

## PRINCIPALES SUSTANCIAS Y MÉTODOS PROHIBIDOS

### SUSTANCIAS PROHIBIDAS EN COMPETICIÓN Y FUERA DE COMPETICIÓN (GRUPOS Y EJEMPLOS)

#### Agentes anabolizantes:

Androstendiona, bolasterona, bolandiol, clenbuterol, DHEA, estanozolol, nandrolona, 19-norandrostendiona, oxandrolona, testosterona, epitestosterona.

#### Hormonas peptídicas, factores de crecimiento y sustancias afines:

- **Eritropoietina:** (EPO, Epogen, Aranesp, Eprex), Darbepoietina (dEPO), Mircera, hematide.

- **Hormona de crecimiento (GH):** Hormona de crecimiento, GH, somatotrofina, somatrem.

- **Factores de crecimiento.** (Derivados de plaquetas, fibroblastos, etc.).

- **Hormona Gonadotrofina Coriónica (CG):** Hormona gonadotrofina coriónica humana (sólo prohibida en varones).

- **Gonadotrofinas de origen hipofisiario y sintéticas:** Hormona luteinizante (LH), lutrofina, gonadotrofinas sintéticas (sólo prohibida en varones).

- **Insulinas:** Insulina.

- **Corticotrofinas:** Adrenocorticotrofina, corticotrofina. Incluyendo sus análogas y factores liberadores.

- **Preparados derivados de plaquetas.**

#### Beta-2 agonistas:

Formoterol, Salbutamol, Salmeterol y Terbutalina, Albuterol, Fenoterol, Reproterol, Tulobuterol. El salbutamol (máximo diario de 1.600 microgramos), el formoterol (hasta un máximo diario de 36 microgramos) y el salmeterol, todos ellos por inhalación, están autorizados.

#### Moduladores de hormonas y del metabolismo:

Anastrozol, letrozol, formestano, testolactona, agentes modificadores de las funciones de la miostatina, agonistas de receptores activados por peroxisomas.

#### Diuréticos y otros agentes enmascarantes:

Diuréticos (ejemplo: acetazolamida, furosemida, hidroclorotiazida, metolazona, triamtereno), probenecida y expansores de plasma.



### MÉTODOS PROHIBIDOS EN COMPETICIÓN Y FUERA DE COMPETICIÓN

#### Métodos que aumentan la transferencia de oxígeno:

- **Dopaje sanguíneo:**

Transfusiones sanguíneas.

- **Productos que mejoran la captación, el transporte o la transferencia de oxígeno:**

Eritropoietina, productos de hemoglobina modificada, (hemoglobinas microencapsuladas; ej.: Hemopure y oxiglobin), productos químicos perfluorados, efaproxiral (RSR13).

- **Manipulaciones químicas y físicas:**

Sustitución o alteración de la orina, perfusiones intravenosas (excepto las recibidas legítimamente en el transcurso de admisiones hospitalarias o de revisiones clínicas), manipulación y reintroducción de sangre. Las inyecciones de más de 50 ml por intervalo de 6 horas están prohibidas (algunas Federaciones prohíben las inyecciones sin causa médica).

- **Dopaje genético:** Repoxygen, miostatina.

### SUSTANCIAS PROHIBIDAS SÓLO EN COMPETICIÓN

- **Estimulantes:** Anfetamina, catina (concentración en la orina superior a 5 microgramos por mililitro), cocaína, efedrina (concentración en la orina superior a 10 microgramos por mililitro), metanfetamina, metilefedrina (concentración en la orina superior a 10 microgramos por mililitro), pseudoefedrina (concentración en la orina superior a 150 microgramos por mililitro).

**Cuidado con los medicamentos para tratar los resfriados comunes o los catarros. Suelen contener algunos estimulantes, como la efedrina, la metilefedrina, la pseudoefedrina y la norfenefrina. Si tomas esta medicación en las dosis indicadas en los prospectos de los medicamentos y dejas de tomarla 48 horas antes de la competición, no tendrás problemas.**

La adrenalina está autorizada solamente en aplicación local (por ejemplo: para tratamientos nasales u oculares) o asociado con un anestésico local.

- **Narcóticos:** Buprenorfina, dextromoramide, diamorfina-heroína, fentanil y derivados, hidromorfona, metadona, morfina (concentración en orina superior a 1 microgramo por mililitro), oxicodona, oximorfona, pentazocina, petidina.

### La codeína no está incluida en la Lista Prohibida.

Sin embargo, como parte de la codeína se convierte en morfina en el organismo, no conviene ingerir grandes cantidades.

- **Cannabinoides:** Cannabis y sus derivados como el hachís y la marihuana.

- **Glucocorticosteroides:**

Hidrocortisona, triamcinolona, beclometasona, betametasona, prednisolona, budesonida (prohibidos solamente por vía oral, intravenosa, intramuscular o rectal).

**Los glucocorticosteroides que se administren por vía dermatológica (pomadas, cremas, lociones, incluyendo iontoforesis y fonoforesis), ótica, nasal, oftálmica, bucal, gingival o perianal, los inyectados por vía intraarticular, periarticular, peritendinosa, epidural o intradérmica, o los utilizados por inhalación, no están prohibidos.**

### SUSTANCIAS PROHIBIDAS EN ALGUNOS DEPORTES

- **Alcohol.**

- **Beta-bloqueantes:** Acebutolol, atenolol, celiprolol, esmolol, labetalol, levobunolol, metipranolol, metoprolol, nadolol, oxprenolol, pindolol, propanolol.

