, kad tai yra netyčinis tai yra ir turi būti traktuojama kaip dopingo vartojimas, kas gal ir nebuvo tavo siekiamybė.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Manau turėtų stengtis ir padėti mūsų antidopingo agentūra, aišku priklauso nuo medžiagos, kokia ir kiek ji suteikia pranašumo tavo sporto šakoje tam tikrų varžybų metu arba kiek ji keičia tavo sportinį pasirodymą, aišku jei ji yra iš esmės nekeičianti tavo fizinių galimybių arba fizinio pajėgumo ir tikrai yra numanoma, kad ta medžiaga yra netyčinė, manau gal turėtų švelnėti laikotarpis, tas atvejis turėtų būti pateiktas kaip mokomoji ir šviečiamoji medžiaga. Visiškai nebausti negali, dvigubų standartų negali būti, dopingas netyčinis ar tyčinis visgi yra dopingas.

**TIRIAMASIS Nr. 2**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Neatsakė, neturėjo laiko, interviu vyko telefonu, labai skubėjo.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Retai, kiek aš esu susidūręs. Bet būna tokių atvejų.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Sportininkas neturi užsiiminėti medicina, sportininkas neturi spręsti ką jam vartoti, turi gauti rekomendacijas iš sporto gydytojo, kuris užtikrina papildų saugumą.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Maisto papildai ir vaistai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Netyčinis tai stimulantinės medžiagos, kurios tai pat įeina į medicininius preparatus, nes įeina į sudėtį pvz. pseudoefedrinas.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Jei yra netyčinio dopingo vartojimo atvejų, jie turi įvertinti, kad jų edukacines programas kažkur neveikia, arba apskirtai nevedė tokių mokymų, specifikuotų į netyčini dopingo vartojimą. NADO uždavinys: edukacija, čia turi labai aiškiai edukuoti.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčini dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Jeigu vyksta netyčinis dopingo vartojimas, tai neapankamas. Kiek esu susidūręs tai manau nepakanka, vyksta per mažai mokymų, per mažai iniciatyvos iš antidopingo agentūros. Jeigu yra užsakomi mokymai tai truputi paskaitą paskaito ir viskas, bet manau agentūra pati turi būti proaktyvi.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Visų pirma įvertinant tai, kad pasikeitė mūsų sportininkų ruošimo sistema ir visa atsakomybė teko federacijoms, tai manau federacijos su šita užduotim nesusitvarkys ir situacija nėra gera, federacijai tampa per daug užduočių, su kuriomis sunku susitvarkyti. Kai buvo viskas centralizuota, tam tikros struktūros žinojo savo užduotis, kurias turėjo vykdyti (pvz. sportininkai tikrinosi sveikatą sporto dispenseryje ir jiems buvo skiriami papildai pagal gydytojų rekomendacijas).

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Turi būti prisilaikoma profesionalaus sportininko ruošimo modelio, t.y. turi būti komandos gydytojas, dietologas ir švietimas iš nacionalinės antidopingo agentūros.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Sportininkui tas neturi rūpėti, sportininkas turi bendrauti reguliariai ir pastoviai su savo medicinos komanda ir personalu.. Sportininkas neturi vartoti jokių medikamentų be sporto gydytojo palaiminimo. Papildų programą sudaro arba dietologas arba gydytojas, kurie rekomenduoja ir visą atsakomybę neša jie. Jei sportininkas pats pavartojo papildą be gydytojo leidimo, tada jis neša atsakomybę.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Žinoma, tyčia ar ne, atsakomybė turi būti taikoma.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Čia jau etiniai dalykai, apie kuriuos turi kalbėti dopingo pareigūnai, tai teisiniai dalykai, kitas pasaulis.

### **TIRIAMASIS Nr. 3**

#### **1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinis dopingas yra labai jautri tema sporte, nes susijęs su teisiniais reikalais - dopingo vartojimas yra draudžiamas ir nežinojimas neatleidžia nuo atsakomybės. Praktikoje antidopingo agentūros taiko praktiškai nulinės tolerancijos principą bet kokiam dopingo vartojimui, nes sportininkai su teigiamais dopingo testais dažniausiai neigia vartojimą arba teigia nežinoję, kad vartoja dopingą. Moraline prasme išlieka netyčinio vartojimo tikimybė dėl klaidos, nežinojimo ar kt.. Galimo paplitimo masto nežinau. Yra daryta studija, kur klausta sportininkų, ar vartotų dopingą, jei tai padėtų laimėti olimpinį medalį ir nebūtų pagauti 80% atsakė teigiamai.

#### **2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad dopingo vartojimas yra opi problema. O netyčinio vartojimo masto nežinau ir nenoriu spekuliuoti akiai. Yra kas vartoja tyčia ir bando slėpti, bet gal kartais būna ir netyčinių vartojimo atvejų.

#### **3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Netyčinio vartojimo priežastis manau yra per didelė sportininkų savivalė vartojant papildus. Taip pat ir efektyvesnės dopingo prevencijos sistemos trūkumas, edukacijos.

#### **4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Viename tyrime 10% rinkoje tirti sportiniai papildai ir 10% papildų rasta dopingo. Tad papildai vienas iš šaltinių. Sportininkas turi suprasti, kad kai kurie papildai ar vaistai skirti/ sukurti tik bendrai populiacijai ir ten gali būti dopingo (pvz mildronatą skiria kardiologai kardiologiniams ligoniams, testosteronas skiriamas endokrinologų hipogonadizmo gydymui ir pan.)

