



Organización Nacional Antidopaje de Panamá



Plan Educativo 2024

Organización Nacional Antidopaje de Panamá



LA ORGANIZACIÓN NACIONAL ANTIDOPAJE DE PANAMÁ ES LA ENCARGADA DE ASEGURAR EL JUEGO LIMPIO Y LIBRE DE DOPAJE EN ATLETAS PANAMEÑOS, MEDIANTE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA ANTIDOPAJE EN CONCORDANCIA CON LA AGENCIA MUNDIAL ANTIDOPAJE (WADA-AMA) Y EN CONJUNTO CON EL INSTITUTO PANAMEÑO DE DEPORTES (PANDEPORTES), RESPALDADO POR EL GOBIERNO NACIONAL.

PUBLICADO POR:

ORGANIZACIÓN NACIONAL ANTIDOPAJE DE PANAMA CIUDAD DEPORTIVA
IRVING SALADINO, JUAN DIAZ, PANAMÁ TELÉFONO: +507 524-4698 CORREO
ELECTRÓNICO: ADMIN@ONAD-PAN.ORG

Índice

I. Antecedentes Generales

- Importancia de la educación antidopaje

II. Estándar Internacional de Educación

- ¿Qué nos dice el Estándar Internacional de Educación?
- ¿Cuáles son sus principales objetivos?
- Principios fundamentales del EIE.
- Roles y responsabilidades de los miembros

III. Acerca de la ONAD-PAN

- ¿Quiénes somos?
- Estructura organizacional
- Misión, Visión y Valores
- Alcance 2024 - Meta

IV. Plan Educativo 2023

- Objetivo General
- Objetivos Específicos
- Pilares del programa educativo

a) Educación basada en Valores

- The true Athlete Challenge
- Juego Virtual

b) Sensibilización

- Redes sociales: Instagram, Facebook, Twitter

Plan Educativo 2024

- Campañas promocionales: Presencia en eventos.

c) Información

- Página web de la ONAD-PAN
- Alza la voz
- Canal de youtube con nuestros videos informativos

d) Academia Antidopaje

- De qué se trata la Academia Antidopaje
- Cursos que se ofrecerán este año 2024

e) Educación Antidopaje

- Seminarios, pláticas y conferencias
- Webinars
- Simulador de control de dopaje para atletas y oficiales
- Plataforma ADEL

V. **Desarrollo del plan por grupo destinatario**

- Niños
- Atletas jóvenes
- Atletas con talento deportivo
- Atletas de alto rendimiento
- Atletas de grupo registrado de control
- Personal de apoyo

ANTECEDENTES GENERALES

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN ANTIDOPAJE

A menudo se considera el dopaje como un delito cometido por una persona a título individual. Sin embargo, la realidad es que cuando un atleta toma sustancias de mejora del rendimiento ilícitas, no es más que una pieza dentro de una red delictiva más amplia.

El dopaje es el acto de consumir sustancias artificiales, y a menudo ilícitas, con el fin de obtener una ventaja sobre los demás en las competiciones deportivas (por ejemplo, esteroides anabólicos, hormonas de crecimiento humano, estimulantes y diuréticos).

La victoria en los deportes profesionales puede ser muy lucrativa, lo que aumenta la motivación de los jugadores para consumir estas sustancias, y de los entrenadores, gestores y otros agentes para presionarles a que lo hagan.

El mercado de las sustancias dopantes es un mercado de bajo riesgo y grandes ganancias, por lo que resulta cada vez más atractivo para los grupos de delincuencia organizada de todo el mundo.

La lucha contra el dopaje en el deporte se basa en dos principios fundamentales: la protección de la salud física y mental de los atletas, tanto aficionados como profesionales, y la preservación de la ética y los valores del deporte. La Agencia Mundial Antidopaje, las Organizaciones Antidopaje y la UNESCO participan activamente en la lucha contra el dopaje por medio de su labor normativa, en particular la Convención Internacional contra el Dopaje en el deporte, así como mediante la cooperación internacional, la educación preventiva y la formación.

La educación es la principal herramienta para la prevención. Por medio de la educación podemos transmitir a nuestros atletas y personal de apoyo las normas y políticas más importantes sobre el dopaje en el deporte.

Plan Educativo 2024

Cada día aumentan las cifras de resultados analíticos adversos por el total desconocimiento de los protagonistas del ecosistema deportivo y es por esta razón que como organizaciones antidopaje, debemos mantenernos firmes en educar a nuestros atletas para que no incurran en sanciones y no sean partícipes de las consecuencias de tomar una sustancia prohibida o un suplemento que afecte su salud física y mental.

En el presente plan educativo, presentaremos una serie de herramientas y programas que realizaremos este año 2024 con diversos grupos destinatarios, en donde nos enfocaremos a crear conciencia en la importancia de respetar la lista de prohibiciones, en velar por la salud del atleta y en proporcionarle información relevante sobre los procesos de toma de control, pasaporte biológico, AUT y demás temas sobre dopaje.

ESTÁNDAR INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN

¿Qué nos dice el Estándar Internacional de Educación?

El Estándar Internacional para la Educación es un Estándar Internacional obligatorio desarrollado como parte del Programa Mundial Antidopaje.

El propósito rector general del Estándar Internacional de Educación es apoyar la preservación del espíritu del deporte como se describe en el Código y ayudar a fomentar un entorno deportivo limpio. Se reconoce que la gran mayoría de los Deportistas desean competir limpiamente, no tienen la intención de Usar Sustancias o Métodos Prohibidos y tienen derecho a un campo de juego nivelado.

La Educación, como una de las estrategias de Prevención destacadas en el Código, busca promover un comportamiento acorde con los valores del deporte limpio y ayudar a prevenir el dopaje de los Deportistas y otras Personas. Un principio fundamental que sustenta el Estándar Internacional de Educación es que la primera experiencia de un Deportista con el antidopaje debería ser a través de la Educación en lugar del control del dopaje.

¿Cuáles son sus principales objetivos?

El primer objetivo es establecer estándares obligatorios que apoyan a los Signatarios en la planificación, implementación, monitoreo y evaluación de Programas Educativos efectivos como se estipula en Artículo 18 del Código. El Código, el Estándar Internacional para Educación y Directrices para la Educación será alineado de tal manera que el Código delimite el marco para la Educación, el Estándar Internacional para la Educación establecerá los principios y estándares mínimos que deben incluir los Programas Educativos, mientras que las Directrices para la Educación ayudarán a los Signatarios a desarrollar y mejorar su Programa Educativo.

Plan Educativo 2024

El segundo objetivo del Estándar Internacional de Educación es proporcionar:

- a) Definiciones de terminología en el ámbito educativo.
- b) Claridad sobre los roles y responsabilidades de todos los Signatarios responsables de planificar, implementar, monitorear y evaluar los Programas Educativos.

El tercer objetivo del Estándar Internacional para la Educación es ayudar a los Signatarios a maximizar el uso de sus recursos:

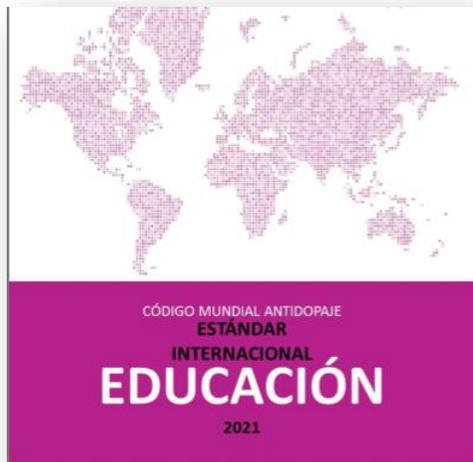
- a) Requerir a los Signatarios que establezcan un Grupo de Educación que incluirá como mínimo, a Deportistas en el Grupo Registrado de Control y Deportistas que retornen de una sanción.
- b) Alentar a los Signatarios a cooperar con otros y coordinar sus actividades de Educación para minimizar la duplicidad.
- c) Alentar a los signatarios a considerar los beneficios de educar a una población más amplia a través de programas de Educación basada en valores para inculcar el espíritu del deporte y fomentar un entorno deportivo limpio.
- d) Alentar a los Signatarios a involucrar y aprovechar los recursos y la experiencia de otros, incluidos gobiernos, investigadores e instituciones educativas.

