ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL

MUNICÍPIO DE LADÁRIO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA: Professor João Baptista
PROFESSOR (A): Melissa Villalba Costa **TURMA(S): 9º A** **ENSINO FUNDAMENTAL II TURNO: Matutino** **ALUNO(A):_____**
COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA **PERÍODO:01/07/20 à 18/07/20** **QUANTIDADE DE AULAS: 7**
OBJETOS DE CONHECIMENTOS: Corpo, saúde e espaço temporal
HABILIDADES: MS.EF35EF00.n.07 Identificar alterações corporais durante a execução de atividades físicas**.**

DOPING ESPORTIVO

O doping esportivo é a utilização, por um atleta, de substâncias não naturais ao corpo para melhorar seu desempenho de forma artificial.

O uso ilícito de substâncias - medicamentos e hormônios - como artifício para ganhar competições esportivas é muito antigo.

Ao longo dos anos, esse tipo de artimanha tem se sofisticado. Ao mesmo tempo em que as substâncias e os fármacos são aprimorados para passarem despercebidos nos exames de urina e de sangue feitos nos atletas, os próprios métodos de detecção também se sofisticam.

Assim, é difícil haver dúvida nos resultados, conforme explica Jair Rodrigues Garcia Junior, professor do curso de Educação Física da Universidade do Oeste Paulista (Uno este), ainda que algumas substâncias sejam parecidas com as produzidas pelo corpo humano. "As mulheres, por exemplo, também produzem hormônios masculinos, porém, em pequenas quantidades. Quando elas usam esteróides para aumentar a força muscular, os exames detectam a quantidade de hormônio artificial no corpo, porque a excreção na urina é diferente da natural", afirma o professor.

O que complica para determinar se um atleta usou ou não doping, é que muitos trocam a urina a ser examinada por a de outra pessoa, sem resquícios dos medicamentos ou drogas. Por isso, os comitês esportivos internacionais agora também pedem DNA da urina, quando necessário.

Para o doping não deixar traços, muitos atletas deixam de usar as drogas no período de competição, mas já foram "beneficiados" por seus efeitos. "Agora alguns campeonatos começam a realizar os testes ainda no período de treinamento para evitar isso", diz o professor Jair.

Como o doping é mais comum em competições importantes, geralmente internacionais, os envolvidos são esportistas de muita experiência. "Dificilmente um atleta desse nível profissional não sabe que as substâncias são ilícitas, especialmente porque a maioria delas é injetável e é preciso a concordância dele para a aplicação. Por isso, não se pode culpar somente os treinadores", afirma.

A dificuldade em combater o doping se dá também porque praticamente todas as substâncias utilizadas são de uso médico, vendidas com receitas controladas. "Um paciente com câncer, por exemplo, usa hormônios para recuperar a força muscular", explica Jair. Isso significa que por trás do doping, há sempre alguém que está descumprindo a lei e vendendo esses medicamentos sem o controle médico devido. **Os principais tipos de doping banidos pela Wada (Agência Mundial Antidoping) são:**

Estimulantes: são substâncias que agem diretamente no cérebro e também no corpo. Elas contribuem para o estado de alerta do atleta, de competitividade e de agressividade, diminui o cansaço e dá sensação de força e disposição.

Esteroides: os esteroides de fortalecimento, mas conhecidos como anabólicos, assemelha aos efeitos da testosterona, gerando nas células musculares e nos ossos a produção de proteínas. O usuário dessa

droga consegue aumentar sua carga de treinamento.
Diuréticos: aumentam a produção de urina e reduzem o inchaço de tecidos provocado pela retenção de líquidos. Alguns atletas utilizam o diurético para perder peso ou para disfarçar a presença de outras substâncias em seu corpo.
Hormônio de Crescimento Humano (HGH): é um hormônio natural que estimula o crescimento e favorece a síntese de proteínas. O HGH auxilia a formação de músculos e tecidos.
Eritropoietina (EPO): hormônio sintetizado pelos rins para regular a produção de glóbulos vermelhos. O EPO artificial aumenta o número de glóbulos vermelhos, ampliando a capacidade de corpo de usar oxigênio. Muito utilizado por atletas que praticam esportes de resistência e atletas que realizam esportes de explosão.
Betabloqueadores: são consumidos para reduzir os batimentos cardíacos e conter tremores em modalidades como tiro ao alvo e arco e flecha.
Doping sanguíneo: injeção de glóbulos vermelhos ou de outros produtos semelhantes para aumentar o número dessas células no corpo. O sangue é extraído de um competidor, armazenado e depois reintroduzido cerca de um mês antes de uma competição.

DE ACORDO COM O TEXTO, RESPONDA:

ATIVIDADE 1
Defina o que é doping esportivo:

ATIVIDADE 2
Como os diuréticos agem no organismo?

Fonte: https://novaescola.org.br/conteudo/407/o-que-e-doping-esportivo