#### **5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Nežinau.

#### **6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Antidopingo agentūra dirba savo darbą - vykdo kontrolę. Ji dirba gerai. Manau turėtų būti gal net atskira dopingo prevencijos tarnyba šalia nacionalinės rinktinės, kuri padėtų sportininkams atsirinkti "švarius" papildus. Lietuvoje sportininkai vartoja kas ką nori be kontrolės. Nacionalinių rinktinių nariai turėtų teisiškai kontrakte su valstybe įsipareigoti vartoti tik tai, ką paskiria gydytojas ar tik suderinus su dopingo prevencijos tarnybos leidimu/paskyrimu.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčiniį dopingo vartojimą yra pakankamas?**

**Taip/Ne? Kodėl?**

Sportininkas, kuris rimtai vertina netyčinio dopingo riziką, visada ieškos informacijos ir saugosis. Negers neaiškių papildų, negers "naujos kartos" "unikalios formulės" " naujos technologijos" papildų ir pan. Visada pasitars su kompetentingais specialistais. Tad informacijos prieinamumas šiais laikais pakankamas.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Nepakanka. LT kol kas šioje srityje yra betvarkė nacionaliniu mastu.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Dopingo prevencijos taryba. Rinktinės narių griežti kontraktai dėl papildų vartojimo tvarkos. Atsakingas asmuo už papildų vartojimą rinktinėse nacionaliniu mastu su teisine atsakomybe, jei bus nustatytas dopingo atvejis rinktinėje po konkretaus papildų paskyrimo. Sportininkų ir trenerių mokymas.

**10. Kokių prevencinių veiksnių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Jau parašiau aukščiau.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Visiems dopingo atveju turi būti taikoma atsakomybė, nebent būtų aiškus netyčinio dopingo atvejis, bet jį reiktų įrodyti teisme.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Egzistuojanti sistema yra patvirtinta ir jos nekvestionuoju.

#### **TIRIAMASIS Nr. 4**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčiniį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinis dopingo vartojimas – kai jis į organizmą patenka nežinant, kad tu suvartojai į draudžiamų medžiagų sąrašą įtrauktų medžiagų. Toks netyčinis dopingo vartojimo paplitimas yra gana dažnas, tik kartais nesąžiningi sportininkai bando prisidengti ir pasiteisinti dopingo tikslingą vartojimą kaip netyčiniu.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad tikrų netyčinių dopingo vartojimo atvejų nėra daug, tačiau dažniausiai bandoma tuo „netyčiniu“ vartojimu pasiteisinti.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Nesidomėjimas kasmet atnaujinamu draudžiamų medžiagų vartoti sąrašu, užsiimant savigyda ir vartojant nesaugius maisto papildus.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Dažniausiai tai nutinka vartojant „nesaugius“, t. y. laboratorijų nepatikrintus, maisto papildus, vartojant vaistus ir nežinant, kad juose yra dopingui priskiriamos medžiagos. Kai kada galima netyčia suvartoti draudžiamų medžiagų su maistu, t. y. kai tam tikrose šalyse leidžiama veterinarijoje naudoti mėsos didesniam prieaugliui dopingines medžiagas.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Stimulantai

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Manau, kad pakankamas vaidmuo. Antidopingo agentūra vykdo mokymus, švietėjišką veiklą ir tai manau yra pakankamas vaidmuo. Didžiausia atsakomybė tenka pačiam sportininkui – domėtis ir būti atsakingu.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Man, besidominčiai šia sritimi, informacijos atrodo kad yra pakankamai, tačiau paprastam sportininkui reikėtų pateikti daugiau informacijos apie saugų maisto papildų pasirinkimą ir vartojimą. Tokios, lengvai randamos informacijos, manau trūksta.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Mažoka, kalbant apie didesnę sportininkų informavimą renkantis maisto papildus – dažniausiai sportininkai netyčia pavartoja dopingo būtent dėl nesaugių maisto papildų vartojimo.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Švietimas, netyčinių dopingo vartojimo atvejų paviešinimas.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Daugiau domėtis ir sekti informaciją apie draudžiamų medžiagų atnaujinamus sąrašus, neužsiimti savigyda, o kreiptis į specialistus.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Ji ir yra taikoma. „nežinojimas neatleidžia nuo atsakomybės“ – šitas principas galioja. Gali būti tik sumažinama diskvalifikacijos trukmė, bet nuobauda vis tiek skiriama. Manau tai teisinga, kad skiriama nuobauda ir už netyčinį dopingo vartojimą.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Diskvalifikacija turėtų būti skiriama (kad ir minimali), o taip pat galbūt būtų galima skirti išklausti koki seminarą apie pasitaikomus netyčinio vartojimo būdus ir patarimus, kaip to išvengti ateityje.

**TIRIAMASIS Nr. 5**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinis dopingo vartojimas, tai kai sportininkas nežinodamas su maistu, ar vaistais, ar papildais, pasisavina draudžiamas medžiagas. Manau, kad paplitimo mastas nėra didelis, bet pasitaikantis, nes kartais paprasčiausiuose purškiamuose vaistuose į nosį gali būti draudžiamų medžiagų.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad nedažnai pasitaiko netyčinis dopingo vartojimas, nes sportininkai stengiasi stebėti vaistų ar maisto sudėtis.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Dažniausia priežastis – nepatikrinta vartojamo produkto sudėtis.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Tikriausiai dažniausias šaltinis būtų vaistai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Nežinau.



**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo yra apgailėtinas, nes jiems, kad tik apkaltinti sportininką, ir neįdomu tyčinis ar netyčinis tas vartojimas.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Tikrai nėra pakankamas informacijos kiekis, nes tokių atvejų pasitaiko, o informacija skleidžiama tiesiog apie tai, kad negalima vartoti.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Taip.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Informacijos sklaida, kur dažniausiai gali pasitaikyti dopingas.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Stebėti, ką vartoja.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Jeigu įrodyta, kad vartojama buvo netyčia ir tuo labiau ne varžybų metu, tai tikrai galėtų būt atleidžiama. Manau, kad tai būtų teisinga, nes toks dopingo vartojimas sportininkui nesuteikia jokios naudos rezultatams siekti.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Įspėjimas ir gal koks siuntimas išklaustyt papildomų kursų apie netyčinį dopingo vartojimą.

