



Συμπληρώματα Διατροφής

Dietary Supplements

Suplementos Alimentarios

Ερωτήσεις και απαντήσεις

Questions and answers

Preguntas y Respuestas





Γιατί προκαλεί ανησυχία η χρήση διατροφικών συμπληρωμάτων από τους αθλητές;

Η χρήση συμπληρωμάτων διατροφής από τους αθλητές προκαλεί σοβαρούς προβληματισμούς, καθώς σε αρκετές χώρες η παραγωγή τους δεν εποπτεύεται κατάλληλα από τους αρμόδιους κρατικούς φορείς και η ευρεία διάδοσή τους μέσω του διαδικτύου καθιστά ιδιαίτερα εύκολη την προμήθειά τους. Αυτό σημαίνει ότι τα συστατικά ενός προϊόντος μπορεί να μην ανταποκρίνονται απολύτως σε αυτά που αναγράφονται στο εξωτερικό της συσκευασίας. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι μη αναγραφόμενες ουσίες που περιέχονται στο συμπλήρωμα μπορεί να περιλαμβάνουν κάποια απαγορευμένη ουσία σύμφωνα με τους κανονισμούς αντιντόπινγκ. Ένας σημαντικός αριθμός θετικών ελέγχων αποδίδεται στην υπερβολική χρήση συμπληρωμάτων διατροφής.



Είναι απαραίτητα τα συμπληρώματα διατροφής για τους αθλητές;

Τα συμπληρώματα διατροφής, όπως λέει και το όνομά τους, προορίζονται για να αναπληρώνουν ουσίες που δε λαμβάνονται σε επαρκείς ποσότητες με την τροφή. Αφού λοιπόν, κάποιος αθλητής υποβληθεί σε εξετάσεις και διαπιστωθεί ότι παρουσιάζει ανεπάρκεια ή έλλειψη σε κάποια βασική ουσία, το πρώτο του μέλημα είναι να προσπαθήσει να καλύψει το οργανικό έλλειμμα μέσω των τροφών, ρυθμίζοντας ανάλογα τη διαίτά του. Αν αυτό δεν επαρκεί μπορεί να καταφύγει σε φαρμακευτικά συμπληρώματα διατροφής (π.χ. η συνηθέστερη περίπτωση είναι η λήψη σιδήρου). Το να παίρνει κάποιος αθλητής, χωρίς τον ενδεδειγμένο ιατρικό και εργαστηριακό έλεγχο, συμπληρώματα διατροφής, επειδή «είδε ότι το κάνουν και οι άλλοι» είναι τελείως άστοχο αλλά ενίοτε και επικίνδυνο, γιατί η υπερφόρτωση των «αποθηκών» του οργανισμού με ορισμένα συστατικά μπορεί να ελλοχεύει σοβαρούς κινδύνους για την υγεία του. Η πλήρης και ισορροπημένη διατροφή είναι η καλύτερη λύση. Είναι όμως μια λύση δύσκολη να εφαρμοστεί και απαιτεί μια στοιχειώδη οργάνωση. Όπως όμως ένας αθλητής μαζί με τον προπονητή του οργανώνει και προγραμματίζει την προπόνησή του,



με την ίδια συνέπεια και σοβαρότητα πρέπει να οργανώνει και τη διατροφή του.

Υπάρχουν 100% ασφαλή συμπληρώματα διατροφής;

Δεν μπορεί να υπάρξουν 100% ασφαλή συμπληρώματα διατροφής. Η στατιστική υποδεικνύει ότι υπάρχει πάντα ένα περιθώριο αστοχίας ακόμα και στους πληρέστερους ποιοτικούς ελέγχους των συμπληρωμάτων. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν είναι φάρμακα ώστε να έχουν τις σχετικές αυστηρές προδιαγραφές παραγωγής και ποιοτικού ελέγχου. Πάντως, τα συμπληρώματα διατροφής που προέρχονται από αναγνωρισμένες στο χώρο εταιρείες, έχουν μικρότερες πιθανότητες να περιέχουν απαγορευμένες ουσίες, γιατί υπόκεινται κατά τεκμήριο σε αυστηρότερο έλεγχο ποιότητας. Επίσης, στα συμπληρώματα διατροφής συνήθως δεν αναγράφεται στη συσκευασία η πλήρης σύσταση του προϊόντος, παρά μόνο τα βασικά συστατικά του. Όπως αναφέρουν αρκετές επιστημονικές έρευνες, έως και το 25% των συμπληρωμάτων που εξετάστηκαν περιείχαν ίχνη απαγορευμένων ουσιών (κυρίως αναβολικών και διεγερτικών).

