



## PREVENCIÓN DEL DOPAJE EN EL ÁMBITO DEPORTIVO FEDERADO

### *Acciones informativas dirigidas al deportista federado*

---

#### **PREÁMBULO**

El dopaje es una práctica antideportiva que atenta contra la ética del deporte, es potencialmente peligrosa para la salud del deportista, y resulta contraria al principio de igualdad de oportunidades.

Aunque existen referencias de que en el siglo XIX, en el transcurso de determinadas competiciones organizadas, ya existieron actuaciones similares a las que actualmente denominamos como “dopaje en el deporte”, no fue hasta mediados del siglo XX cuando diversas naciones y organismos deportivos acordaron establecer una lucha contra esta práctica.

Desde entonces y hasta ahora, progresivamente se han elaborado leyes, normas y reglamentos, y se han establecido acuerdos nacionales e internacionales sobre el dopaje y su control, todo ello con el fin, no sólo de perseguir la trampa y al tramposo, sino también y sobre todo, de defender el derecho del deportista a poder competir limpiamente mediante métodos deportivos autorizados que no pongan en peligro su salud, tanto la actual como la futura a medio y largo plazo, e incluso posiblemente la de sus descendientes en algunos casos.

Es esta intención de ayudar al deportista que quiere practicar un deporte limpio y sano la que recomienda proporcionarle una información básica sobre el dopaje, sobre sus causas y sobre sus potenciales efectos, así como sobre los procedimientos de los correspondientes controles.

En consecuencia, el Director General de Deportes del Consejo Superior de Deportes, Presidente de la Comisión Nacional Antidopaje, ha marcado como un objetivo a cumplir el proporcionar, a los deportistas con licencia federativa para participar en competiciones oficiales de ámbito estatal, la referida información que, basada en la normativa oficial española, ofrezca respuestas a las preguntas más habituales que el deportista suele plantear a los técnicos de su entorno deportivo, e incluso plantearse a sí mismo como posible sujeto de un control del dopaje.



Con ello se pretende que los deportistas resuelvan sus principales dudas sobre las características de los controles, sobre todo en lo que respecta al procedimiento de recogida de muestras –procedimiento del control que les atañe personal y directamente- así como sobre las pautas de utilización de medicamentos sin incurrir en dopaje.

Estos deportistas, por el hecho de serlo, tienen obligaciones a cumplir en el ámbito del control del dopaje, entre ellas la de conocer y cumplir la normativa oficial que lo regula. Pero también tienen derechos, que asimismo deben conocer, porque ello les ayudará a no cometer errores.

La existencia de los controles de dopaje con las debidas garantías, y el que los deportistas los pasen con resultados negativos, influirá para que al ganar puedan hacerlo con la cabeza muy alta. Esta información pretende colaborar a que se cumplan dichos deseos.



## I. DOPAJE. DEFINICIÓN. CAUSAS. EFECTOS. CONTROL.

**Definición.** Se ha definido el dopaje desde diversas procedencias y en muy diferentes ocasiones. Pero en todas ellas, más o menos complejas, se coincide en considerar básicamente el dopaje como la utilización de sustancias o métodos cuyo uso está prohibido en el deporte federado.

La justificación de esta prohibición se incluye también en gran parte de las definiciones elaboradas.

**Causas del dopaje.** Es indudable que el deportista que utiliza el dopaje lo hace con el fin de vencer a sus competidores. Pero con ello lo que pretende es vencer utilizando una trampa que le permita ser considerado como el mejor, sin probablemente serlo, engañando evidentemente a sus compañeros, pero indudablemente también a sí mismo.

Este deportista busca fundamentalmente, además de la gloria deportiva, la compensación económica y el reconocimiento social que no puede -o cree que no puede- conseguir sólo con sus medios entrenados. Y para ello elige utilizar cualquier medio, en este caso el dopaje; pero ¿conoce el precio de la utilización del dopaje?

**Efectos del dopaje.** Los efectos de las sustancias prohibidas son en principio las que poseen por sí mismas y como parte de medicamentos. “No hay diferencia entre medicamento y veneno; sólo depende de la dosis”, es una vieja afirmación. Pero en el caso de los medicamentos entre cuyos principios activos se encuentran las sustancias dopantes, además hay que tener en cuenta que:

1º. Las dosis que frecuentemente se utilizan como dopaje, son superiores, e incluso muy superiores, a las terapéuticas.

2º. Los efectos de estas sustancias están estudiados en situaciones de terapia, muy diferentes a las habituales del deportista, con intensa actividad física.

3º. En muchos casos no hay posibilidad de realizar un estudio previo o un seguimiento de esos posibles efectos complementarios, colaterales, secundarios.

4º. La utilización de estos productos no suele estar aislada de otros, con lo que los efectos pueden variar sobre los evaluados terapéuticamente.



5º. Para muchas sustancias, como los anabolizantes, los efectos son a corto, medio e incluso largo plazo, y muchos de ellos son irreversibles e incluso mortales. Y determinadas investigaciones hablan incluso de potenciales efectos genéticos.