## **TIRIAMASIS Nr. 6**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinis dopingo vartojimas, kai sportininkas pats nežinodamas suvartoja draudžiamą medžiagą su maisto produktais ar užterštais maisto papildais. Kiek teko girdėti tai nutinka ne taip ir retai. Visgi neturiu tikslios statistikos.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Negaliu atsakyti. Reiktu žiūrėti į ant dopingo agentūros statistiką.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Manau daugiausiai tai nutinka dėl sportininkų nežinojimo kokiuose maisto produktuose gali būti draudžiamų medžiagų. Ar vartojant maisto papildus kurių sudėtyje nenurodyti draudžiami preparatai bet dėl gamintojo aplaidumo linija kurioje buvo gaminami papildai buvo užteršta.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Manau kad vieni dažniausių tai maisto papildai ir kai kuriais atvejais maisto produktai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Mano nuomone tai stimulantai.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Nacionalinės ant dopingo agentūros vaidmuo yra gana svarbus. Jų rengiamuose seminaruose bei skleidžiamoje informacijoje turėtų būti daugiau informacijos apie maisto produktus kuriuose gali būti draudžiamų medžiagų, bei apie nepatikimus maisto papildų gamintojus.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Manau kad ne. Kaip minėjau trūksta informacijos.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Kaip minėjau anksčiau kad informacijos trūksta.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Sportininkų, trenerių ir sporto medikų švietimas informacijos sklaida.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Domėjimasis šia problema. Taip pat vengti vartoti egzotinius maisto produktus.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Tai priklauso nuo konkrečios situacijos

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Mano nuomone tai jau yra ant dopingo agentūros numatytos taisyklės, bet kaip ir minėjau kiekvienas atvejis yra vis kitoks.

**TIRIAMASIS Nr. 7**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinis dopingas tai kai sportininkas neturėjo ketinimu vartoti dopingą ir draudžiamos medžiagos pateko į jo organizmą netyčia, pvz. per lūpų balzamus, makiažus, kaip nutiko vienai slidininkei, kuri pasitėpė nušalusias lūpas ir draudžiama medžiaga pateko į jos organizmą. Per tokius produktus, kurie sportininkui neprideda jokio pranašumo. Jei randa rimtų medžiagų, kurios padėjo sportininkui įgyti pranašumą ir jų kiekis yra didelis, tai jau yra tyčinis dopingo vartojimas. Netyčinis tai kai randamas labai mažas kiekis. Manau paplitimo mastas nėra didelis.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Pasitaiko, kad dopingas yra netyčinis, tačiau nemanau, kad tai nutinka dažnai. Per mažai žinoma kokie preparatai yra uždrausti, dėl neapdairumo pavartojo, todėl ir nutinka tas netyčinis dopingo vartojimas.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Neapdairumas ir informacijos stoka apie vartojamus maisto papildus ar maistas, kuriame gali būti siejamos neleistinos medžiagos.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Daugiausia papildai, nes sportas yra toks, kad ne visi sportininkai gali gauti maisto papildų iš sertifikuotu parduotuvių, tad perka kas kur nori iš nepatikimų parduotuvė. Su maisto produktais yra mažai galimybių gauti draudžiamas medžiagas, bet yra įmanoma. Manau dažniausi šaltiniai yra užteršti maisto papildai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Stimulantai, didelis kiekis žmonių galvoja, kad jie suteikia energijos, tai ypatingai juos vartoja varžybų periodu. Dar manau narkotinės medžiagos, priklauso nuo to kaip sportininkai leidžia laisvalaikį, nes tai gan populiaru tarp jaunimo.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Jie turi tam tikras taisykles, kurių laikosi. Manau nacionalinė agentūra sunkiai identifikuoja tyčinis ar netyčinis dopingo vartojimas, nes tiesiog organizme yra rasta medžiaga ir tai skaitosi kaip dopingo vartojimas. Sportininkui reikia įrodyti, kad tai buvo netyčinis dopingo vartojimas. Jeigu sportininkas visai bando įrodyti, kad nežinodamas pavartojo dopingo ir koncentracija maža bei nesuteikia pranašumo, nacionalinė antidopingo agentūra turėtų padėti sportininkui įrodyti ar tai yra netyčinis dopingo vartojimas. Norėtusi daugiau pagalbos sportininkui, manau pagalba sportininkui iš visu organizacijų yra labai reikalinga tokiu metu. Agentūra neturėtų stengtis apkaltinti sportininką dopingo vartojimu, o turėtų padėti jam atsekti visa informaciją ir padėti jam susekti iš kur tas dopingas atsirado. Antidopingo agentūra turi padėti sportininkui būti svariame, o ne jį dar kaltinti.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas?**

**Taip/Ne? Kodėl?**

Nepakankamas, nes sporto medicina greitai keičiasi ir vis informacija, kuri yra antidopingo agentūroje ne visa laiką sportininkas spėja pasiekti. Daugiau reiktų skleisti info, kad sportininkas nepadarytų klaidos, nes nežinojo, kad kažkas pasikeitė.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Informacijos nepakanka, reiktų, kad nacionalinė antidopingo agentūra skleistų tokius pavydžius, kaip pvz. slidininkė pasitėpė lūpas kremu ir tai buvo dopingo vartojimas, tai pvz. tokiais pavyzdžiais duotu idėją sportininkams, koks gali būti netyčinis dopingo vartojimas.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Labai reikalingi tiesioginiai seminarai iš antidopingo agentūros, daugiau paliečiamos sportininkus informacijos, daugiau tiesioginio bendravimo su sportininkais, sistemingas informavimas apie dopingo žalą ir poveikį organizmui, kad nebūtų vienetinis pasakymas per metus, o sistemingai šviestų sportininkus. Sportininkai patys turėtų privalėti registruotis kažkokioje sistemoje ir išklaudyti tam tikra kieki valandų antidopingo seminaro. Turėtų būti seminarų ciklas, taip pat, kad sportininkai nevaržomai šnekėtųsi su antidopingo agentūra ir išvengtų nesusipratimų.

**10. Kokių prevencinių veiksnių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Nuolatos sekti pačią naujausią informaciją skleidžiamą visuose tarptautiniuose ir nacionaliniuose antidopingo agentūros puslapiuose. Pats sportininkas turi sekti ir žinoti, kas yra naujo, nes nežinojimas nieko neišteisina.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

*Jeigu įrodo, kad netūrėjo poveikio pasiekti norima rezultatą ir objektyviomis prielastimis įrodo, kad dopingo vartojimas yra netyčinis tai manau, kad sportininkas turėtų būti išteisintas, jo reputacija gražinta į toki lygi kuris buvo ir visai visiems paskelbta, kad tai buvo netyčia ir tokia situacija išpublikuota, kad bukit atsargus, nes ir kitiems taip gali nutikti.*

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Sportininkas turėtų būti greitai atstatytas, jo reputacija turėtų būti sugražinta, į prieš tai buvusią, neturėtų būti nuobaudų. turėtų būti skiriamas labai minimalus suspendavimo laikas, kad dopingas išnyktų draudžiama medžiaga iš sportininko kūno, kad sekantis patikrinimas parodytu, kad jos medžiagos nebėra ir sportininkas gali varžybauti su visais. Turi būti tam tikra diskvalifikacija, kad organizmas būtų švarus kaip ir kitų su kuriais varžosi.