Principios fundamentales del EIE.

- La primera experiencia de un deportista con el antidopaje debe ser a través de la educación y no con los controles.
- Todos los deportistas empiezan a competir limpiamente y la mayoría desea permanecer limpio a lo largo de sus carreras, por lo que los programas deben apoyar este objetivo.

Plan Educativo 2024

- Todo deportista de nivel internacional debe recibir educación antes de salir de su país.
- Los programas educativos deben ser adaptados a los contextos culturales y deportivos locales en los que están situados.
- La educación es responsabilidad de todos, la cooperación entre los Signatarios para asegurar un uso más eficaz de los recursos, incluyendo el evitar duplicaciones cuando sea posible, es alentada.
- Cumplir con los requisitos del EIE es alcanzable para cada Signatario, independientemente de los recursos y la capacidad.



**agencia
mundial
antidopaje**

Roles y responsabilidades de los miembros

De acuerdo al programa de soporte e implementación del “Código” 2021 de la AMA, los roles y responsabilidades en materia de educación de ONAD-PAN son :

- ONAD- PAN será la autoridad en materia de educación antidopaje en Panamá.
- ONAD-PAN será responsable de fomentar la educación antidopaje a través del sistema educativo y complementado con el sistema deportivo en nuestro país.

Plan Educativo 2024

- ONAD-PAN deberá de trabajar con las Federaciones Nacionales (FN) y el Comité Olímpico Nacional para impartir educación.
- ONAD-PAN deberá proporcionar a la Organización Regional Antidopaje (ORAD) su plan de educación y un informe/resumen anual

ACERCA DE LA ONAD-PAN

¿Quiénes somos?

En la Tercera Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios Encargados de la Educación Física y el Deporte (MINEPS III), celebrada en diciembre de 1999, los ministros expresaron su preocupación por la existencia de conductas no éticas, y más concretamente por el dopaje en el deporte, e instaron a todos los países a emprender medidas concertadas.

Tras una Mesa Redonda Ministerial celebrada en la UNESCO en enero de 2003, en la 32ª reunión de la Conferencia General de la UNESCO se tomó la decisión de contribuir a resolver la cuestión del dopaje en el deporte mediante una convención internacional. La Convención se aprobó el 19 de octubre de 2005. Entró en vigor el 1º de febrero de 2007 y hasta la fecha la han ratificado más de 170 países.

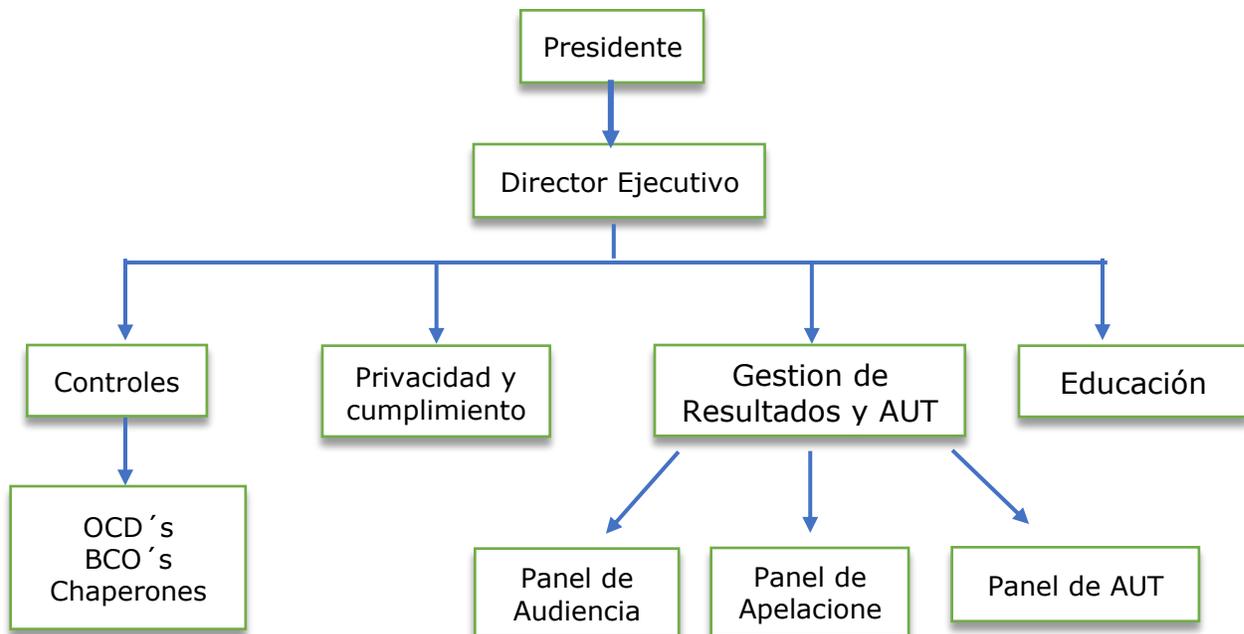
En la actualidad, la lucha contra el dopaje en Panamá se regula fundamentalmente en el Capítulo VII del Texto Único de 4 de diciembre de 2008, que comprende la Ley 16 de 1995, que reorganiza el Instituto Nacional de Deportes y la Ley 50 de 2007, que reforma dicha Ley, previéndose el “Control de sustancias prohibidas y métodos no reglamentarios en el deporte” y creándose la Organización Nacional Antidopaje de Panamá (ONAD-PAN).

Plan Educativo 2024

La Organización Nacional Antidopaje de Panamá es la encargada de asegurar el juego limpio y libre de dopaje en atletas panameños, mediante la implementación del Programa Antidopaje en concordancia con la Agencia Mundial Antidopaje (AMA). Nuestra organización podrá llevar a cabo todos sus programas con el apoyo del Instituto Panameño de Deportes (Pandeportes) y el respaldo del Gobierno Nacional.



Estructura organizacional



MISIÓN

Plan Educativo



Ser un organismo de confianza y acción al servicio de todos los deportistas panameños en pro de la salud, justicia y equidad.



REPÚBLICA DE PANAMÁ
— GOBIERNO NACIONAL —

INSTITUTO PANAMEÑO
DE DEPORTES

VISIÓN



Lograr en el año 2024 proteger el juego limpio y asegurar que todos los deportistas panameños puedan desarrollarse en un ambiente deportivo libre de dopaje.



REPÚBLICA DE PANAMÁ
— GOBIERNO NACIONAL —

INSTITUTO PANAMEÑO
DE DEPORTES

Valores de la Organización Nacional Antidopaje de Panamá

Ética

Desarrollaremos nuestras actividades de acuerdo a los más altos estándares de comportamiento ético y moral.

Desarrollaremos políticas, procedimientos y prácticas que reflejen justicia, equidad, integridad, libertad, responsabilidad, honestidad y respeto

Responsabilidad

Mantener un nivel óptimo de calidad durante el desarrollo y aplicación de estrategias y todas las actividades de la ONAD-PAN.

Excelencia

Desarrollaremos nuestras actividades de acuerdo con los principios de transparencia y compromiso.

