



¿Qué puedo hacer para evitar un test positivo por tomar un medicamento?

Existen dos formas para obtener un medicamento: por prescripción médica o bien, en una farmacia o en un establecimiento de despacho de fármacos. Siempre que necesite que se le recete un medicamento, deberá recordar al médico que es un atleta y que está sujeto a las normas antidopaje. El médico deberá garantizarle que el medicamento recetado no contiene sustancias prohibidas. Cuando el médico no pueda determinar este punto, la decisión deberá ser tomada tras consultar la Agencia nacional antidopaje de su país o tras la consulta de un farmacéutico competente.

Si tiene que tomar un medicamento que no necesita receta (normalmente conocidos como "de venta en farmacias"), se recomienda encarecidamente que consulte con la Agencia nacional antidopaje de su país o que muestre la Lista de prohibiciones al farmacéutico y le pida ayuda antes de decidirse por un determinado producto. Además, al elegir el medicamento adecuado, asegúrese de que va a tomar exactamente el que le recomendaron. Algunos nombres de marca ofrecen muy diversas variaciones de un mismo producto (no causa somnolencia, rápido alivio, extra fuerte, acción prolongada, etc.) y la fórmula difiere en cada uno de ellos, lo que supone un riesgo elevado de que alguno contenga una sustancia prohibida mientras otro no.

*La **Lista de prohibiciones** vigente se publica siempre en la página web de la Agencia Mundial Antidopaje en www.wada-ama.org. Generalmente, en octubre de cada año se publica una versión actualizada de la lista con vigencia a partir del 1 de enero del año siguiente.*

¿Qué sucede si el único medicamento que sirve para tratar mi enfermedad contiene una sustancia prohibida?

El Código Mundial Antidopaje reconoce el derecho de los atletas a seguir el mejor tratamiento posible para cualquier enfermedad que puedan padecer. Si se encuentra en esta situación, por favor, póngase en contacto con la Federación Internacional correspondiente o con su Agencia nacional antidopaje para aprender más sobre los criterios de admisibilidad y los procedimientos que se aplican a las Autorizaciones por uso con fines terapéuticos (AUT). Encontrará más información sobre los trámites necesarios para una AUT en el sitio web de la AMA en www.wada-ama.org.



Antes de solicitar una AUT, se recomienda que consulte con su médico la posible existencia de tratamientos alternativos que no obliguen al uso de sustancias o métodos prohibidos. Si existe un tratamiento alternativo, probablemente se le denegará la solicitud de la AUT y este proceso sólo retrasará su recuperación.

¿Qué sucede si se presenta una urgencia y que no dispongo de tiempo o de la capacidad para comprobar si la medicación indicada está libre de sustancias prohibidas?

En circunstancias excepcionales, cuando se presenta una situación que pone en peligro la vida y requiere una intervención inmediata que implica el uso de medicamentos que contienen sustancias prohibidas, tanto usted como su médico deberán solicitar una Autorización por uso con fines terapéuticos inmediatamente después de que se aplique el tratamiento. Sin embargo, se espera que dichos casos sólo aparezcan rara vez y las Autorizaciones por uso con fines terapéuticos no serán concedidas en situaciones de urgencia sin un estudio exhaustivo.

Si caigo enfermo y mi próxima competición tendrá lugar en sólo dos semanas, ¿cuánto tiempo tardan los medicamentos en ser eliminados del organismo?

El tiempo que necesita el organismo para eliminar toda traza de una sustancia depende de la naturaleza de la propia sustancia y de la cantidad que se ha tomado de ella, del metabolismo del individuo, del método de administración, y de una serie de factores como la cantidad de líquidos que se ha consumido, la posible interacción con otros ingredientes del mismo medicamento u otras sustancias ingeridas. En definitiva, no existe una regla general y el periodo de tiempo puede variar de unas horas a varios meses. Pero lo más importante, ya que usted está sujeto a la realización de controles fuera de la competición, es el hecho de que, aunque no vaya a competir en las próximas dos semanas, no se excluye la posibilidad de que le realicen controles.



¿Qué debo hacer si caigo enfermo durante un viaje por un país extranjero?

Normalmente, los medicamentos se comercializan con nombres distintos en los diferentes países, e incluso si poseen el mismo nombre de marca, pueden también tener composiciones diferentes para respetar las leyes de cada país con respecto a la disponibilidad de determinadas sustancias. En un país, tomar un determinado producto puede resultar seguro desde el punto de vista antidopaje, mientras que en otro país, el producto vendido con el mismo nombre, puede contener una sustancia prohibida. Antes de usar medicamentos adquiridos en un país extranjero, será mejor que consulte con el médico de su equipo, que trate de ponerse en contacto con la Agencia nacional antidopaje del país donde se encuentre, o que se ponga en contacto con la Agencia nacional antidopaje de su propio país para pedir consejo sobre la mejor solución. Como último recurso, puede llevar la Lista de prohibiciones a una farmacia y consultar la lista de ingredientes con el farmacéutico de guardia para asegurarse de que el producto que pretende tomar no contiene sustancias prohibidas.