**TIRIAMASIS Nr. 8**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Be intencijos pavartotas dopingas, kai žmogus ne dėl rezultato gerinimo vartojimo dopingą, bet galbūt pilnai nežinojęs apie tos medžiagos egzistenciją produkte, kurį jis vartojo, tada sakyčiau tai yra netyčinis dopingo vartojimas. Dėl paplitimo mąsto neįsivaizduoju, bet manau, kad tai koreliuoja su švietimu, kuo mažiau apšvieta grupė sportininkų, tuo daugiau tokių patiria netyčinio dopingo vartojimo atvejų.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad gan dažnai pasitaiko, bet galbūt ne visi netyčiniai pavartojimai yra užfiksuojami, kaip pvz. „Gripex“ ar „Aeropropolis“ vartojimas tarp sportininkų, kurie nėra testuojami ir nežino, kad šie produktai turi draudžiamų medžiagų profesionaliems sportininkams.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Pirmas dalykas tai švietimas. Trūkumas struktūrizuoto ir aiškaus švietimo apie kiekvieną medžiagą ir jos skirtingus pavadinimus, kad tai ne būtinai „Gripex“ yra draudžiamas, o tai turėtų būti apie konkrečią medžiagą, kuri yra papilde, pvz. pseudoefedriną, kuris yra „Gripex“. Taip pat, reiktų pateikti pavyzdžių mūsų kasdien vartojamuose produktuose, kaip pvz. kosmetiniai produktai, kuriuose yra draudžiamų

medžiagų (pvz. lūpų kaukė), norėusi, kad būtų daugiau pavyzdžių su tam tikrais produktais, kuriuose yra draudžiamų medžiagų.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Papildai, kurie yra perkami iš neautorizuotų pardavėjų, kurie nenurodo visu medžiagų ant produkto etiketės ir iš vaistų, kurie skirti kažkokioms tai ligoms gydyti arba persalimui, bet sportininkas nežino, kad ten yra draudžiama medžiaga arba nepasidomi pakankamai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Mano manymu, labiausiai paplitę yra stimulantai ir diuretikai, nes jie dažniausiai būna kai perki iš neautorizuotų papildų parduotuvių.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Jų pagrindinis darbas yra šviesti, visą laiką atsakyti į sportininkams kylančius klausimus ir patiems būti labai daug nusimanantiems apie šitą dalyką, apie visas medžiagas ir jų skirtingus pavadinimus. Kaip jos gali kažką mokinti jei jos pačios iki galo nežino. Tai visų pirma turi būti aukštesnis pasiruošimo lygis Lietuvos antidopingo agentūros. Aišku, jei tau į gertuvę kažkas kažko pripils, tai jau tada niekas nebus atsakingas, nei antidopingas, nei kažkas kitas, tik pats sportininkas, kuris paliko savo gertuvę be priežiūros.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Nepakankamas, yra labai basic. Taip antidopingas vykdo mokymus, bet jie dažniausiai būna kažkokiuose tai renginiuose, nebūna mokymų visiems sportininkams kartu arba tie sportininkai labai prastai lanko tuos mokymus. Manau pati federacija neatsakingai žiūri, kad ši informacija turi būti aiškiai ir struktūriškai teikiama sportininkams, sportininkai turi privalėti išklaudyti antidopingo mokymus, nepasaint nori jie to ar ne.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Prevencijos neužtenka, yra pagrindiniai dalykai, tokie kaip pasakymas, kad negali gerti „Gripex“ ar „Theraflue“, taip pat antidopingo programėle (appsas) yra naudingas, visą laiką galima antidopingo darbuotojoms parašyti, bet jos ne visą laiką žino dažniausiai sako ne, bet tu kartais nežinai ar ta medžiaga, turėdama daug skirtingų pavadinimų yra tai ko tau reikia ieškoti.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Išsamus ir platus švietimas, ne tik, kad pirkite papildus autorizuotoje parduotuvėje ir negerkite Gripex ir Theraflue, bei patikrinkite antidopingo programėlę. Taip čia jau yra nemažai, bet apie visas medžiagas turi būti išsamiai papasakota, nes švietimo apie steroidus yra labai daug ir mes puikiai suprantame, kad tai yra draudžiama vartoti sportininkams, bet yra trūkumas kasdieniškų medžiagų, kurios yra draudžiamos švietimo, reiktų labiau sukonzentruoto švietimo į sportininkų kasdienybę, kad pvz. draudžiamos medžiagos gali būti ir maiste.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Visų pirma, pats sportininkas gali turėti visas jam prieinamas priemones, tai aš pvz. labai dažnai pati naudoju Antidopingo programėlę, visą laiką skaitausi sudėtis, papildus perku tik iš autorizuotų parduotuvių (Maistas sportui) jei kažkokį papildą perku visą laiką tariusi su sporto gydytoju, visą laiką saugau savo gertuvę, nepalieku vienos. Reikia pačiam sportininkui skaitytis, domėtis, jeigu Lietuvos NADA taip gerai neapšviečia.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Manau taip, vis tiek kažkokia atsakomybė turi būti, nes vis tiek tos medžiagos sakykim buvo, bet dydis turėtų ženkliai skirtis nuo suplanuoto naudoti ir pan., kur tikrai buvo sistemingai veikiama pagerinti rezultatui, o jei tai vieną kart vos, vos ribą siekiančios kažkokios tai medžiagos, tai turėtų būti atitinkama bausmė, kažkas mažo, pvz. 6 mėnesiai. Manau vis tiek kažkokios bausmės reikia, nes kitaip būtų daug atvejų, kurie būtų labai kontraversiški, kur sistemingai žmonės naudojantys galėtų pradėti naudotis šita lengvata, jeigu sakykim tokia būtų, kad visai išvengtų bausmės.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Labai sunku atsakyti, nes nesijaučiu kompetentinga, bet jei man taip būtų, tiesiog norėtusi, kad būtų kažkoks palaikymas, kur sportininkas galėtų kreiptis ir būtų neteisiamas, kur galėtų pereiti kažkokius tai žingsnius, kuriuos būtų paruošusi mūsų antidopingo agentūra, kur va jei nenaudoji dopingo sąmoningai tai pvz. primas dalykas reikia parašyti pasiaiškinimą, antras siųsti papildus, trečias išsiaiškinti medžiagą, nu nežinau turėtų būti kažkoks tai sąrašas, kuriuos galėtų vadovautis žmogus atidūręs tokioje situacijoje. Manau čia turėtų būti kažkoks tai bendradarbiavimas tarp antidopingo agentūros arba tarptautinės ir tarp