Alcance 2024 – Meta

Cada año nuestros esfuerzos por la Lucha Contra el Dopaje en el Deporte se vuelve aún más desafiante, ya que, actualmente los atletas tienen mayor alcance a sustancias que no están siendo reguladas, que se consiguen sin regulación sanitaria, venta libre por emprendimientos familiares o de amistad. Esto nos alarma y nos motiva a seguir trabajando fuertemente contra el Dopaje y salvaguardar la salud de nuestros atletas. Este año 2024 estaremos dando énfasis a ciertos temas que nos permitirán crear mayor conciencia en la mente de los deportistas y su personal de apoyo:

- Qué es el Dopaje
- Infracciones o métodos prohibidos en el dopaje

Plan Educativo 2024

- La lista de Prohibiciones 2024 (sustancias específicas y no específicas)
- Autorización de Uso terapéutico
- Procesos de Control Orina y Sangre
- Gestión de Resultados
- Pasaporte Biológico (nuevo tema importante porque nuestros atletas ya deberán tener su pasaporte biológico), teniendo nuestro propio laboratorio para realizar estas muestras.
- Consecuencias del Dopaje en la salud del deportista.
- Casos de dopaje en los últimos años

La información antidopaje fue crucial para lograr un entendimiento claro de la importancia de jugar limpio y mantenerse sanos, sin la necesidad de recurrir a sustancias o métodos que pueden afectar su salud.

Para este año 2024, deseamos continuar impulsando el Juego Limpio y libre de dopaje a este grupo de atletas e incluir nuevas deportes que en nuestro país están tomando mayor auge, al ver atletas sobresalientes y el nivel que está logrando Panamá poco a poco en las distintas competencias a nivel Nacional e Internacional.

Nuestro Plan Educativo no solo incluirá el realizar charlas educativas a los atletas, sino que buscamos tener presencia en los distintos eventos multideportivos, competencias nacionales, reuniones técnicas y la creación de nuevos seminarios para médicos y personal de apoyo a los atletas. Creemos fielmente que el preparar a los miembros del ecosistema deportivo, creará un efecto multiplicador de información antidopaje muy fortalecida para continuar la erradicación del dopaje en el deporte.

Objetivo General

El objetivo del Programa Educativo y de Prevención de la ONAD-PAN es proveer de información antidopaje a todos los atletas, que sea útil para un óptimo desarrollo en la vida deportiva.

Asimismo, se busca preservar el respeto, la salud, el honor, la dedicación y el trabajo duro mediante una educación basada en valores, accesible para todos los panameños.

El Código 2021 de la AMA, especifica que dicha educación debe atender especialmente a la prevención, basarse en valores, proveer información, conocimiento y dirigirse a los deportistas y personal de apoyo, “centrándose particularmente en los jóvenes” y en la implementación de programas de prevención (por ejemplo, en centros escolares y clubes deportivos) “de manera adecuada para su etapa de desarrollo”.

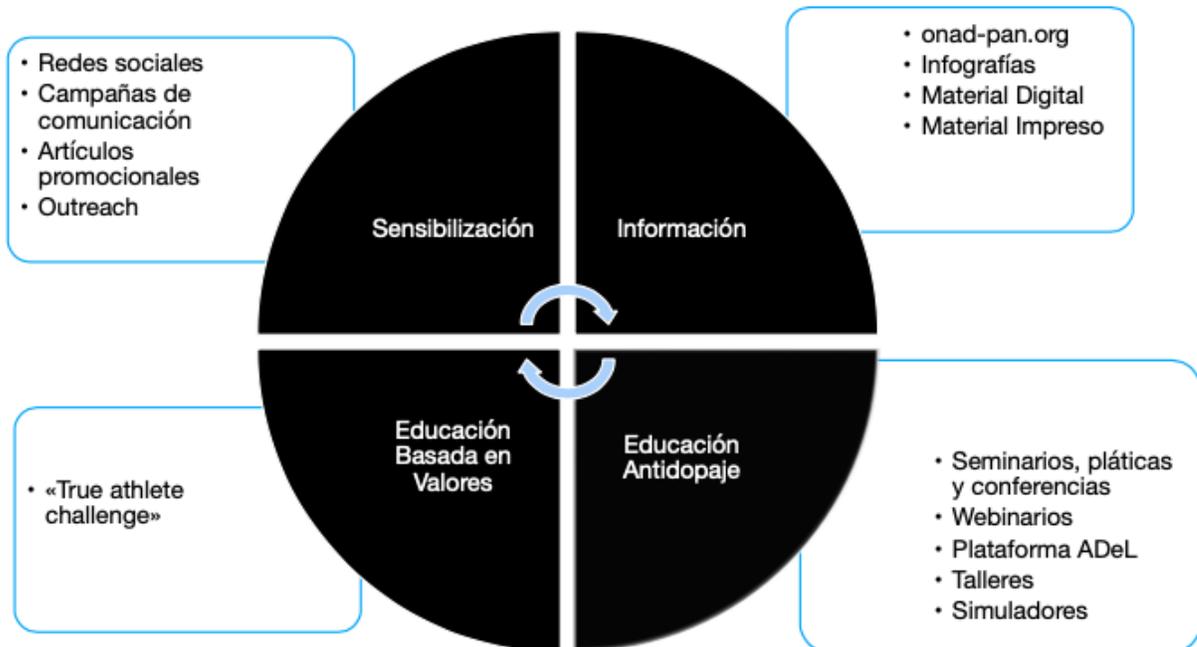
Objetivos Específicos

1. Planificar, ejecutar, monitorear y evaluar actividades educativas de antidopaje y de educación basada en valores atendiendo a las particularidades y necesidades de cada grupo objetivo identificado dentro del territorio nacional.
2. Diseñar, planificar, ejecutar, monitorear y evaluar actividades y/o campañas de sensibilización y suministro de información antidopaje considerando las características deportivas, culturales y lingüísticas de cada grupo objetivo identificado.

Plan Educativo 2024

3. Proponer y desarrollar investigaciones científicas sobre problemáticas relacionadas al dopaje en el deporte y el juego limpio que se identifican en el territorio nacional.
4. Presencia en los distintos eventos multideportivos con educación antidopaje para la promoción del Juego Limpio y brindar educación de primera mano a través de nuestro material educativo a todos los atletas, personal de apoyo, cuerpo técnico y padres de familia.

Pilares del programa educativo



Organizaciones de apoyo

Instituto Panameño de Deportes (PANDEPORTES)

El Instituto Panameño de Deportes es el máximo organismo del Gobierno de Panama encargado de promover, fomentar, dirigir, orientar y coordinar las actividades deportivas aficionadas y federadas en todo el territorio nacional, para contribuir a la cabal y armónica formación corporal, espiritual y moral del hombre panameño, haciéndolo así más apto, para el ejercicio de sus derechos y el cumplimiento de sus deberes como parte de la sociedad y como ciudadano panameño.



El Gobierno Nacional a través de su institución regente PANDEPORTES, colabora con la ONAD-PAN en la creación de una academia antidopaje para el desarrollo de temas educativos en línea, desarrollo de recursos y material informativo impreso, así como la capacitación de atletas y personal de apoyo de acuerdo a los temas establecidos en el Estándar Internacional de Educacion 2021 de la AMA; teniendo como objetivo prevenir y proteger la salud e integridad de los atletas y personal de apoyo. Además, dicha colaboración contempla la capacitación de personal de apoyo de colegios públicos, privados, así como de Universidades Panameñas; ya que estos serán el primer contacto con los futuros atletas nacionales.

