

# REGRA DE SAÚDE QUÍMICA MIAA

Desde a primeira data de prática do outono, até a conclusão do ano acadêmico ou evento atlético final (o que for mais recente), um aluno não deve, independentemente da quantidade, usar, consumir, possuir, comprar / vender ou dar qualquer bebida contendo álcool; qualquer produto de tabaco; (incluindo cigarros eletrônicos); maconha; esteróides; ou qualquer substância controlada. Esta política inclui produtos como "NA ou quase cerveja". Não é uma violação para um aluno estar em posse de um medicamento legalmente definido, especificamente prescrito para o próprio uso do aluno por seu médico.

Este padrão mínimo MIAA em todo o estado não se destina a tornar "culpa por associação", por exemplo, muitos estudantes atletas podem estar presentes em uma festa onde apenas alguns violam esse padrão. Esta regra representa apenas um padrão mínimo sobre o qual as escolas podem desenvolver requisitos mais rigorosos.

Se um aluno que violar esta regra for incapaz de participar de esportes interescolares devido a lesão ou acadêmica, a penalidade não terá efeito até que o aluno possa participar novamente.

## **PENALIDADES MÍNIMAS:**

**Primeira violação:** Quando o(a) diretor(a) confirma, após uma oportunidade para o aluno ser ouvido, que uma violação ocorreu, o aluno perderá a elegibilidade para as próximas competições interescolares consecutivas (temporada regular e torneio) totalizando 25% de todas as competições interescolares naquele esporte. Nenhuma exceção é permitida para um aluno que se torna um participante de um programa de tratamento. Recomenda-se que o aluno tenha permissão para permanecer na prática para fins de reabilitação. Durante a suspensão, o aluno desqualificado não pode usar uniforme e sua presença no local da competição é determinada pelo(a) diretor(a) da escola.

Ou seja, todas as partes decimais de um evento serão truncadas, ou seja, toda a parte fracionária de um evento será descartada ao calcular os 25% da temporada.

**Segunda e subsequentes violações:** Quando o(a) diretor(a) confirma, após uma oportunidade para o aluno ser ouvido, que uma violação ocorreu, o aluno deve perder a elegibilidade para as próximas competições interescolares consecutivas (temporada regular e torneio) totalizando 60% de todas as competições interescolares naquele esporte. Todas as partes decimais de um evento serão truncadas, ou seja, toda a parte fracionária de um evento será descartada ao calcular 60% da temporada.

Se após a segunda violação ou subsequentes o aluno por sua própria vontade se tornar um participante de um programa de dependência química ou programa de tratamento aprovado, o aluno pode ser certificado para reintegração nas atividades MIAA após um mínimo de 40% dos eventos, desde que o aluno seja totalmente engajado no programa durante esse período de penalização. O(A) diretor(a) do ensino médio em colaboração com um Programa de Dependência Química ou Programa de Tratamento deve certificar que o aluno está frequentando ou emitir um certificado de conclusão. Se o aluno não concluir o programa, a pena volta para 60% da temporada. Toda a parte decimal de um evento será truncada, ou seja, toda a parte fracionária de um evento será descartada ao calcular os 40% da temporada.

As penalidades serão cumulativas a cada ano letivo, mas o cumprimento da pena pode durar um ano. Ou, se o período de penalidade não for concluído durante a temporada de violação, a penalidade deve ser transferida para a próxima temporada de participação real do aluno, o que pode afetar o status de elegibilidade do aluno durante o próximo ano letivo. (Por exemplo, um aluno joga apenas futebol: ele viola a regra no inverno e / ou na primavera do mesmo ano letivo: ele cumprirá a penalidade, ou seja, durante o outono do próximo ano letivo)

<b>1ª Ofensa - 25%</b>	
<b>Nº de Eventos / Temporada</b>	<b>Nº de Eventos / Penalidade</b>
1-7	1
8-11	2
12-15	3
16-19	4
20 ou mais	5
<b>2ª Ofensa - 60%</b>	
<b>Nº de Eventos / Temporada</b>	<b>Nº de Eventos / Penalidade</b>
1-3	1
4	2
5-6	3
7-8	4
9	5
10-11	6
12-13	7
14	8
15-16	9
17-18	10
19	11
20 ou mais	12
<b>2ª Ofensa c/ Programa de Dependência - 40% se estiver no programa durante todo o período de penalidade.</b>	
<b>Nº de Eventos / Temporada</b>	<b>Nº de Eventos / Penalidade</b>
1-4	1
5-7	2
8-9	3
10-12	4
13-14	5
15-17	6
18-19	7
20 ou mais	8

Durante a prática ou competição, o(a) treinador(a) não deve usar nenhum produto com tabaco (*penalidade: mesma dos alunos – ver gráfico acima*).

**Uso de esteróides** - o uso de esteróides anabólicos androgênicos no ensino médio é uma grande preocupação. Esteróides são usados por alguns atletas, e a gravidade do problema está bem documentada. Os treinadores do ensino médio podem não ser capazes de evitar o uso de esteróides por completo, mas podem desencorajar seu uso de maneira clara e vigorosa. Os treinadores devem ter um papel proativo, aprendendo sobre esteróides e, em seguida, fornecendo essas informações aos seus atletas.

Os esteróides podem, com dieta adequada e treinamento com pesos, aumentar o desenvolvimento muscular; entretanto, como é típico da maioria dos esquemas de "enriquecimento rápido", o uso de esteróides tem consequências graves a curto e longo prazo.

O desenvolvimento normal e igual da musculatura pode ocorrer sem o uso de esteróides. Embora o processo natural demore mais, o tônus muscular irá durar mais e não carrega os efeitos colaterais prejudiciais dos esteróides.

A maioria dos treinadores não promoveria o uso de esteróides intencionalmente. Silêncio total por parte dos treinadores, no entanto, significa tolerância do uso na mente de alguns jovens. Mesmo que os esteróides não sejam mencionados quando é sugerido a um atleta que seu sucesso é limitado apenas pela falta de peso e / ou força, sem uma declaração de isenção de responsabilidade, a declaração pode ser uma motivação para o uso de esteróides. A difusão das drogas que permitem o aumento do peso nas circunstâncias acima mencionadas é um poder coercitivo que é difícil para os jovens atletas resistirem sem saber quais podem ser os efeitos colaterais das drogas.

A questão vai além de proteger a integridade do esporte. O uso de esteróides nos esportes é trapaça. Devemos nos opor ao uso de esteróides por razões de saúde e éticas.

**EU LI A REGRA DE SAÚDE QUÍMICA ACIMA  
E ESTOU CIENTE DE SUAS GRAVES CONSEQUÊNCIAS**

---

Assinatura do pai/mãe

---

Data

---

Nome do pai/mãe (em letra de forma)

---

Assinatura do(a) atleta

---

Data

---

Nome do(a) atleta (em letra de forma)