sportininko. Ne pats sportininkas turėtų sugalvoti ką darytis, nes niekas nežino ką daryti tokioje situacijoje apart antidopingo agentūrų.

## **TIRIAMASIS Nr. 9**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Kai sportininkui nežinant į jo organizmą patenka draudžiami preparatai su maisto papildais ar maistu, nors maisto papildai ir turi reikalingus sertifikatus. Negalėčiau spėti paplitimo masto, bet mano manymu tyčinis vartojimas yra gerokai dažnesnis.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad nedažnai.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Informacijos, žinių stoka, maisto papilduose atsiradę draudžiami preparatai dėl gamintojo kaltės.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Maisto papildai; Maisto produktai; Kolegų sportininkų sumaišytos gertuvės.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Manau stimulantai.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Manau trūksta švietimo ir adekvatesnio vertinimo netyčinio dopingo vartojimo atvejais.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas?**

**Taip/Ne? Kodėl?**

Ne, trūksta sportininkams informacijos ar paprasčiausių praktinių pavyzdžių apie netyčinius dopingo vartojimo atvejus.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Manau, kad neužtenka.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Sportininkų švietimas.



**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Ieškoti informacijos apie tokius atvejus savo iniciatyva; Nevartoti maisto papildų; naudoti tik pačiam patikimus maisto produktus.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Turim vadovautis taisykle, kad nežinojimas neatleidžia nuo atsakomybės, bet bausminės priemonės turėtų būti gerokai švelnesnės priklausomai nuo pažeidimų. Pradedant įspėjimu; privalomu antidopingo kurso valandų skaičiaus išklausa ar jei sunkesnės aplinkybės tuomet suspendavimą trumpesnio periodo nei šiuo metu numatyta.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Panašiai atsakiau į 11 klausimą, tai kartosis atsakymas.

**TIRIAMASIS Nr. 10**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčią dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Tai kai sportininkas nežinojo apie neleistinų preparatų vartojimą. Kvailai skamba, nes sportininkas visada gali pasakyti, kad nežinojo, bet aš taip apibūdinčiau, kad nežinojo, jog suvartojo neleistinus preparatus.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

50 ant 50, galvoju, kad netyčinio dopingo ne visi atvejai yra randami. Galvoju, kad sportininkų, kurie suvartoja neleistinus preparatus to net neįsivaizduodami, bet taip tiesiog nutinka, kad tuo metu nepatikrina dopingo kontrolė, nes kuo daugiau gilinesi, pasirodo kad tų neleistinų preparatų yra tarp labai paprastų vaistų ar maisto produktų tarp kurių, gal net neįtartum. Todėl galvoju, kad netyčinis dopingo vartojimas pasitaiko gana dažnai, taip kaip ir tyčinis.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Neapsiskaitymas ir žinių trūkumas, tiesiog nežinojimas, o kas kaltas už nežinojimą, tai tikriausiai pats atsakai.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Manau maistas ir maisto papildai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Manau narkotinės medžiagos.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Manau joks, nulis, nepakankamas. Nesidomėjau šiais atvejais, bet pati iš asmeninės patirties, iš pažįstamų sportininkų rato, nežinau nei vieno atvejo, kada Nacionalinė antidopingo agentūra būtų padėjusi išsiaiškinti netyčinio dopingo vartojimo atvejį ir būtų kovojusi ar bandžiusi išteisinti sportininką.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Manau nepakankamas, nes niekur nėra informacijos apie netyčinį dopingo vartojimą iš Lietuviškų tinklapių, iš Lietuvos NADA, nematau, nesu mačiusi, o manau tai turėtų būti pagrindinis šaltinis, kuris turėtų skleisti šią informaciją, iš jų aš asmeniškai tokios informacijos nesu mačiusi.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Manau prevencijos tikrai nepakanka.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Kaip vyksta mokymai apie ADAMS sistemą, kaip ją teisingai vesti, tai manau taip pat turėtų vykti tam tikri mokymai apie netyčinį dopingo vartojimą ir prevenciją.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Reikėtų pačiam daugiau domėtis per užsienio šaltinius, galbūt užsienio antidopingo agentūros daugiau suteikia informacijos šiais atvejais. Prevencijai, reiktų pačiam pasiskaityti ar pasidaryti sąrašą, pvz. skrendant į tam tikrą šalį reikia žinoti, kad galbūt joje reikia nevalgyti mėsos ar atsisakyti, nes tarp tos šalies, labai dažnai gyvuliai yra prišeriami dopingo turinčiais papildais. Tai pačiam sportininkui reikia pasidaryti prevenciją, pasidomėti tokiais dalykais, kur galėtų būti randamas netyčinis dopingas.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Turi būti taikoma atsakomybė, nes visgi kaip išsiaiškinti kas vartojo tyčia ir kas netyčia, nes niekada tikriausiai niekada nebus tokio išsiaiškinimo būdo nes nieks niekada tiek nesiaiškins, kaip normaliose

teismuose, nes viskas tiesiog yra paprasčiau numojama ranka ir viskas padaroma kaip tiesiog tyčinis dopingo vartojimas. Manau, kad kažkokia bausmė turi būti taikoma, bet atsižvelgiant į jos atvejį, pagrindimą ir pan. bausmės turėtų būti ne tokios aštrios, skausmingos kaip tyčiniaus dopingo vartojimo atvejais.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Jeigu sportininkas iš tikrųjų įrodo, kad vartojo netyčia, 100%, ten kažkaip pripažįsta ir yra pateikti dokumentai, tada siūlyčiau jo visiškai nebausti, bet bausmė būtų tokia, kad jei tai buvo per varžybas, tai tiesiog anuliuoti tą varžybų rezultatą, nes vis tiek tas dopingas jį veikė ir neleisti startuoti mėnesį, du ar tris, tiek kiek jo tas dopingas, kurį rado jo kūne būtų veiksmingas ir suteiktų pranašumo prieš kitus sportininkus.