Educación basada en Valores

The True Athlete Challenge



The True Athlete Challenge es una miniserie que busca, a través de cápsulas animadas, mostrar a niños y jóvenes la importancia de mantenerse limpio en el deporte. A través de personajes con los que los jóvenes atletas se pueden identificar, veremos algunos de los retos con los que se enfrentan los atletas, las dudas que les surgen y situaciones en las que pueden verse tentados a utilizar sustancias o métodos prohibidos.

Las cápsulas deberán ser utilizadas en el siguiente orden:

- I. **Episodio 1:** la historia de Noa, que demostrará como es influenciado por seguidores que lo incitan a consumir sustancias prohibidas, y como consecuencia su cuerpo sufre efectos secundarios y termina perdiendo el reto. William, un atleta de atletismo paralímpico que, a diferencia de Noa, no consume sustancias ilícitas y con disciplina y determinación logra enfrentar su prueba y superarla.

Al finalizar el primer episodio se le deberá realizar una serie de preguntas a los participantes:

- a) ¿Qué pudieron observar en ambas situaciones?
- b) ¿Qué demostró Noa, el primer competidor?
- c) ¿Cuáles son los valores que pudieron identificar en el segundo caso (William)?
- d) ¿Qué moraleja nos da esta segunda historia?

Luego de realizar estas preguntas y respuestas se podrá llegar a la conclusión de que, como atletas, debemos tener determinación, disciplina y creer en nosotros mismos y en el potencial que tenemos para poder enfrentar nuestros miedos y las pruebas que se nos presenten en el camino.

- II. **Episodio 2:** Historia de Gabriela, de 15 años que practica taekwondo que en uno de sus obstáculos decide tomar un potenciador de energía para atravesar un obstáculo. La consecuencia de haber tomado el potenciador, la convirtió en un estado totalmente agresivo y no pudo culminar la prueba. La segunda historia es la de Sofía practicante de Judo. En esta parte Sofía demuestra tener disciplina e inteligencia, rechazando todo potenciador de energía y al final logra vencer todos los obstáculos.

Al culminar este segundo episodio se deberá abarcar los siguientes puntos:

- a) Definir los conceptos de debilidades y fortalezas: los participantes pueden dar sus opiniones y posterior a esto el facilitador deberá compartirles la información sobre los conceptos de cada uno.
 - b) ¿Cómo enfrentar nuestros miedos?
 - c) Importancia de no consumir sustancias ilícitas y las consecuencias de su consumo en nuestro organismo.
- III. **Episodio 3:** Daniel, un gimnasta de 15 años que no pudo superar la primera prueba de salto. Le sigue Ana de 15 años, jugadora de baloncesto que demuestra tener todas las cualidades para vencer todos los obstáculos de la prueba. Pero al final hace trampa y la descalifican.

Plan Educativo 2024

Luego de que los participantes hayan visto este episodio, se podrá realizar en grupos pequeños lo que llamamos lluvia de ideas, donde cada uno deberá aportar las diferentes cualidades que debe tener un atleta para lograr vencer los obstáculos.

Se deberá educar a los participantes en la importancia de no hacer trampa, ya que esto puede afectar su carrera deportiva y la imagen de ellos como individuos ante su federación, familia, amigos e incluso su país.

RECESO: Tanto los facilitadores como los participantes podrán tener un periodo de receso para tener un refrigerio o compartir con sus compañeros antes de continuar con los últimos dos episodios.

- IV. **Episodio 4:** Katherine, capitana de su equipo de fútbol, decide competir con una lesión en su rodilla. No logra hacer un salto oportuno en uno de los obstáculos y cae. Se le presenta la oportunidad de tomar un potenciador de recuperación rápida, pero decide abandonar la competencia y no consumirlo. Jacob, jugador de balonmano se lesiona durante la prueba y decide tomar la sustancia prohibida, llega hasta la parte final de la competencia y es descalificado porque se conoció que tomo la sustancia y no tuvo un juego limpio.

Al finalizar este video, el facilitador deberá educar a los participantes en:

- a) La educación basada en valores
- b) Importancia del juego limpio
- c) Lesiones y la importancia de cuidarnos para estar listos para volver a competir.

Plan Educativo 2024

- V. **Episodio 5:** La historia de Olivia de 15 años, atleta en levantamiento de pesas que demuestra que tiene las capacidades para competir. Su entrenador en medio de la competencia al verla algo cansada decide darle una bebida alterada y ella la rechaza. Aun con su cansancio logra ganar la competencia.

Que nos enseña este último video: No siempre es el atleta que comete el error de consumir sustancias o jugar sucio en competencia, a veces son los entrenadores o miembros de su equipo quienes promueven esta mala práctica.

Por eso es importante que los participantes comprendan:

- a) ¿Qué moraleja nos deja este pequeño video?
- b) ¿Qué valores hemos podido rescatar de los cinco videos que se han podido apreciar?

Finalmente entregarles algún folleto impreso para documentarlos mucho más sobre el juego limpio y evitar el consumo de sustancias prohibidas.

- VI. **Episodio 6:** Kaoru es un jugador de Beisbol que paso mucho tiempo en la banca, hasta recibir un bate especial 3,000 y se volvió en uno de los mejores jugadores del momento. Al llegar al último obstáculo se enfrenta a una máquina de pelotas y comienza su frustración al fallar varias veces en su intento por batear. Intenta hacer trampa y al final es descalificado. Aylin es una jugadora de softball y al llegar al tercer obstáculo que es la máquina lanza pelotas, pero ella no pierde la concentración y pudo superar el obstáculo. Al llegar al último desafío la pantalla la detiene y ella sin desconectarse continua y logro superar todas las fases.

Plan Educativo 2024

Analizaremos dos principales factores en este video: La importancia de mantenerse concentrado y enfocado en cada una de las pruebas que se nos presentan y por otro lado la frustración que muchos atletas sienten a lo largo de su carrera.

- ¿Quiénes han sentido algún tipo de frustración cuando estamos en medio de una competencia?
- ¿importancia de mantenerse enfocados?
- Estudiaremos varios casos de atletas que han vivido estas dos situaciones y buscar el balance para que sepamos como reaccionar ante los obstáculos.

Finalmente entregarles algún folleto impreso para documentarlos mucho más sobre el juego limpio y evitar el consumo de sustancias prohibidas.

VII. **Episodio 7:** Es la historia de Derek de 16 años practicante de artes marciales mixtas, conocido como el chico de oro. Comienza su recorrido y luego de llegar a uno de esos obstáculos que pone a prueba su fuerza los atraviesa sin dificultad. Pero resulta que hizo trampa porque sus guantes eran de oro. La segunda concursante era Aisha, una joven boxeadora que logró superar todos los obstáculos sin desconcentrarse.

Analizaremos la importancia del juego limpio:

- No hacer trampa
- Ser leales en todas las competencias
- Mantenerse concentrados y lograr un espíritu de juego limpio.

Juego Virtual – Herramienta Digital

Una de las herramientas que seguiremos difundiendo a través de nuestras redes sociales y página web, es el Juego Virtual. Este juego está basado en una serie de obstáculos que el jugador deberá enfrentar. Medirá la agilidad de cada jugador y el tiempo en superar cada prueba.



Está dirigido mayormente a niños y adolescentes ya que es el target más interesado en este tipo de herramientas.