Τι συμβαίνει στην περίπτωση που είναι αναγκαίο να πάρω συμπληρώματα διατροφής;

Εάν πράγματι έχεις ανάγκη από συμπληρώματα, θα πρέπει πρώτα να συμβουλευτείς έναν ειδικό διαιτολόγο ή έναν αθλητίατρο για να ενημερωθείς σωστά σε σχέση με τον τρόπο που μπορούν οι ανάγκες σου να καλυφθούν με την καθημερινή σου διατροφή. Σε περίπτωση που οι ειδικοί προτείνουν τη χρήση συμπληρωμάτων, θα πρέπει να είναι τα κατάλληλα για τις διατροφικές σου ανάγκες και την ασφάλεια της υγείας σου. Εάν παρά τις συμβουλές αυτές αποφασίσεις να χρησιμοποιήσεις κάποιο συμπλήρωμα, θα πρέπει να χρησιμοποιήσεις προϊόντα εταιριών οι οποίες είναι αναγνωρισμένες κι αξιόπιστες και χρησιμοποιούν τις προβλεπόμενες διαδικασίες παραγωγής και ελέγχου ποιότητας.

Τι συμβαίνει σε περίπτωση που κάνω χρήση συμπληρωμάτων και βρεθώ θετικός σε έλεγχο ντόπινγκ;

Βάσει των κανονισμών αντι-ντόπινγκ είσαι υπεύθυνος για



οποιαδήποτε ουσία ανιχνευθεί στον οργανισμό σου. Δεν έχει σημασία ο τρόπος με τον οποίο αυτή η ουσία βρέθηκε στο δείγμα σου. Σε περίπτωση που βρεθείς θετικός σε έλεγχο ντόπινγκ ύστερα από χρήση συμπληρωμάτων διατροφής, θα σου επιβληθούν οι σχετικές πειθαρχικές και ποινικές κυρώσεις.

Εάν κάποιο διατροφικό συμπλήρωμα πωλείται ελεύθερα από το φαρμακείο (χωρίς συνταγή ιατρού), η χρήση του πρέπει να επιτρέπεται και στον αθλητισμό;

Η χρήση συμπληρωμάτων ή άλλων ουσιών αποτελεί αποκλειστικά δική σας ευθύνη. Αρκετά από τα συμπληρώματα αυτά περιέχουν απαγορευμένες ουσίες. Σε πολλές χώρες, η βιομηχανία παραγωγής συμπληρωμάτων διατροφής δεν έχει ιδιαίτερα αυστηρές διαδικασίες παραγωγής ενώ συνήθως δεν αναγράφεται η πλήρης σύσταση του συμπληρώματος στην ετικέτα. Η αγορά του από φαρμακείο δεν εξασφαλίζει και την καθαρότητά του. Τα διατροφικά συμπληρώματα δεν αποτελούν σκευάσματα που υπόκεινται στις αυστηρές προδιαγραφές παραγωγής και ποιοτικού ελέγχου που ισχύουν για τα φάρμακα.

Τι άλλο θα πρέπει να γνωρίζω για τα συμπληρώματα διατροφής;

Γενικές προειδοποιήσεις:

- Τα συμπληρώματα που ισχυρίζονται ότι προσφέρουν μυϊκή γράμμωση (muscle building) ή κάψιμο του λίπους (fat burning), είναι τα περισσότερο πιθανά να περιέχουν απαγορευμένες ουσίες, όπως αναβολικούς παράγοντες, προορμόνες ή διεγερτικά.
- Οι όροι «φυτικά» και «φυσικά» προϊόντα δεν σημαίνει απαραίτητα ότι το προϊόν είναι «ασφαλές».
- Παραδείγματα απαγορευμένων ουσιών που μπορεί να εμπεριέχονται σε ένα συμπλήρωμα διατροφής:
 - Δεϋδροεπιανδροστερόνη (Dehydroepiandrosterone)
 - Ανδροστενεδιόνη-όλη (Androstenedione-diol)
 - Μα χουάνγκ (Ma huang)
 - Εφεδρίνη (Efedrine)
 - Αμφεταμίνη (Amfetamine)
- Θα πρέπει να αποφεύγεται η αγορά συμπληρωμάτων μέσω

Internet, από εταιρείες οι οποίες δεν αναφέρουν ακριβή στοιχεία επικοινωνίας και δεν είναι εύκολο να εντοπιστούν.