**TIRIAMASIS Nr. 11**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Manau, kad sistema taip padaryta, kad tokia sąvoka kaip netyčinis dopingo vartojimas neegzistuoja pas mus, nes niekas net nebando išaiškinti ar čia tyčinis ar netyčinis, kaip pateko, iš karto bando apkaltinti sportininką ir antras dalykas, kad sistema taip specialiai sukurta, kad apginti save galėtų tikrai vienetai, nes tam reiktų labai daug pinigų ir tokie sportininkai, nekomercinių sporto šakų atstovai negali skirti tiek pinigų, kad apginti save ir įrodyti, kad čia tyčinis ar netyčinis dopingo vartojimas.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Sudėtinga pasakyti, nes neskirto į tyčinį ar netyčinį dopingo vartojimą, dažniausiai visus pripiešia prie tyčinių.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Pačiam sportininkui yra labai sunku kontroliuoti tą ką valgo, didelė galimybė, kad gali primaišyti varžybose, stovyklos metu, konkurentai gali įbarstyti į kokį gėrimą, nors ir sportininkai bando nuo to apsisaugoti, bet būna, kad užsimiršti ir palieki savo gertuvę sporto salėje ar kur nors rūbinėje pamiršti pasiimti ir per tą laiką kažkas gali kažką padaryti, dažniausiai tai iš konkurentų gal kažkas. Taip pat patys maisto papildai, nes sportininkas negali turėti savo laboratorijos ir tikrinti kiekvieną gautą maisto papildą, tai labai sunku atsekti iš kur draudžiama medžiaga pateko į organizmą. Mano manymų mažai yra sportininkų, kurie eina ten kažkur į turgų ieškoti kažkokių stipresnių medikamentų arba maisto papildų

ir vartoja tokius neaiškius, tai tokiais medikamentais, papildais kokiais aprūpina Olimpiniis komitetas, sporto centras ar federacija tokius ir naudoja.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Maisto papildai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Tikriausiai dažniausiai stimulantai, manau priklauso nuo sporto šakos, čia labai skirtingai gali būti.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Kiek esu susidūręs su šita organizacija, jie tiesiog dingsta jei yra koks konfliktas ir net nebando padėti sportininkams rasti tiesos, apginti sportininką, iš karto pakabiną etiketę nesąžiningo sportininko. Manau, kad trūksta mūsų Nacionaliniai agentūrai stiprių vadovų, kurie galėtų, ne tik apkaltinti sportininkus, bet bandyti apginti ir surasti tiesos.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Informacijos niekada per daug nebūna, jeigu būtų daugiau, būtų geriau.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Manau, kad net negirdi ir nematai apie tai kol nesusiduri su panašia situaciją. Tai jei nematai to ir negirdi, reiškia nepakanka to kaip prevencijos priemonių.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Galėtų atsirasti prie mūsų Nacionalinės antidopingo agentūros kažkoks tai padalinys, kurie galėtų sertifikuoti visus papildus, vitaminus, kuriuos gauna sportininkai.

**10. Kokių prevencinių veiksnių gali imtis pats sportininkas, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Na tai aišku, kaip visada turi prižiūrėti ką jie valgo, kur jie valgo, kad nepalikinėti niekur savo gertuvių, savo paruoštų gėrimų, nes visada pasirošia sportininkai gėrimus ir kaip pavyzdžiui pas mus būdavo sporto salėje kokie 20 skirtingų šalių atstovų, kurie keičiasi, išeina, bėga krosą, tai norint galima likviduoti konkurentą kokį tai, todėl reikia labai tą prižiūrėti ir rūpintis ir aišku niekada nepirkti jokių ten neaiškių preparatų. Dažnai būna kur iš Amerikos ateina papildai, tai jie nesertifikuoti Lietuvoje, Europoje

ir jie turi pastiprintas dozes, nes ten kitokie reikalavimai ir net nedraudžiamų preparatų dozės yra labai stipriai padidintos. Šiaip geriausiai visada vartoti tik tuos preparatus, kuriuos duoda tik federacija ar olimpinis komitetas, tie kurie rūpinasi sportininkais.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Jei pas sportininką randama draudžiama medžiaga, tai kalbos net nėra, turi būti taikoma atsakomybė, jei tikrinta per varžybas, tų varžybų rezultatas turi būti likviduojamas. Bet manau šitoje vietoje sistemoje trūksta priemonių apginimui šitos pozicijos. Sportininkams reikia, kad kiekvienas sportininkas galėtų apginti save, paieškoti tiesos, nes tikrai be didelių pinigų to neįmanoma padaryti. Tą tikrai galima padaryti ir yra pavyzdžių, kai didelės šalys skiria dideles lėšas ir laimi procesą (bylinėjimosi ginant savo sportininką), o tie kurie neturi pinigų tiesiog susitaiko su diskvalifikacija. Šitoje vietoje manau, kad reikia numatyti kažkokius galbūt nemokamus juristus, tie kurie galėtų atstovinėti sportininkus teismuose. Išvada, kad jeigu yra konkrečių įrodymų, kad sportininkas vartojo draudžiamas medžiagas, tuomet privaloma jam taikyti sankcijas. Nu ir aišku labai svarbu diferencijuoti kokį preparatą rado sportininko organizme, jei medžiaga tiesiog nereikalinga toje sporto šakoje, nesuteikia jokio pranašumo, pvz. jei randa kokį tai raumenų auginimo stimuliatorių pas kokį sportininką, kuriam to tikrai nereikia, nei jėgos nei raumenų, ten kokia taktinė sporto šaka pvz. šaudymas, bet vistiek taiko tokias pat sankcijas. Tai manau turėtų atsižvelgti į sporto šakos specifiką pagal tai ir turėtų būti sankcijos. Manau gali diferencijuoti ir priskirti medžiagas kiekvienai sporto šakai pvz. prioritetingas ir ne prioritetingas

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Atsakyta prieš tai.