Programa de Sensibilización

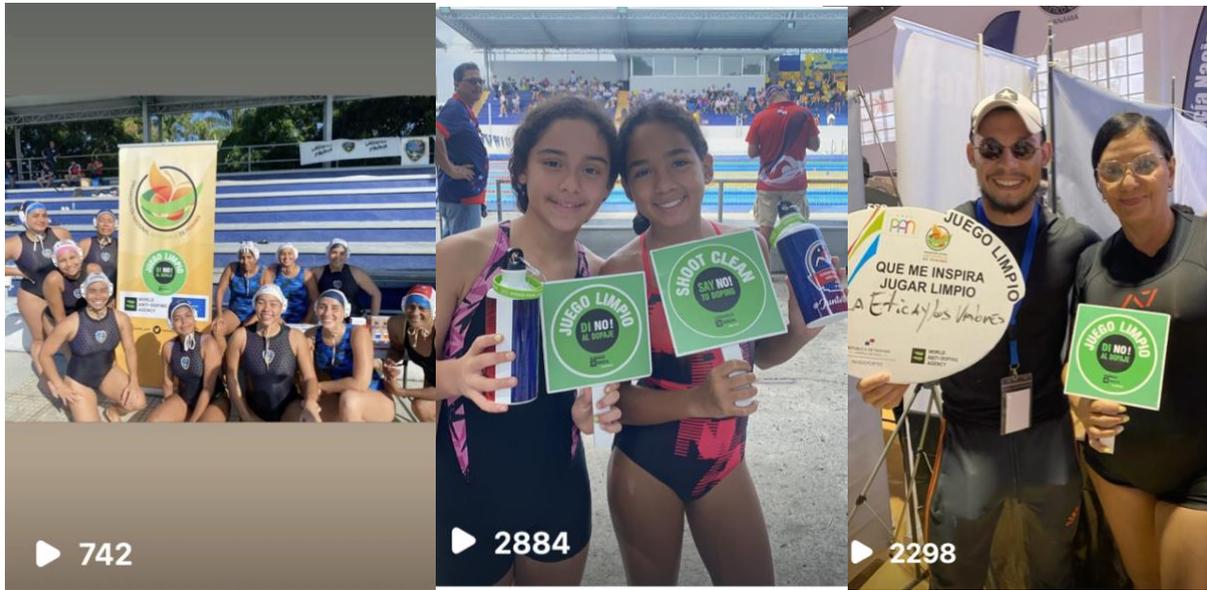
- La transformación digital nunca antes había sido tan determinante para el éxito de las organizaciones.
- Son un medio para Informar, Promover y Comunicar!
- Las tecnologías de la información y las comunicaciones han llegado para ser parte fundamental en nuestra vida cotidiana.
- Nos ofrecen una amplia variedad de técnicas que pueden llevarse a cabo de manera rápida, versátil y efectiva.

El objetivo de Instagram, es poder generar una comunidad con los seguidores en donde principalmente reine la interacción. Esto provocará una mayor integración entre la organización y la comunidad deportiva.

Plan Educativo 2024

Facebook y Twitter:

Ambas herramientas nos permiten compartir contenido relevante sobre el mundo antidopaje. Nos permite educar a los atletas y personal de apoyo en temas antidopaje y por último nos permite compartir noticias y también enterarnos de todas las noticias del deporte.



Campañas promocionales: Presencia en eventos:



Plan Educativo 2024

En el año 2023 tuvimos presencia en diversos eventos tanto Nacionales como Internacionales, realizando todo tipo de campañas promocionando el Juego Limpio. Como meta 2024 tenemos la de ampliar la presencia en eventos multidisciplinarios y en conjunto con el Comité Olímpico de Panamá, atender a todos los atletas de las diversas delegaciones que representen nuestro país.

En los eventos deportivos dirigidos a niños y jóvenes, quisiéramos atacar a los padres de familia con una campaña de sensibilización para que conozcan quienes somos, cuáles son nuestras responsabilidades y que estén seguros de que el trato hacia los atletas en temas de procesos de control es el correcto. Que no solamente educamos a nuestros atletas, sino también que los cuidamos a que no cometan dopaje y a que cuiden su salud.

Información: Cómo llegarle al ecosistema deportivo



<https://www.onad-pan.org>

Organización Nacional Antidopaje de Panamá

El deporte como herramienta de formación de mejores ciudadanos



La página web de la ONAD-PAN abarca una serie de secciones informativas que permite al visitante poder navegar e informarse de todo lo relacionado al mundo antidopaje.

Plan Educativo 2024

Cuenta con 6 principales secciones, entre ellas quienes somos, el departamento educativo que contempla material educativo, información sobre ADAMS, ADEL, Paradero, la serie animada, entre otros.

En la sección de recursos, el visitante podrá descargar los documentos importantes sobre el Código Mundial Antidopaje, La lista de Prohibiciones, Formulario AUT, las normativas y los procesos de control de dopaje

La sección de noticias que abarca la información de lo que sucede en el mundo deportivo, especialmente con relación a casos de Dopaje en Atletas.

Siempre es importante monitorear y atender a todas las personas que visiten la página, y para ello creamos la sección de contactos para poder atender cualquier consulta.

Alza la Voz



Si quieres hacer una denuncia a una violación del Código de Dopaje hazlo en la sección ¡Alza la voz!