Μπορεί ο WADA ή και το ΕΣΚΑΝ να με ενημερώσει σχετικά με τα διατροφικά συμπληρώματα που είναι ασφαλή και νόμιμα για χρήση;

Καθώς οι κανόνες της βιομηχανίας των συμπληρωμάτων διατροφής δεν έχουν θεσπιστεί νομικά, ο WADA, το ΕΣΚΑΝ και γενικά οι Εθνικοί οργανισμοί αντι-ντόπινγκ ΔΕΝ μπορούν να εγγυηθούν για την ποιότητα και τα συστατικά των συμπληρωμάτων διατροφής.

Πού μπορώ να απευθυνθώ για περισσότερες πληροφορίες;

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να απευθυνθείτε στο ΕΣΚΑΝ ή να επισκεφθείτε τις ιστοσελίδες σχετικών εγχώριων ή διεθνών οργανισμών:

ΕΘΝΙΚΟΙ ΦΟΡΕΙΣ

Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ (ΕΣΚΑΝ) www.eskan.gr

Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ): www.sportsnet.gr

Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή (ΕΟΕ): www.hoc.gr

Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων (ΕΟΦ): www.eof.gr

Ινστιτούτο Φαρμακευτικής Έρευνας και Τεχνολογίας (ΙΦΕΤ): www.ifet.gr

ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΦΟΡΕΙΣ

Παγκόσμιος Οργανισμός Αντι-Ντόπινγκ (WADA): www.wada-ama.org

Σύνδεσμος Εθνικών Οργανισμών Αντι-Ντόπινγκ (ANADO): www.anado.org

Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή (ΔΟΕ, IOC): www.olympic.org

Διεθνής Παραολυμπιακή Επιτροπή (IPC): www.paralympic.org

Συμβούλιο της Ευρώπης (CoE): www.coe.int

Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ, EU): www.euroopa.int

Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και Πολιτιστικός Οργανισμός των Ηνωμένων Εθνών (UNESCO): www.unesco.org

ΕΘΝΙΚΟΙ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΙ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ ΑΛΛΩΝ ΧΩΡΩΝ (ενδεικτικά)

ΧΩΡΑ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ



Αυστραλία Australian Sports Drug Agency (ASADA): www.asada.gov.au

Ην. Βασίλειο UK Sport: www.ukssport.gov.uk

ΗΠΑ USADA: www.usantidoping.org

Καναδάς Canadian Centre for Ethics in Sport: www.cces.ca

Νορβηγία Anti-Doping Norway: www.antidoping.no
(Πλήρης κατάλογος υπάρχει στην ιστοσελίδα του ΕΣΚΑΝ στην ενότητα Links).

Why is the use of supplements by athletes such a concern?

In many countries, the manufacturing of dietary supplements is not appropriately regulated by the government. This means that the ingredients on the inside may not match those listed on the outside of the box or package. In some cases, the undeclared substances found in the supplement can include one that is prohibited under anti-doping regulations.



Are the dietary supplements necessary for the athletes?

As their name implies, the dietary supplements aim at supplementing the nutrients that are not taken by a proper nutrition program. If, after proper examinations, it is realized that an athlete needs some basic nutrients, the first solution is to use a diet with appropriate foods. If it doesn't suffice, a pharmaceutical dietary supplement is preferred (e.g. the most common example is iron). Unless it's clear that an athlete needs supplements, he should not take them. An athlete should never use a supplement just because a team mate or competitor is using it or recommends it. The overloading of body with specific substances may be dangerous for the athlete's health. The best solution is a balanced diet with physical foods, carefully designed for the needs of each individual athlete. The dietary program for a high level athlete is as important as his training program and must be faced with the same discipline.

Are there 100% safe dietary supplements?

Certainly, not. In many countries, the manufacturing of

dietary supplements is not appropriately regulated by the government. The quality control in these products cannot guarantee the absolute absence of prohibited substances. This means that supplements can contain prohibited substances. For example, the ingredients on the inside of the bottle may not match those listed on the outside label or package. A large number of positive doping results has been attributed to the mislabelling and contamination of supplements. If you decide to use supplements, you should purchase your products from companies which have a good reputation and use good manufacturing practices, such as major multinational pharmaceutical companies. Reliable studies on supplements have shown that up to 25% of dietary supplements on sale to athletes may contain small amounts of prohibited substances, commonly including anabolic androgenic steroids and stimulants.