### EJEMPLOS DE SUSTANCIAS PROHIBIDAS CUYO USO POR RAZONES MÉDICAS HAY QUE COMUNICAR PREVIAMENTE

- **Insulina** (diabéticos insulino-dependientes). Pedir Autorización de Uso.

- **Diuréticos** (deportistas con hipertensión arterial severa). Pedir Autorización de Uso.

- **Glucocorticosteroides por vía oral, intravenosa, intramuscular o rectal:** solicitar autorización.

**Como deportista eres responsable de lo que tomas. Debes saber qué sustancias están prohibidas en tu deporte y estar al corriente de las modificaciones que puedan darse.**

## EJEMPLOS DE MEDICAMENTOS PERMITIDOS

### ACIDEZ

- ALMAX, comp y susp.
- OMEPRAZOL EFG, comp.

### ANSIEDAD

- VALIUM, comp., ampollas.
- TRANXILIUM, cápsulas, comp.

### DIARREA

- FORTASEC, comp.
- SULFINTESTIN NEOMICINA, comp.

### DOLOR / INFLAMACIÓN

- ÁCIDO ACETIL SALICÍLICO EFG, comp.
- DICLOFENACO EFG, comp., supositorios.
- IBUPROFENO, comp., suspensión.
- AMOL EFG, comp.
- PARACETAMOL EFG, comp.

### DOLOR DE CABEZA

- ALMOGRAN, comp.
- ZOMIG, comp.

### ESTREÑIMIENTO

- DULCOLAXO, comp., supositorios.
- DUPHALAC, solución oral.

### GARGANTA

- ORALDINE, solución.

### NARIZ-RINITIS

- RHINOMER, solución.
- **Corticoides, preparados nasales:** NEO-RINACTIVE, pulverizador nasal.

### OÍDOS

- ANTICERUMEN LIADE, GOTAS.
- OTOGEN CALMANTE, GOTAS.
- **Corticoides, preparados otológicos:** OTIX, gotas.

### ASMA

- VENTOLIN inhalador (hasta un máximo diario de 1.600 microgramos diarios).
- BECOTIDE Aerosol.

### OJOS

- COLIRCUSI GENTAMICINA, COLIRIO.
- **Corticoides, preparados oculares:** FML FORTE, colirio.

### PROBLEMAS DE LA PIEL

- **Antifúngico para uso tópico:** MYCOSTATIN, grageas, suspensión oral, comprimidos vaginales.
- **Corticosteroides, preparados dermatológicos:** ADVENTAN, crema, pomada. CELESTODERM, crema.

### RELAJANTES MUSCULARES

- MIO-RELAX, comp.
- MIOLASTAN, comp.

### TOS

- **Antitusivos:** BISOLTUS, solución. CINFATOS, pastillas para chupar.

## CONTROL DE DOPAJE

### LA LOCALIZACIÓN DEL DEPORTISTA

**Si eres deportista de nivel nacional o internacional, debes estar localizado en todo momento ante un posible control sorpresa.**

### Estás obligado a:

- Informarte en tu Federación Nacional o Internacional sobre dónde puedes conseguir el modelo de localización.
- Rellenarlo correctamente.
- Enviar a tu Federación Nacional o Internacional el modelo cumplimentado por fax, correo normal o correo electrónico.
- Asegurarte de que el organismo ha recibido el modelo cumplimentado.
- Enviar cada 3 meses un nuevo modelo con un mes de anticipación.
- Cada vez que cambies tus planes con respecto a lo señalado en el modelo, deberás notificarlo indicando los cambios.
- Si eres deportista de nivel internacional dispones del modelo de impreso de localización en la página web de la Agencia Mundial Antidopaje. <http://www.wada-ama.org>
- Si eres deportista de nivel nacional consulta con tu federación.

**¡...y recuerda que si no proporcionas información precisa sobre tu localización o no estás en el lugar indicado cuando se presenta un Agente de control de dopaje para someterte a un control puedes ser sancionado!**

### ¿DE QUÉ PASOS CONSTA EL CONTROL DE DOPAJE?

1. Selección y localización del deportista.
2. Notificación al deportista.
3. Presentación del test de dopaje.
4. Recogida de la muestra de orina o de sangre.
5. Elección de los kits.
6. División, precintado y etiquetado de las muestras.
7. Verificación del pH y de la concentración de la muestra (sólo en caso de orina).
8. Completar el Formulario de control de dopaje.
9. Transporte seguro de la muestra al laboratorio.
10. Procedimiento de análisis en el laboratorio de control antidopaje.
11. Resultados del análisis y su administración.

### SANCIONES Y APELACIONES

Si el resultado del control es positivo se aplican las siguientes sanciones:

- a. Primera sanción: 2 años de suspensión.
- b. Segunda sanción: suspensión de por vida.
- c. Se pueden dar casos de reducción de sanción en función de algunas sustancias o por tratarse de faltas poco significativas o por colaborar en la investigación contra el dopaje.
- d. Se puede apelar para eliminar o reducir la sanción.

### PARA CONSULTAR DUDAS

**Fundación Miguel Indurain**

- <http://deportelimpio.fundacionmiguelindurain.com>

**Agencia Mundial Antidopaje:**  
Lista de sustancias y métodos prohibidos

- <http://www.wada-ama.org>

**POR UN DEPORTE LIMPIO**  
*Lo que debes saber sobre el dopaje 2012*



Consejo Superior de Deportes



2012 CONTROL AVANZAMOS

Gobierno de Navarra



COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL

<http://deportelimpio.fundacionmiguelindurain.com>