Nombre _____ Teléfono _____

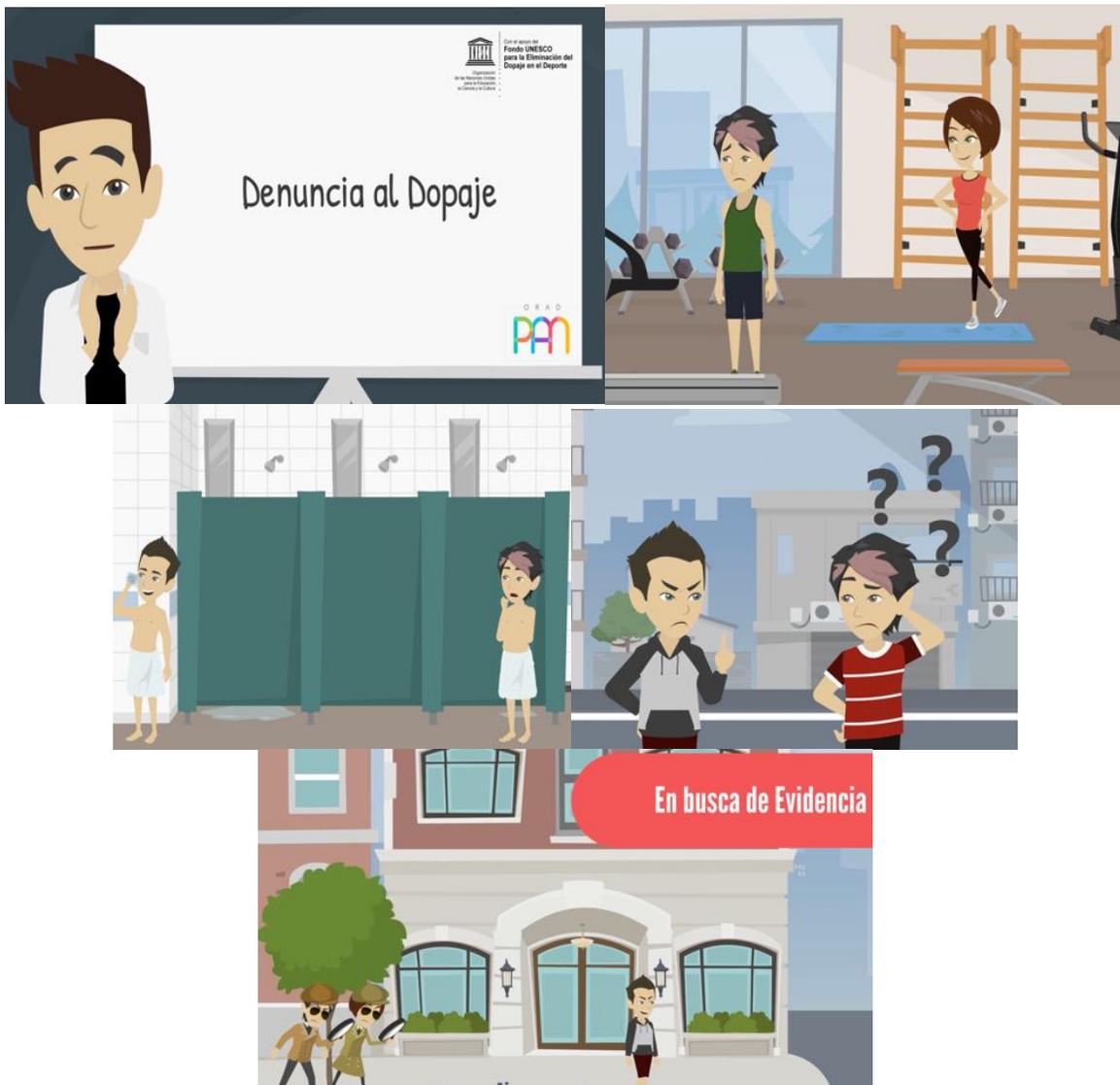
Correo Electrónico _____ Asunto _____

Mensaje _____

Esta sección permite que cualquier persona que pertenezca al ecosistema deportivo, pueda realizar sus denuncias con respecto al Dopaje. Estas denuncias son de manera anónima donde se puede exponer el caso de sospecha de alguna persona que esté cometiendo infracciones a las normas antidopaje. Estas denuncias se les da seguimiento.

Plan Educativo 2024

A través del canal y medios digitales se estará llevando una campaña en el año, sobre la importancia de denunciar. Se estarán promoviendo dos cápsulas animadas alusivas a denuncias, caso de denuncias y la importancia de no ser cómplices de esta situación. Este material se encuentra en nuestras redes sociales y también en el canal de youtube global de la ORAD-PAN como principal encargada de la región.



Plan Educativo 2024

Caso cotidiano respecto al uso de sustancias prohibidas y qué hacer en esos casos.

En la búsqueda de lograr nuestros objetivos físicos, la presión para lograr ciertos resultados nos lleva muchas veces a tomar malas decisiones. Presta atención a este caso!! Ya sabes si conoces algún tipo de situación de dopaje, ALZA LA VOZ y denuncia. JUGUEMOS LIMPIO!!

Información sobre denuncias:

En el mundo del deporte, la competencia justa y el juego limpio son fundamentales. Sin embargo, el dopaje amenaza la integridad del deporte y pone el riesgo la salud de los atletas. Si eres testigo de casos de dopaje, tienes el poder de marcar la diferencia. Cada atleta merece competir en igualdad de condiciones.

El dopaje distorsiona esta igualdad y crea una brecha injusta entre aquellos que trabajan duro y aquellos que deciden hacer trampa. Si conoces de algún caso de dopaje, te motivamos a que hagas tu denuncia: ALZA LA VOZ. En este video te explicamos como hacerlo!.



A través de esta cápsula, se logra entender qué es una denuncia y las diversas formas de poder hacer la denuncia.

Plan Educativo 2024

1. Comunicarse con las autoridades antidopaje
2. Realizarlo a través de la página web desde su computadora, tablet o teléfono de forma anónima.
3. A través de nuestro correo electrónico.

La idea es dejar claro el mensaje de las diversas formas que tienen los atletas para denunciar cualquier situación y proteger el deporte limpio.

Canal de Youtube dirigido a la ORAD-PAN

Durante el año 2023 estuvimos dando promoción a través de nuestros medios digitales (instagram y facebook) sobre el canal de youtube tanto de Panamá como de la ORAD-PAN. Dentro del canal los atletas pueden ver diversos videos instructivos sobre antidopaje, tales como:

Videos sobre AUT (Autorización de Uso Terapéutico): estos videos explican las razones para obtener una AUT, sus requisitos y el paso a paso de como aplicar a través de la plataforma ADAMS, o a través de nuestros correos electrónicos. De esta forma el Atleta tiene la opción de aplicar a este formulario de requerir alguna sustancia prohibida por una justificación médica previamente autorizada por nuestro panel de AUT.

Videos sobre procesos de control de dopaje: Nuestro equipo de trabajo realizó en el año 2023 dos videos del paso a paso de los procesos de control. Este año 2024 se seguirá promoviendo ya que es deber de los atletas conocer claramente por los procesos a las cuales se pueden enfrentar en su carrera deportiva.

Lista de prohibiciones: Todos los atletas, personal de apoyo, entrenadores e inclusive padres de familia deben conocer todo sobre la Lista y saber como hacer búsquedas de la información dentro de la lista.

Plan Educativo 2024

Serie animada The True Athlete Challenge: Esta herramienta es fundamental para que niños y jóvenes con talento deportivo puedan conocer mucho más sobre la importancia de los valores en el deporte. El canal permite que sea visto de forma publica y libre para todos los atletas.

Para este año 2024 esperemos alcanzar mayor cantidad de suscriptores y clics a nuestros videos con la finalidad de haer llegar la información a toda la comunidad deportiva.

Academia Antidopaje Latinoamérica y el Caribe Curso de Introducción al Antidopaje

La Academia Antidopaje de Latinoamérica y el Caribe es un sistema educador de educadores que busca estandarizar el material educativo y los procesos de certificación en toda la región.



El objetivo principal de este apartado es propiciar la adquisición de conocimientos teóricos generales sobre el antidopaje necesarios para el buen actuar de todos los profesionales involucrados en el deporte.

Plan Educativo 2024

El curso de Introducción al Antidopaje está dirigido a educadores, atletas y todo profesional que tenga relación alguna con el ámbito deportivo. Pretende transmitir conocimientos básicos de manera divertida y eficaz, además de generar conciencia acerca de este tema tan relevante y desconocido a la vez por nuestra comunidad.

Además de lo anterior, el curso orienta y motiva a toda persona que esté interesada en profundizar en algunas de las diferentes áreas de acción del movimiento del juego limpio, a hacerlo posteriormente a la certificación de este curso.

El curso de introducción al antidopaje cubre:

Fundamentos del Antidopaje:

- Programa Antidopaje y Valores asociados al Deporte Limpio
- Consecuencias del Dopaje
- AMA – Roles y Responsabilidades del Atleta y Personal de Apoyo.

Al culminar esta primera sección, se aplica un cuestionario de fundamentos para garantizar que la información fue procesada correctamente.

Definición de Dopaje:

- Definición de Dopaje y Lista de Prohibiciones
- Infracción de las Normas Antidopaje

Proceso de Control al Dopaje

- Notificación
- Estación de Control al Dopaje
- Proceso de Recolección de Muestras de Orina
- Proceso de Recolección de Muestras de Sangre
- Finalización del Control al Dopaje

Evaluación Final del Curso

El educador, atleta o personal que toma el curso debe realizar una evaluación final con un mínimo de 80% de calificación para pasar el curso.

Certificación a los usuarios que culminan el curso:



Adicional al curso de Introducción Antidopaje, también la academia ofrecerá el curso para Oficiales de Control de Dopaje para acreditaciones y reacreditaciones. Este curso será específicamente especializado para quienes cumplan con el perfil para realizarlo y obtener su certificación.