**TIRIAMASIS Nr. 12**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Tai per klaidą suvartotas produktas, kuriama yra draudžiamų preparatų. Manau, kad paplitimas yra didelis, nes sportininkai pagauti dėl neleistinų medžiagų vartojimo, retai prisipažįsta patys kažką vartoję, tai galima teigti, kad tai yra netyčinis vartojimas.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Kai vartoja neprofesionalus sportininkas ir jo mėginyje randa dopingo, tai yra viena, jei netyčia randamos draudžiamos medžiagos, o kai profesionalus sportininkas, tai jau kita, nes pats sportininkas turi domėtis ir aiškiai žinoti ką vartoja. Tai sunku atsakyti į šį klausimą.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Vartojimas mediciniškai nepatvirtintus papildus. Reikia tartis su savo gydytoju. Neišprusimas.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Manau pigūs EU sąjungoje nepatvirtinti medikamentai ir papildai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Manau kad netyčinis labiausiai paplitęs narkotikai, nes tada lengviausia sužinoti kaip jie atsirado sportininko kūne.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Manau, kad dėmesys galėtų būti didesnis. Informuoti sportininkus ne tik socialiniuose tinkluose apie kažkokį papildą bet ir asmeniškai.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Manau kad yra pakankamas kiekis tik reikia domėtis, galima rasti visų uždraustų medžiagų sąrašą, reikia tikrinti ką vartoji.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Manau kad prevencija užsiima pats sportininkas atsakingai rinkdamasis ką vartoja.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Didesne informacija apie populiarius bet uždraustus papildus ir medikamentus ir jų vartojimą

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Tikrinti papildus, tartis su savo gydytoju. Ieškoti informacijos apie papildus

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Manau kad taip, kaip ir minėjau kad labai retai sportininkas prisipažįsta vartojęs tyčia.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Jei sportininkas įrodo iš kur atsirado uždrausta medžiaga manau neturėtų būti baudžiamas.

**TIRIAMASIS Nr. 13**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Netyčinį dopingo vartojimą apibrėžčiau dviem būdais: pirmuoju, kai sportininkas pavartoja neleistinos medžiagos to nežinodamas, antruoju, kai sportininkas tyčia vartojo neleistiną medžiagą, bet savo veiksmus nurodo kaip netyčinius. Sunku įvertinti koks yra paplitimo mastas, bet manau, kad didesnis nei yra iš tikrųjų – ne visi sportininkai yra pakankamai dažnai testuojami, kad kiekvienas netyčinis vartojimas būtų surastas, taip pat ne visi netyčiniai dopingo vartojimai yra įrodomi ir pateikiami kaip netyčiniai galutinėje sportininkui skiriamoje sankcijoje.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau dažniau pasitaikantys atvejai yra tyčiniai. Visgi dažniausiai neleistinos medžiagos yra naudojamos tam tikram tikslui pasiekti.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Čia kyla klausimas, ar netyčinis dopingo vartojimas gali turėti vartojimo priežastis, jeigu pats žodis „netyčinis“ suponuoja, kad veiksmas buvo atliktas atsitiktinai ar to nesuprantant. Bet sakyčiau: nepatikrintų prekinių ženklų papildų vartojimas, neleistinų medicininių preparatų vartojimas, kai rinktinėje nėra gydytojo, skiriančio leistinus vaistus ar gydymo metodus, neapdairumas, informacijos trūkumas.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Manau, užteršti papildai, tam tikri vaistai, kai kurie maisto produktai.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Manau, kad turguje lengva nusipirkti papildų, turinčių anabolinių steroidų, o Amerikoje – menstruacijų skausmus mažinančių vaistų su diuretikais.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Nesu girdėjusi atvejų, kai agentūra kalbėtų apie netyčinį vartojimą. Manau, kad jis nėra pakankamas, apie pavojus ir rizikas dopingo vartojimo tema yra kalbama labai paviršutiniškai.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Nesu girdėjusi informacijos apie netyčinį dopingo vartojimą arba apie sankcijas sportininkams, kurių dopingo vartojimas buvo įrodytas kaip netyčinis.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Informacijos nepakanka, o esama yra per daug paviršutiniška. Nėra kalbama apie prevenciją, bendrą pagalbą sportininkui, komunikacijoje labiau bandoma drausminti, įbauginti ir perspėti apie galimas sankcijas.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Informacijos dalijimasis (internetiniame puslapyje, kursuose, mokymuose) apie galimus įvairius pavojus, galbūt, atžvelgiant pasaulinius netyčinio dopingo vartojimo pavyzdžius, pastebėtas tendencijas ar pavojus, sukuriant realistiškesnę vaizdą sportininkui. Taip pat lengvai prieinama antidopingo agentūros konsultacinė paslauga.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiantis išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Daugiau domėtis, klausti, vengti nežinomų vaistų, papildų, maisto produktų. Kiek įmanoma dažniau konsultuotis su sporto mediku.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Iš vietos pusės – taip, nes, kaip ir visur, įstatymų ar teisės aktų nežinojimas nuo administracinės atsakomybės neatleidžia. Iš kitos pusės, mano nuomonė, tyčinio ir netyčinio dopingo vartojimo sankcijos turėtų būti skirtingos, nes visgi tai nėra ta pačia intencija įvykdytas veiksmas ir sąžiningumo principas yra pažeidžiamas skirtingai.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Veiksmai turėtų priklausyti nuo surinktų duomenų: laboratorinių tyrimų, kiek rastos medžiagos normos viršijo leistinas normas, kokia tai medžiaga, varžybinio/ ne varžybinio periodo, sportininko testavimų istorijos.