Una forma de evitar tales situaciones consiste en llevar, como parte de sus "accesorios de viaje", pequeñas dosis de medicamentos que sean de uso seguro y que pueda esperar tener que utilizar durante su estancia en el extranjero (dolores y fiebre, alergia, resfriado, dolor de estómago, infecciones de la piel, etc.) *Antes de llevar cualquier medicamento al extranjero, o traerlo a su país desde fuera, sería aconsejable comprobar si las normas aplicadas en la aduana le permiten hacerlo y asegurarse de que no va a introducir en su país de destino ninguna sustancia que allí sea ilegal.*

¿Debería preocuparme por las cremas, colirios y otros medicamentos que no se toman vía oral?

Realmente, sí. Las sustancias prohibidas se presentan en distintas formas y pueden ingresar en el organismo por diversos mecanismos: por contacto con la piel (cremas y pomadas), por inhalación (al respirar sus vapores), por contacto con las mucosas (colirios oculares o gotas para los oídos, supositorios, etc). Cualquier medicamento que se aplique al organismo ingresará en éste actuando de la forma para la que fue concebido (reducir la inflamación, aliviar el dolor, destruir las bacterias, etc.), y, por tanto estará presente en la sangre antes de ser eliminado por los riñones y aparecer en la orina.



¿Qué sucede con los productos homeopáticos y de las medicinas alternativas?

Como ocurre con los suplementos dietarios, en algunos países, los productos homeopáticos, los remedios a base de hierbas, y otros productos usados por las medicinas alternativas no están sometidos a los mismos controles de calidad que los productos farmacéuticos. Por lo que un etiquetado incorrecto, una fabricación deficiente y la contaminación pueden causar a que las sustancias prohibidas se encuentren sin que el consumidor lo sepa. Los productos homeopáticos normalmente poseen una concentración muy baja de sustancias activas, sin embargo, como generalmente no especifican los ingredientes como sustancias químicas sino su origen (el nombre de la planta o del animal del que han sido extraídos), es difícil determinar si se puede encontrar alguna sustancia prohibida.

Además, los atletas deben tener mucho cuidado con cualquier remedio casero de los que se acostumbran a utilizar por tradición familiar o por hábitos culturales. Muchas de esas mezclas derivan de preparados a base de hierbas y algunas sustancias prohibidas son de origen vegetal. Recuerde, siguiendo el principio de responsabilidad objetiva, no importa cómo o por qué una sustancia prohibida ingresa en el organismo de un atleta. Los atletas son los responsables de todo lo que entre en sus organismos.

¿Qué puede suceder si me someto al control antidopaje y el resultado es positivo porque utilicé una medicación sin saber que contenía una sustancia prohibida?

Siguiendo el principio general de responsabilidad objetiva que rige en las normas antidopaje, como atleta, usted es el último responsable de toda sustancia que entre en su organismo, ya fuera recomendada, recetada, o incluso suministrada por otra persona. Si un atleta da un control positivo, el resultado será la descalificación, y la posible sanción o suspensión.

¿Existe una lista de los medicamentos que no contienen sustancias prohibidas?

Para mantener la información actualizada sobre las sustancias prohibidas presentes en todos los productos fabricados por la industria farmacéutica en todo el mundo un volumen considerable de recursos sería necesario tal que, en este momento, la AMA no lo tenga. Para tal fin existen varias herramientas



y publicaciones. Los médicos y farmacéuticos de algunos países tienen acceso a un índice de productos farmacéuticos, que se actualiza cada mes o anualmente, en el que se expone claramente cuales medicamentos están permitidos o no para los deportistas.

Algunas Agencias nacionales antidopaje también ofrecen este tipo de asesoramiento, bien en forma de lista con los medicamentos autorizados para tratar las dolencias más comunes, o una línea directa o un servicio de correo electrónico para consulta con respecto a las sustancias, o una base de datos de consulta de medicamentos y sustancias. Para consultar los datos correspondientes a su Agencia nacional antidopaje visite, por favor, el sitio web de la AMA en www.wada-ama.org. Si en la lista que se muestra en el sitio web de la AMA no figura ninguna Agencia nacional antidopaje correspondiente a su país, por favor, póngase en contacto con la Federación Nacional de su deporte, con el Comité Olímpico Nacional o con un profesional sanitario competente de su país para que le informan sobre los recursos de que pueda disponer.

¿Qué otras cosas se están haciendo para ayudar a los atletas a evitar resultados positivos involuntarios por usar una medicación incorrecta?

La AMA está considerando la posibilidad de establecer asociaciones con sociedades farmacéuticas que publican índices de productos farmacéuticos de forma que los médicos que prescriban los tratamientos tengan en el índice una referencia inmediata de si un medicamento dado contiene o no sustancias prohibidas por la norma antidopaje.

La AMA también está estudiando la posibilidad de crear una base de datos de referencia mundial de fármacos que contendría todos los productos farmacéuticos comercializados en todo el mundo y su estado respecto a la Lista de prohibiciones. Una base de datos de estas características permitiría a los atletas acceder a una información fiable sobre los componentes de un determinado producto farmacéutico, independientemente de la región del mundo donde haya que adquirirlo.