What if I really need to use a supplement?

Athletes who believe that they need supplements should first consult a competent sport science professional such as a sport nutritionist or a sports physician to ensure they are professionally advised as to whether their needs can be met from normal foods. If the professionals advise the taking of supplements, they should be suitable for the athlete's nutrient needs and safe for their health, and athletes should take them with full knowledge and acceptance of the strict liability rule. If athletes decide to use a supplement they are advised to use products from companies which have developed a good reputation and use good manufacturing practices, such as major multinational pharmaceutical companies.

What happens if an athlete tests positive from taking a supplement?

Under the strict liability rule, athletes are responsible for any substance that may be found in their bodies. It does not matter how the substance got there. If an athlete tests positive, the result is a disqualification, and possible sanction or suspension. Ultimately, athletes are responsible for what



they ingest.

If a nutritional supplement is bought from a pharmacy (over-the-counter), it must be permitted in sport?

Taking supplements and/or any substance is at your own risk. Many supplements contain prohibited substances. Because the supplement industry is not regulated in many countries it is important to be completely confident you know what is inside the product. The purchase of the supplement from a pharmacy does not guarantee its purity. The dietary supplements are not always under the strict specifications of production and qualitative control that are in effect for the medicines.

What else should athletes know about supplements?

As general warnings:

- Supplements which advertise “muscle building” or “fat burning” capabilities are the most likely to contain a prohibited substances, either an anabolic agent or a stimulant.
- The terms “herbal” and “natural” do not necessarily mean that the product is “safe”.
- Examples of prohibited substances that may be in dietary supplements are:
 - Dehydroepiandrosterone (“DHEA”)
 - Androstenedione/diol (and variations including “19” and “nor”)
 - Ma huang
 - Ephedrine
 - Amphetamine(s) (also contained in “street drugs” such as ecstasy)
- Pure vitamins and minerals are not prohibited on their own but athletes are advised to use reputable brands and avoid those combined with other substances.
- Black market or unlabelled products are a particular concern; athletes should not use anything which has an unknown source even if it comes from a coach or fellow athlete.
- While purchasing supplements through the Internet, athletes should avoid companies which do not indicate

business locations other than post office boxes or only indicate contact information which would prevent someone from locating them, such as an email address.

WADA and my National Anti-Doping Agency can advise me on which nutritional supplements are safe and legal to use?

Because the supplement industry is not regulated, WADA, National Anti-Doping Agencies and/or the supplement manufacturer can NOT guarantee the quality or ingredients of supplements.

Where can athletes get more information?

The best place to go for information is the athlete's national anti-doping agency. Many already have information on their websites about supplements.

Some examples are:

NATIONAL ORGANIZATIONS

Hellenic National Council for Combating Doping:
www.eskan.gr

Secretariat General of Sport: www.sportsnet.gr

Hellenic Olympic Committee: www.hoc.gr

National Organization for Medicines: www.eof.gr

Institute of Pharmaceutical Research & Technology:
www.ifet.gr

INTERNATIONAL ORGANIZATIONS

WORLD ANTI-DOPING AGENCY: www.wada-ama.org

ASSOCIATION OF NATIONAL ANTIDOPING ORGANIZATIONS:
www.anado.org

INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE: www.olympic.org

INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE:
www.paralympic.org

COUNCIL OF EUROPE: www.coe.int

EUROPEAN UNION: www.europa.int

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization: www.unesco.org

NATIONAL ANTI-DOPING AGENCIES OF OTHER COUNTRIES (some examples are)



COUNTRY	NATIONAL ORGANIZATION
Australia	Australian Sports Drug Agency: www.asada.gov.au
Utd Kingdom	UK Sport: www.uk sport.gov.uk
USA	USADA: www.usantidoping.org
Canada	Canadian Centre for Ethics in Sport: www.cces.ca
Norway	Anti-Doping Norway: www.antidoping.no



¿Por qué el uso de suplementos alimentarios por parte de los deportistas causa preocupaciones?