Educación Antidopaje

Seminarios, pláticas y conferencias



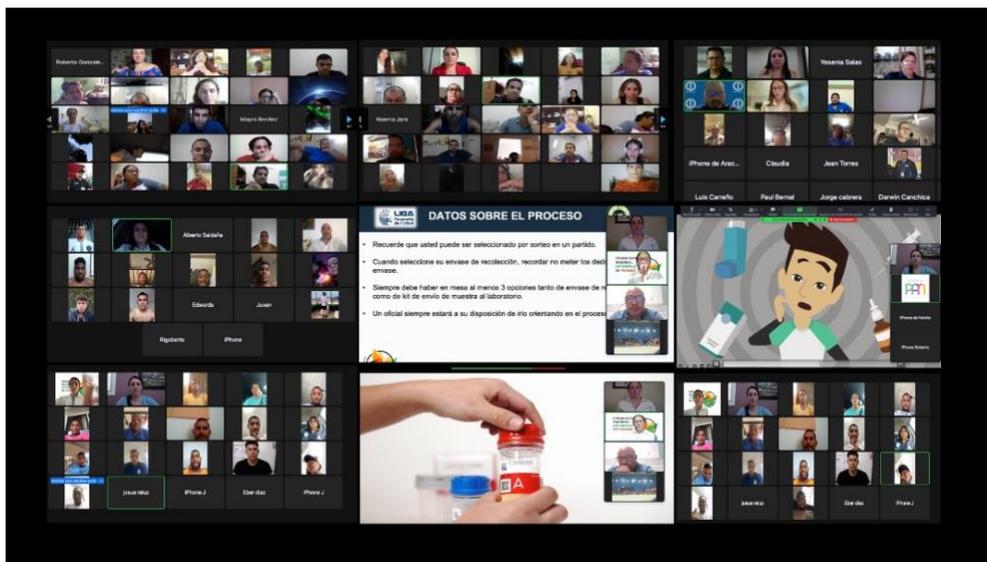
Plan Educativo 2024

Este año 2024, seguiremos trabajando arduamente en realizar seminarios, conferencias, y charlas a todos los atletas panameños a través de las federaciones, clubes, academias, colegios y a través del Comité Olímpico de Panamá para tocar diversos temas relacionados al Dopaje.



Parte de los deportes que atacamos con mayor frecuencia debido al factor de riesgo que representan, están surf, natación, fútbol, levantamiento de pesas, triatlón, beisbol y ciclismo.

Webinarios



Plan Educativo 2024

En el año 2024 seguiremos manteniendo la modalidad virtual para charlas educativas sobre generalidades del Dopaje, sobretodo para poder llegarle a atletas que se encuentren en sitios muy lejanos. Esta herramienta desde el año 2020 se convirtió en un medio muy valioso para educar y poder unir a grandes grupos para ser informados en todos estos temas del Dopaje.

Simulador de control de dopaje para atletas y oficiales



El proceso de toma de control no debe causarte preocupación. Aprende el proceso, desde la notificación hasta la finalización de un control Antidopaje, de sangre, de orina o ambos, de una manera práctica y divertida.

Plataforma ADEL



Es una plataforma global que proporciona educación y oportunidades de aprendizaje para aquellos que necesitan conocer todo lo relacionado con el deporte limpio y el antidopaje. Ya seas deportista,

entrenador, padre, profesional médico, o desempeña cualquier otro rol en el apoyo a los deportistas, ADEL tiene programas de educación gratuitos en su plataforma

ADEL también brindará nuevas oportunidades para que la comunidad del deporte limpio acceda a ayuda técnica sobre una variedad de temas antidopaje. La URL de www.adel.wada-ama.org seguirá siendo la misma.

Plan Educativo 2024

- La nueva plataforma ADEL y el contenido educativo responderán completamente para permitir que los usuarios aprendan a través de una computadora de escritorio, computadora portátil, tableta o teléfono móvil.
- El aprendizaje puede ocurrir sobre la marcha con la opción de completar los cursos sin conexión a través de aplicación móvil ADEL de WADA.
- Planes de aprendizaje personalizados según su rol y / o etapa de desarrollo dentro del ruta del atleta como ejemplo.

A finales del año 2023, aproximadamente unos 2,537 participantes entre entrenadores, atletas, doctores y padres de familia, ingresaron a la plataforma Adel para aprender sobre esta herramienta educativa y estuvieron activos durante todo el año aprendiendo diversos cursos en el idioma español. Esperamos que para este nuevo año 2024, se pueda incrementar la cantidad de usuarios activos ingresando a esta plataforma, porque nuestro objetivo es que nuestros atletas no dejen de aprender.

PLAN EDUCATIVO POR GRUPO DESTINATARIO

Esteremos atendiendo a diversos grupos destinatarios en el año 2024, para abarcar los diversos temas dependiendo de sus edades y deportes. La idea es poder centrarnos en los temas relevantes que a lo largo del 2023 detectamos y ponderamos por orden de importancia. Ejemplo, la lista de prohibiciones 2024 deberá mantenerse dentro del programa de todos los grupos destinatarios por tratarse de un tema importante y vital para el cumplimiento del Juego Limpio. Los temas de proceso de control por ejemplo, se le darán a atletas que ya puedan pasar por un proceso de control; es decir, que para los niños este tema no estará incluido.

A continuación, detallamos cada una de las actividades a realizar con los grupos destinatarios.

Plan Educativo 2024

Grupo Niños 8 a 12 años:

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Niños 8 – 12 años	Valores del deporte en el aula. Se sensibilizarán 400 nuevos niños	Valores asociados al deporte y juego limpio	Aplicación de la Historieta gráfica de la serie animada	Charlas educativas presenciales	A través de las dinámicas de la historieta (dibujos, crucigramas, sopa de letras)
			True Athlete Challenge – Serie	Veran los episodios de la serie y aplicarán el manual de uso.	Cuestionario tanto para los niños como los entrenadores y padres de familia.
			Juego Virtual	A través de los juegos virtuales los atletas podrán atravesar obstáculos y medir sus habilidades	Encuesta de satisfacción

Atletas Jóvenes:

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Atletas Jóvenes	Redes sociales: difusión de material educativo	Sustancias y métodos prohibidos	Comprender la importancia de	Campaña en redes: instagram, facebook, twitter	A través del resultado que arrojen los reportes de dichas redes

Plan Educativo 2024

	sobre antidopaje		mantenerse limpio		podremos ver el alcance.
	Charlas presenciales	Valores del deporte, sustancias prohibidas e importancia de no cometer infracciones	Importancia del Juego Limpio	A través de videos alusivos a los valores, a las consecuencias de consumo de sustancias y plantillas educativas.	A través de la aplicación de nuestro play true quizz básico para atletas que están en esta categoría

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Atletas Jóvenes	Charlas educativas	Qué es el dopaje, Sustancias y métodos prohibidos	Conocer a profundidad la importancia del juego limpio	Material impreso, instrumentos de control de dopaje, proyector y computadora para presentar	A través de un Quiz para determinar el conocimiento final de estos atletas.

Plan Educativo 2024

Atletas con talento deportivo:

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Atletas con talento deportivo	Charlas educativas Para deportes de alto riesgo	Lista de prohibiciones, medicamentos más comunes, proceso de control en orina y en sangre	Que puedan conocer a profundidad el proceso y temas antidopaje	Material impreso, instrumentos de control de dopaje, proyector y computadora para presentar	A través de un Quiz para determinar el conocimiento final de estos atletas.

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
	Campaña en medios de difusión	Noticias relevantes sobre antidopaje Noticias sobre Resultados Análisis adversos	Crear conciencia de las sanciones que se están tomando y los casos recientes	Página web ww.onad-pan.org	Visitas a la página y cantidad de clics de visita en nuestra página web.
	Plataforma ADEL	Cursos, webinars pre grabados, talleres	Aprendizaje a través de la plataforma	Plataforma ADEL en tablets,	Mediante el informe que arroja la plataforma, medir la cantidad

Plan Educativo 2024

Atletas con talento deportivo			ADEL en temas antidopaje	celulares o computadoras	de usuarios, cursos inscritos y finalizados.
	Simulador	Proceso de control en orina y sangre	Conocer a profundidad el proceso	Simulador a través de la página web.	Mediante el repote que arroja la página web conocer la cantidad de usuarios.