**Control del dopaje.** Las sustancias dopantes constituyen la esencia del dopaje. Su posible detección, en muestras de deportistas federados que han participado o que pueden participar en competiciones oficiales organizadas, constituye la base del control que se realiza con el fin de comprobar una posible transgresión de las normas que prohíben utilizar dichas sustancias en el deporte.

El control del dopaje está constituido por procesos que se encuentran normativamente determinados, y que se realizan con las garantías necesarias y suficientes para el responsable del control y para el deportista controlado.

Estos procesos comprenden:

- La selección del control y del deportista a controlar.
- La recogida de las muestras y el envío de las mismas al laboratorio de análisis.
- El análisis de las muestras, su evaluación, y la emisión de sus resultados.
- La aplicación de las consecuencias del resultado analítico y, en caso de proceder, la sanción consecuente.

## II. INFORMACIÓN PRÁCTICA

En España, el deportista con licencia para participar en competiciones de ámbito estatal ha de conocer las respuestas a las siguientes cuestiones que puede y debe plantearse:

✓ **¿Se puede competir y ganar sin dopaje?**

El dopaje no puede ni debe suplir:

- Unas condiciones físicas básicas idóneas.
- Un entrenamiento correctamente programado.
- Un adecuado reposo.
- Una alimentación controlada.
- Unas ayudas ergogénicas permitidas.
- Una terapia supervisada con medicamentos permitidos.

Con esta pauta, y sin dopaje, es indudable que se puede vencer, ser mejor que los otros competidores, o colaborar a que, formando parte de un equipo, éste gane al rival deportivo.

✓ **Un deportista, ¿puede utilizar medicamentos en casos de enfermedad o lesiones?**

Las sustancias prohibidas están muy definidas como tales por los efectos que producen en el organismo y por su repercusión en el rendimiento deportivo. Y a pesar de que parecen muy numerosas, en realidad constituyen un número mínimo respecto a las permitidas que el deportista puede utilizar por prescripción facultativa en caso de enfermedad o lesión.

Lo importante es que el deportista conozca él mismo, y que pueda presentar a su médico, o en su caso a un farmacéutico, y en cualquier momento, la lista vigente de sustancias prohibidas, que periódicamente el Consejo Superior de Deportes publica en el Boletín Oficial del Estado. Y como ayuda, para él y su médico, y en su caso el farmacéutico, debe conocer que, en los prospectos de los medicamentos que contienen estas sustancias, se advierte de esta circunstancia y de la posibilidad de que su utilización puede producir un resultado positivo en un control del dopaje.

Pero ha de tener especial precaución en lo que se refiere a algunas sustancias, entre las que se pueden destacar:

- La cafeína, que se encuentra presente en el café, tés, chocolates, cacao, colas ... y ¡cuidado!, en el guaraná y ciertas bebidas energéticas. La utilización de alimentos con cafeína, en cantidades habituales, no excesivas, en la alimentación, no conduce a resultados positivos de control, porque el análisis de la muestra en la que se detecta esta sustancia sólo se considera positivo cuando su concentración de cafeína es muy superior a la que se obtiene con una alimentación generalmente normal. Pero es necesario advertir que inyecciones, comprimidos, y otras presentaciones de, por ejemplo, cafeína, cola o yerba mate, indudablemente pueden originar, en función de las dosis ingeridas y de determinadas condiciones fisiológicas, un resultado positivo en un análisis de control de dopaje.
- Las efedrinas, estimulantes que son principios activos de algunos medicamentos anticatarrales. También las concentraciones habituales de estas sustancias están permitidas, y sólo se originan problemas ante ingestas elevadas, superiores a las dosis terapéuticas. Pero en cualquier caso con estas sustancias se ha de ser prudente, porque a veces forman parte de productos dietéticos, de infusiones, de fórmulas magistrales, en los que no hay control sanitario, apareciendo bajo denominaciones tales como “Ma Huang”, “Ephedra”, “Sida Cortifolia” o incluso “Ginseng”
- El salbutamol, la terbutalina y salmeterol, cuya utilización terapéutica está perfectamente regulada, de forma que cumpliendo las normas, si hay necesidad terapéutica de su uso, puede efectuarse dicha administración por inhalación. Pero eso sí, cumpliendo las condiciones establecidas para ello. Y lo mismo ocurre con otras sustancias: los glucocorticosteroides.

Finalmente, es necesario llamar la atención sobre la importancia de vigilar la ingesta de determinados productos nutricionales, como es el caso de algunas barritas energéticas, en cuya composición pueden formar parte anabolizantes en muy bajas concentraciones. Entre estos anabolizantes, los más frecuentemente encontrados son la nandrolona y sus precursores, por lo que la ingesta de estos productos muy probablemente va a originar un resultado positivo en un análisis de control de dopaje. Estos productos carecen en su mayoría de un estricto control sanitario, se pueden adquirir

con relativa facilidad y a veces ni siquiera su composición aparece en el etiquetado.