El uso de suplementos alimentarios por parte de los deportistas causa muchas preocupaciones serias, dado que en varios países su producción no está supervisada de manera apropiada por las agencias estatales competentes y su amplia difusión por medio de la Internet hace su abastecimiento particularmente fácil. Eso quiere decir que puede ser que los ingredientes de un producto no correspondan completamente a los ingredientes escritos sobre el embalaje. En algunos casos, las sustancias no-escritas y contenidas en el suplemento pueden incluir alguna sustancia prohibida según las normas antidopaje. Un gran número de controles positivos está atribuido al uso excesivo de suplementos alimentarios.

¿Son necesarios los suplementos alimentarios para los deportistas?

Como indicado por su propio nombre, el fin de los suplementos alimentarios es de suplementar las sustancias que no pueden tomarse en cantidades suficientes por medio de la dieta. Ahora bien, si un deportista se examina por un médico y se compruebe una falta o una deficiencia de alguna sustancia fundamental, su primera preocupación debe ser hacerse esfuerzos para cubrir esta deficiencia orgánica por medio de la alimentación, regulando su dieta de la manera más adecuada. Si esto no es suficiente para resolver el problema, el deportista puede hacer recurso a los suplementos alimentarios farmacéuticos (por ejemplo, el caso más frecuente es una deficiencia de hierro). Que un

deportista tome suplementos alimentarios, sin las pruebas médicas y de laboratorio indicadas, simplemente porque notó que “lo mismo hacen los demás”, es completamente inútil y a veces aún peligroso, porque la sobrecarga de los “almacenes” del organismo con algunas sustancias puede esconder graves peligros para su salud. Una alimentación completa y equilibrada es la mejor solución. De todas formas, es una solución difícil de aplicar y requiere una tanta organización rudimentaria. Por lo tanto, así como el deportista organiza y plantea su entrenamiento junto con su entrenador, debe igualmente organizar y plantear su alimentación con la misma consistencia y seriedad.

¿Hay suplementos alimentarios que son 100% seguros?

No es posible que existan suplementos alimentarios que sean 100% seguros. La estadística demuestra que siempre hay un margen de fracaso aún en los más completos de los controles de calidad de los suplementos. Los suplementos alimentarios no son fármacos para tener las correspondientes especificaciones estrictas de producción y de control de calidad. De todas formas, en los suplementos alimentarios que vienen de empresas reconocidas en el área hay menos posibilidad de encontrar sustancias prohibidas, porque por excelencia están sujetos de controles de calidad más estrictos. Además, en los suplementos alimentarios normalmente no se inscribe sobre el embalaje la composición completa del producto; solo se escriben sus ingredientes más básicos. Como indican varias investigaciones científicas, hasta el 25% de los suplementos examinados contenían rastros de sustancias prohibidas (más que nada anabolizantes y estimulantes).

¿Qué pasa en el caso en que resulte necesario tomar suplementos alimentarios?

Si de verdad es necesario que usted tome suplementos, usted debería antes consultar un nutricionista experto o un médico de deportes para informarse de manera adecuada sobre la manera en la cual podrán cubrirse sus necesidades por medio de su dieta cotidiana. En caso que



los expertos sugieran el uso de suplementos, deberían ser los más adecuados según sus necesidades alimenticias y la seguridad de su salud. Si a pesar de este consejo usted decide utilizar algún suplemento, usted debería utilizar productos de empresas que son reconocidas y confiables, y que utilicen los procesos de producción y control de calidad previstos.

¿Qué pasa en el caso que utilizo suplementos y pruebo positivo para sustancias prohibidas durante un control antidopaje?

Según las normas antidopaje, usted tiene la responsabilidad exclusiva para cualquier sustancia prohibida detectada en su organismo. La manera en la cual entro la sustancia en su muestra no importa. Si usted prueba positivo para uso de sustancias prohibidas durante un control antidopaje después de uso de suplementos alimentarios, usted será sujeto a las sanciones disciplinarias y penales correspondientes.

¿Si algún suplemento alimentario está vendido libre en las farmacias (sin receta), eso quiere decir que su uso está permitido en deportismo?