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Atletas de alto rendimiento	Campaña en medios de difusión	Noticias relevantes sobre antidopaje Noticias sobre Resultados Anáiticos adversos	Crear conciencia de las sanciones que se están tomando y los casos recientes	Página web ww.onad-pan.org	Visitas a la página y cantidad de clics de visita en nuestra página web.
	Plataforma ADEL	Cursos, webinaros grabados, talleres	Aprendizaje a través de la plataforma ADEL en temas antidopaje	Plataforma ADEL en tablets, celulares o computadoras	Mediante el informe que arroja la plataforma, medir la cantidad de usuarios, cursos inscritos y finalizados.

Plan Educativo 2024

	Simulador	Proceso de control en orina y sangre	Conocer a profundidad el proceso	Simulador a través de la página web.	Mediante el repote que arroja la página web conocer la cantidad de usuarios.
	Charlas Educativas 40 al año	Capacitar a todos los atletas que compitan a nivel nacional o internacional.	Que nuestros atletas conozcan y se preparen para sus controles	Material educativo y equipo tecnologico para las charlas	Quiz play true para conocer si hubo entendimiento de la información
	Academia Antidopaje	Curso de Introducción al Antidopaje	Obtener certificación para participacion en eventos nacionales	Todos los temas relacionados a las generalidades antidopaje	Obtener el certificado final para participar en eventos. Este ejercicio se hará a través de las federaciones.

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
	El 100% de los atletas en este grupo recibiendo capacitación sobre temas	Valores en el deporte,	Ser capaz de dominar		

Plan Educativo 2024

Atletas en el grupo registrado de control	requeridos según artículo 5.2 EIE	regulación Nacional e Internacional,	cada uno de los temas,	Reuniones virtuales y presenciales	Entrevistas de seguimiento y monitoreo constante.
	El 100% de los atletas recibirá información y acceso a elearning por medio de ADEL	Lista de Prohibiciones, Derechos y responsabilidades y generalidades del dopaje	sobretudo su plataforma ADAMS en el registro de su paradero		

Grupo	Actividades	Tema	Objetivo principal	Herramienta educativa	Monitoreo y evaluación
Personal de apoyo	Entrenadores, médicos y personal de apoyo deberá completar sus cursos en línea de la AMA	Cursos en la plataforma ADEL sobre temas antidopaje: Regulaciones Nacionales e Internacionales, Lista de Prohibiciones, AUT, Pasaporte Biológico,	Ser capaz de dominar cada uno de los temas, sobretudo el cumplimiento de los diferentes estándares dictados por la AMA.	Programas de sensibilización, charlas, webinarios, Plataforma ADEL o información en línea a través de la página web.	Reportes ADEL, quiz play true, quiz interno para medir el nivel de conocimiento y resultados de vistas en la página web.
	Realización de al menos 1 evento global al año 2023 para atacar los temas relevantes sobre Dopaje				
	Se distribuirá a los padres de familia información con material digital				

Plan Educativo 2024

	sobre temas antidopaje	Gestión de Resultados,			
	Capacitar al personal de apoyo para ser agentes multiplicadores de la información	Código Mundial Antdopaje			

Plan Educativo 2024

Calendario de Actividades:

Este primer cuadro, explica las diversas actividades que debemos realizar de acuerdo al cronograma de trabajo que tendremos en el año 2024.

Para este año 2024, se estima realizar al menos 40 charlas divididas por grupos destinatarios y participar de forma continua con las herramientas digitales con las que disponemos para talleres y sesiones en línea. La publicación en nuestras redes será una tarea mayor que años anteriores, dado que detecamos el gran interés que se genera y el alcance que ha logrado la red social como método de comunicación de la información.

Actividad	Enero – marzo	Abril – junio	Julio – septiembre	Octubre – Diciembre	Total
Charlas educativas a atletas de alto rendimiento, atletas con talento deportivo, grupo registrado de control y otros grupos destinatarios	6	6	6	6	24
Charlas educativas a personal de apoyo, entrenadores, padres de familia	4	4	4	4	16
Seminarios médicos para capacitarlos en la lista de prohibiciones	Al menos 1 charla por semestre (2 al año)				2
Difusión en redes sociales sobre noticias de dopaje	9	9	9	9	36
Difusión en redes sobre información antidopaje	Al menos 5 publicaciones al mes durante todo el año				Actividad anual
Difusión en redes sobre herramientas digitales: Juego Virtual y Simulador	Al menos 2 difusiones trimestrales				Actividad anual
Plataforma ADEL, motivar a utilizar la plataforma	Al menos 1 difusión mensual sobre la plataforma y los cursos vigentes				Actividad anual

Plan Educativo 2024

The True Athlete Challenge	Dirigida a niños de 8 a 12. Utilizar la herramienta en cada charla educativa a niños de ese rango	Actividad Anual
Uso del Simulador en capacitaciones a atletas	Uso de la heramientas en charlas que la ONAD considere apropiado dependiendo del espacio con el que cuentan para el desarrollo de su actividad	Actividad Anual
Academia Antidopaje para Atletas, personal de apoyo y entrenadores	Que los atletas de cada federacion puedan optar por realizar el curso de introducción antidopaje como requisito para competir o particiar de eventos	Actividad Anual
Academia Antidopaje para ONAD`s	Curso Educadores como requisito para departamento de educación	1 por cada país miembro

Evaluación:

Cada una de las actividades que realice la ONAD, deberán ser medidas a través de sus respectivos indicadores de medición. Estos pueden ser a través de dinámicas grupales, aplicación de quiz, o trivias, a través de las visitas a nuestra página, certificaciones por medio de la Academia, Certificaciones y reportes por la plataforma ADEL, utilización de nuestras herramientas como el simulador, entre otros. La idea es ir monitoreando los resultados de cada una de las capacitaciones que se realicen para que podamos evaluar como departamento educativo los pasos a seguir luego de cada charla.

Actividad	Instrumento De recolección	Indicador	Dimensión a medir	Unidad de medida	Frecuencia
Charlas educativas a atletas de alto rendimiento, atletas con talento deportivo, grupo registrado de control y otros grupos	Play True Quiz	Porcentaje promedio inicial sobre dopaje – porcentaje promedio final	Eficacia – resultados	Porcentaje	En cada sesión

Plan Educativo 2024

destinatarios					
Charlas educativas a personal de apoyo, enternadores, padres de familia	Quiz programado por la ORAD-PAN	Porcentaje Promedio inicial – porcentaje promedio final	Eficacia – resultados	Porcentaje	En cada sesión
Seminarios médicos para capacitarlos en la lista de prohibiciones	Espacio de preguntas y respuestas	Participación	Eficacia	Numeros	En cada sesión
Difusión en redes sociales sobre noticias de dopaje	Registros en página web	Número de visitas	Eficacia	Números	Mensual
Plataforma ADEL, motivar a utilizar la plataforma	Estadísticas de acuerdo al Power User	Número de atletas inscritos y cursos terminados	Eficacia	Números	Mensual
The True Athlete Challenge	Quiz True Athlete Challenge	Participación	Eficacia	Números	En cada sesión
Uso del Simulador en capacitaciones a atletas	Espacio de preguntas y respuestas	Participación	Eficacia	Números	En cada sesión que se realice
Redes sociales sobre información antidopaje	Reporte por red social	Número de visitas y likes	Alcance	Números	Mensual
Academia Antidopaje	Certificado de curso	Mostar su credencial	Eficacia	Porcentaje (80%)	Anual