## **TIRIAMASIS Nr. 14**

**1. Kaip apibūdintumėte netyčinį dopingo vartojimą? Kaip manote, koks yra jo paplitimo mastas?**

Kai tu vartoji draudžiamas medžiagas ir to nežinai.

**2. Kaip manote, ar dažnai pasitaiko, kad dopingo vartojimas yra netyčinis?**

Manau, kad tikrai pasitaiko, tai nėra kažkokia naujiena, kad būna netyčinis pavartojimas.

**3. Kokios, jūsų manymu, yra netyčinio dopingo vartojimo priežastys?**

Pagrindinė priežastis netyčinio dopingo vartojimo yra pats gamintojas, kuris piktybiškai nenurodo esančių medžiagų parduodamose papilduose. Na nebent dar sportininkas, kuris neišmano sudėties, nežino kokios tiksliai medžiagos yra draudžiamos, nes vienos medžiagos yra draudžiamos tik varžybų metu, o kitos draudžiamos ir varžybų ir bet kuriuo kitu metu, tai paprasčiausiai sportininkas neapsišvietęs tokiu klausimu.

**4. Kokie yra dažniausi netyčinio dopingo vartojimo šaltiniai (pavyzdžiui, papildai, maisto produktai ir pan.)?**

Papildai, nes vis tiek yra didelis mastas, žmonės mėgsta vartoti papildus, tai manau, kad didžiausias. Nes maistas tai nežinau, manau reiktų suvalgyti labai didelį kiekį maisto, kad gautum teigiamą dopingo rezultatą. Labai nesidomėjau tuo, tai manau papildai pagrindas yra.

**5. Kokios, jūsų manymu, medžiagos yra labiausiai paplitusios tarp sportininkų netyčinio dopingo vartojimo (pavyzdžiui, stimulantai, narkotinės, diuretikai ir pan.)?**

Svorio metimui skirti papildai, stimulantai, o dabar kai tokie laikai tai gal ir narkotinės medžiagos ypač jaunimo tarpe.

**6. Koks, jūsų manymu, yra Nacionalinės antidopingo agentūros vaidmuo netyčinio dopingo vartojimo kontekste? Ar jis yra pakankamas?**

Turi savas darbo taisykles ir vadovaujasi darbo taisyklėmis. Mano atveju, sulaukiau daug patarimų, kaip elgtis, ką daryti, bet tai paliekama sportininko valiai įrodyti, kad tai yra netyčinis dopingo vartojimas, o agentūra priima bausmes ir nuosprendžius kas yra parašyta ant popieriaus. Manau jie dirba savo darbą, negali vadovautis emocijomis nei kažkuo kitu. Manau per tiek metų dirbdami jie mato ir jaučia sportininkus kas netyčia, papuolė ant nešvaraus produkto, o kas meluoja ir bando įrodyti, kad netyčinis vartojimas.

**7. Ar informacijos kiekis sporto sferoje apie netyčinį dopingo vartojimą yra pakankamas? Taip/Ne? Kodėl?**

Kai man nutiko toks įvykis, aš tikrai net netikėjau, kad taip gali būti, kad tu perki produktą, kuris yra gaminamas oficialiai ir kad tame produkte dar gali būti įdėta kažkas papildomai ir nebūti ta medžiaga nurodyta ant etiketės. Iki tol kol man taip nutiko aš nebuvo girdėjusi, kad taip gali būti ir buvau visiškai rami, kad pirkdama produktą, pasižiūrėjusi, pasitikrinusi etiketę, matau, kad viskas yra gerai, kad tai yra papildas žolelių pagrindu pagamintas, o iš tikrųjų ten yra įdėta gryna chemija. Tai man trūko tos informacijos, bet gal žinot kai tu nepapuoli, nesidomi, gal nelabai tu tos informacijos tu randi. Dabar aš pastebiu, kad atsiranda vis daugiau užterštų produktų. Bet visą laik jau po laiko pamatai, kad taip gali būti.

**8. Kaip manote, ar šiuo metu pakanka prevencijos, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Prevencija dėl tyčinio ir netyčinio dopingo turėtų būti visą laiką, ypač vaikams, paaugliams, aš iš savo patirties galiu pasakyti, kad kai tu papuoli netyčia vartojant dopingą, tai tau žemė slysta iš po kojų, nors ir aš esu jau suaugusi, tai buvo labai sunku išgyventi.

**9. Kokie prevenciniai veiksmai turėtų būti vykdomi, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Švietimas, papildų pirkimas tik iš „Maistas sportui“ nes jie garantuoja, kad jų parduodami papildai nebus užteršti ir saugūs vartoti sportininkams.

**10. Kokių prevencinių veikslių gali imtis pats sportininkas, siekiant išvengti netyčinio dopingo vartojimo?**

Sportininkas pirkdamas visus vitaminus, maisto papildus ieškotų ir klaustų ar ta kompanija tikrai atsako už savo produkciją ir yra saugi vartoti, kad tas produktas, kuris yra perkamas tikrai nebus užterštas. Nepirkti iš jokių internetinių neaiškių parduotuvių, nepirkti iš užsienio produktų, nebent ta firma tikrai gali garantuoti už savo produktą, turėti sertifikatus dėl kokybės ir kad sudedamosios dalys atitinka tai kas parašyta ant etiketės.

**11. Ar sportininkui, pagautam netyčia vartojant dopingą, turėtų būti taikoma atsakomybė? Kodėl taip manote?**

Nežinau net, vis tiek tai yra nusižengimas sakykim kitų sportininkų atžvilgiu. Nežinau net nebent tu dalyvavai varžybose ir turėtų būti anuliuotas tų varžybų rezultatas, nors ir netyčinis, bet tikrai nematau, kad sportininkas turėtų būti baudžiamas kelių metų diskvalifikacija už netyčinį dopingą, na nebent tai būtų atsitikę ne pirmą kartą tam pačiam sportininkui.

**12. Kokie veiksmai turėtų būti taikomi sportininkui, kuris pagaunamas netyčia vartojantis dopingą?**

Jei tai nutiko treniruočių metu, galbūt reiktų suspenduoti vienam mėnesiui, praveisti sportininkui mokymus apie užterštus papildus.