El uso de suplementos u otras sustancias es exclusivamente su responsabilidad. Bastantes suplementos contienen sustancias prohibidas. En muchos países, la industria de producción de suplementos alimentarios no está regulada por procesos productivos lo suficiente estrictos; al mismo tiempo la composición completa del suplemento no está escrita en la etiqueta. El hecho de comprarlo por la farmacia no asegura que el suplemento sea puro y seguro. Los suplementos alimentarios no constituyen preparaciones que son sujetas a las especificaciones estrictas de producción y de control de calidad que tienen vigencia en el caso de los fármacos.

¿Qué más debo saber para los suplementos alimentarios?

Avisos generales:

- Los suplementos que pretenden aumentar los músculos

(muscle building) o quemar la grasa (fat burning) son los que más posibilidades tienen de contener sustancias prohibidas, como por ejemplo agentes anabólicos, pre-hormonas o estimulantes.

- Los términos productos “vegetales” y “naturales” no significan necesariamente que el producto está “seguro”.
- Ejemplos de sustancias prohibidas que pueden estar contenidas en suplementos alimentarios:
 - dehidroepiandrosterona (Dehydroepiandrosterone)
 - androstendiona - androstendiol (Androstenedione-diol)
 - Ma huang
 - Efedrina (Ephedrine)
 - Anfetamina (Amphetamine)
- Usted debería evitar la compra de suplementos por medio de la Internet por empresas que no indiquen datos de contacto detallados y no son fáciles de ubicar.

¿Pueden WADA o ESKAN informarme sobre los suplementos alimentarios cuyo uso es seguro y legítimo?

Puesto que las normas de la industria de suplementos alimentarios no están decretadas, WADA, ESKAN y las organizaciones nacionales de antidopaje en general NO pueden garantizar ni la calidad ni los ingredientes de los suplementos alimentarios.

¿Dónde puedo encontrar más información?

Para más información, usted podría dirigirse a ESKAN o visitar alguna de las siguientes páginas electrónicas de organizaciones domésticas o internacionales:

AGENCIAS NACIONALES

Consejo Nacional para la Lucha contra el Dopaje (ESKAN) www.eskan.gr

Secretariado General de Deportes (SGD): www.sportsnet.gr

Comité Olímpico Griego (COG): www.hoc.gr

Organización Nacional de Fármacos (EOF): www.eof.gr

Instituto de Investigación y Tecnología Farmacéuticas (IFET): www.ifet.gr



AGENCIAS INTERNACIONALES

Agencia Mundial Antidopaje (WADA): www.wada-ama.org
Asociación de Organizaciones Antidopaje Nacionales (ANADO): www.anado.org

Comité Olímpico Internacional (COI, IOC): www.olympic.org
Comité Paralímpico Internacional (IPC): www.paralympic.org

Consejo de Europa (CoE): www.coe.int

Unión Europea (EU): www.europa.int

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO): www.unesco.org

AGENCIAS NACIONALES ANTIDOPAJE DE OTROS PAISES (lista indicativa)

PAIS	AGENCIA NACIONAL
Australia	Agencia Australiana de Antidopaje Deportivo (ASADA) www.asada.gov.au
Reino Unido	UK Sport: www.uk sport.gov.uk
Estados Unidos	USADA: www.usantidoping.org
Canadá	Centro Canadiense para la Ética en los Deportes www.cces.ca
Noruega	Noruega Antidopaje www.antidoping.no

(La lista completa se encuentra en la página web de ESKAN, bajo el módulo “Links”)



SUPERLEAGUE ΕΛΛΑΔΑ
SUPERLEAGUE GREECE



ΑΣΤΡΟΝΑΥΤΩΝ 1 - ΜΑΡΟΥΣΙ - 151 25 ΑΘΗΝΑ
1, ASTRONAFTON str. - MAROUSSI - 151 25 ATHENS
ASTRONAFTON 1 - MAROUSI - 151 25 ATENAS
T 210-6846900 - 27 • F 210-6857464
www.superleaguegreece.net

Εθνικό Συμβούλιο Καταπολέμησης του Ντόπινγκ
Hellenic National Council for Combating Doping
Consejo Nacional para la Lucha contra el Dopaje



ΚΗΦΙΣΙΑΣ 7 - ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ - 115 23 ΑΘΗΝΑ
7, KIFISSIAS str. - ΑΜΠΕΛΟΚΙΡΙ - 115 23 ATHENS
KIFISSIAS 7 - ΑΜΠΕΛΟΚΙΡΙ - 115 23 ATENAS
T 210-6496524 - 27 • F 210-6457403
e-mail: info@eskan.gr • www.eskan.gr