En definitiva, el deportista ha de ser consciente de su identidad deportiva federada, la cual le obliga a cumplir unas determinadas normas, entre ellas las de no utilizar determinadas sustancias prohibidas en el deporte. Para poder cumplir estas normas, debe tratar de evitar que le engañen y engañarse a sí mismo. Para ello debe evitar todo lo que no tiene -o no le ofrece seguridad- ante un posible control.

Y se reitera que cuando al deportista le surja la necesidad de utilizar determinados productos o medicamentos, debe exigir, al médico que le trate el problema originario, que tenga en cuenta su condición de deportista federado que le limita la utilización de determinados fármacos los cuales, en la mayor parte de los casos, deben ser sustituidos por otros productos o medicamentos integrados por principios activos cuyo uso está permitido en el deporte federado.

✓ **¿Un deportista está obligado a pasar controles de dopaje? ¿Cuándo? ¿Quién puede requerirle para ello?**

Un deportista con licencia para participar en competiciones de ámbito estatal, y mientras esta licencia se encuentre en activo, tiene obligación de someterse a controles de dopaje, durante las competiciones o fuera de ellas, cuando sea requerido al menos por uno de los siguientes organismos:

- El Consejo Superior de Deportes.
- La Comisión Nacional Antidopaje.
- La Federación deportiva española correspondiente.
- En su caso, la Liga profesional concerniente.

El deportista debe ser consciente que la negativa a pasar un control requerido por alguno de estos organismos supone una infracción grave de dopaje, siempre sancionable.

✓ **¿Quién está autorizado a recoger las muestras en un control del dopaje?**

Los procesos de recogida de muestras en un control del dopaje en competición se realizan por un equipo, cuyo responsable es un médico habilitado por la Comisión Nacional Antidopaje, el cual es designado para ello

por la entidad solicitante del control, que le proporciona la correspondiente acreditación. Este médico estará acompañado al menos de un técnico, con formación sanitaria o no.

En los controles de dopaje fuera de competición, es posible que no haya designación de técnicos que acompañen al responsable de los procesos de recogida de muestras.

✓ **¿Cuál es la causa para seleccionar a un deportista para pasar un control de dopaje?**

Un deportista puede ser seleccionado para pasar un control por clasificación, por sorteo o por designación.

El deportista que se convoca conoce que va a pasar un control del dopaje porque el responsable de la recogida de muestras, o un delegado suyo, le entrega un formulario de notificación, en el que constan sus datos personales y federativos, así como la ocasión en que se va a realizar el control y las condiciones del mismo.

Este formulario también incluye otras advertencias complementarias de interés.

✓ **¿Qué debe hacer el deportista cuando le es entregada la notificación de que ha sido seleccionado para pasar un control de dopaje?**

El deportista debe cerciorarse de la veracidad de los datos de la notificación, que debe estar firmada por quien hace entrega de la misma, y firmar la recepción de la misma.

A partir de entonces, en un control en competición el deportista dispone de un máximo de treinta minutos para presentarse en el área de control del dopaje. Este plazo en algunos deportes puede estar ampliado hasta completar una hora, que excepcionalmente puede volver a ser ampliado por el responsable de la recogida hasta un máximo total de dos horas.

Generalmente, se designa a una persona –escolta- que acompaña al deportista desde que recibe la notificación hasta que se presenta en el área de control del dopaje, circunstancia ésta que es obligatoria en determinadas ocasiones, por ejemplo en los Juegos Olímpicos.



En un control fuera de competición la notificación se realiza generalmente sin previo aviso, y el proceso comienza de inmediato.

✓ **¿Cuál es el procedimiento de recogida de muestras?**

Una vez recibida la notificación, y en el plazo máximo indicado, el deportista deberá acudir al área de control, pudiendo ir acompañado de una persona, donde debe presentar la notificación y asimismo debe identificarse mediante documento oficial con fotografía.

Una vez que el deportista ha accedido al área de control, no puede abandonar la misma hasta que no finalice el proceso.

Cuando se inicie el proceso de recogida de la muestra, una vez que el deportista declare estar dispuesto para ello, el mismo puede elegir y revisar el material básico a utilizar para esta recogida, el cual debe estar homologado por la Comisión Nacional Antidopaje.

El deportista debe suministrar la muestra en presencia de uno de los componentes del equipo de recogida, en las condiciones establecidas.

El deportista que pasa un control debe cerciorarse que, aunque la muestra se suministre en varias etapas, al final ha de haber una única muestra, que se ha de subdividir en los dos frascos A y B con el mismo código numérico, que deben cerrarse perfectamente.

Finalmente, el deportista controlado ha de firmar el acta de recogida, una vez se cerciore de la veracidad de los datos que se han incluido en la misma.

Asimismo, el deportista debe declarar los medicamentos previamente utilizados, y sobre todo, en su caso, debe presentar, durante este proceso, los documentos de justificación de uso terapéutico de sustancias prohibidas, cuya regulación no obstante puede incluir la obligación de presentarlos previamente a la Comisión antidopaje federativa correspondiente.

Madrid, 19 de enero de 2004