



Agencia Estatal Antidopaje
Calle Ferraz 2, 28008-Madrid
<http://www.aea.gob.es/>
aea@aea.gob.es
91 7585750



guía divulgativa para la prevención del dopaje

deportesano 
TRATAMIENTO



tolerancia
ceros!
con el
dopaje!



deportesaños
TRATAMIENTO

El deporte promueve la educación integral, favorece hábitos de sociabilidad, propicia la generación de empleos, sostiene e incrementa el desarrollo económico, combate la intolerancia, **ataca por principios éticos de educación en valores y de la salud, el uso y abuso de consumo de drogas, sustancias dopantes y métodos prohibidos**, fomenta la búsqueda del entendimiento y la paz entre los pueblos, favorece el **trabajo en equipo** y apuntala el liderazgo como **seña identitaria** individual, colectiva, social, de nación o territorio.

La necesidad de saber **vencer con grandeza y humildad**, de saber **perder con dignidad**, la naturaleza efímera de la victoria, la importancia de la **disciplina** y el trabajo sistemático basado en la **superación personal** día a día, son características, todas ellas, que coadyuvan y potencian el desarrollo de las sociedades modernas.

A lo largo de esta guía queremos mostrar que el deporte es un estímulo para el logro de estados de bienestar y de estilos de vida saludables. Igualmente no queremos pasar por alto que el dopaje existe y que esta práctica, además de ser un insulto para los deportistas que juegan limpio, conlleva graves riesgos para la salud del deportista que consume sustancias prohibidas o utiliza métodos prohibidos.

El objetivo principal de estas páginas consiste en que el deportista se convenza de que hacer deporte consumiendo drogas y sustancias prohibidas no vale la pena. Es engañarse a uno mismo, engañar al resto de deportistas, compañeros y engañar a la sociedad.

TÚ decides, TÚ y solo TÚ decidirás si vas a consumir esos productos prohibidos o utilizar métodos ilegales a cambio de intentar mejorar tu marca, de intentar ganar sin reparar en los medios, faltando a la ética.

En estas páginas encontrarás un buen aliado, buenas razones para tomar una decisión acertada.



Deporte y Dopaje: No juegues con tu Salud

Por respeto a tu salud

El Deporte, además de ser una práctica que fomenta los valores más nobles del ser humano, es fuente de salud y pieza clave en el correcto desarrollo de nuestro cuerpo. De hecho, la práctica deportiva así entendida se opone frontalmente, por principios éticos de educación en valores y de la salud, al uso y abuso de sustancias dopantes y métodos prohibidos.

Hemos de atacar con firmeza y contundencia el dopaje deportivo allí donde se produzca. El deportista debe someterse a controles para detectar posibles sustancias dopantes en la línea de una competición limpia e igual para todos.

La búsqueda de una centésima o de una efímera e hipotética victoria pone en grave riesgo la salud del deportista que utiliza estos procedimientos ilegales que en muchas ocasiones provocan daños irreversibles, bien de manera inmediata, bien con la manifestación de secuelas impredecibles con el paso de los años.



¿Qué es el dopaje?

- Dopaje es la utilización por el deportista de sustancias o métodos cuyo uso está prohibido en el deporte por la legislación vigente, con grave perjuicio para su salud.

- Es delito, como práctica de dopaje, la promoción o la incitación a utilizar estas sustancias y métodos prohibidos.



Dopaje en la legislación española

Según la legislación española se considera dopaje:

- La utilización de sustancias y grupos farmacológicos prohibidos, así como de métodos no reglamentarios destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de los deportistas o a modificar los resultados de las competiciones.
- La promoción o incitación a la utilización de tales sustancias o métodos. Se considera promoción la dispensa o administración de sustancias, así como la colaboración en la puesta en práctica de los métodos no reglamentarios.
- La negativa a someterse a los controles de dopaje, dentro y fuera de la competición, cuando sean exigidos por los organismos, autoridades o personas competentes según la legislación.
- Cualquier acción u omisión tendente a impedir o perturbar la correcta realización de los procedimientos de control del dopaje.

prácticas peligrosas, efectos nocivos



El dopaje constituye una amenaza para la salud de los hombres y mujeres, en especial de los más jóvenes, que, como profesionales o aficionados, practican el deporte. Son sustancias clandestinas, no sujetas a controles sanitarios.



Prácticas gravemente peligrosas

- Procedimientos que modifican los componentes de la sangre.
- El uso de medicinas o de sustancias de cualquier naturaleza que alteran el sistema nervioso.
- Sustancias que puedan modificar los rasgos asociados a la edad o a la configuración sexual.
- Sustancias que actúan sobre el aumento antinatural de la masa muscular o de la resistencia a la fatiga.

Algunos efectos demoledores sobre la salud, física y mental.

- Lesiones óseas, acné, lesiones hepáticas graves y diversas patologías cardiovasculares.
- En el hombre provocan reducción testicular, esterilidad, hiperplasia prostática y ginecomastia.
- Aumento de peso corporal.
- En la mujer alteran el ciclo menstrual, producen infertilidad, reducción mamaria, aumento del vello corporal y masculinización en general.
- Los procedimientos que aumentan la transferencia de oxígeno pueden ser la causa de reacciones alérgicas, lesiones renales, septicemias, hepatitis o SIDA, ictericia, sobrecarga circulatoria, derrame cerebral, insuficiencia cardíaca o shock metabólico...

Muchos de estos efectos y abusos pueden terminar con la muerte del deportista.

Una sonrisa de un segundo... lágrimas de dos años y/o perpetuas.



Perjuicios del Dopaje para la Salud: Decálogo sobre Salud y Dopaje

deportesanos
TRATAMIENTO



La utilización de medicamentos o de sustancias, incluidos o no en las listas de sustancias y de métodos prohibidos en el deporte, sin la adecuada supervisión médica, constituye de por sí un importante riesgo para la salud.



A la luz del conocimiento científico son **prácticas de dopaje gravemente peligrosas** los procedimientos que modifican los componentes de la sangre, el uso de medicinas o sustancias de cualquier naturaleza que alteran el sistema nervioso, ya sea estimulándolo, ya deprimiéndolo, las que inducen alteraciones del tono mental o de la combatividad, las que enmascaran el dolor o la fatiga, las que puedan modificar los rasgos asociados a la edad o a la configuración sexual, las que actúan o que buscan un incremento del rendimiento competitivo mediante el aumento antinatural de la masa muscular o de la resistencia a la fatiga.



La propia naturaleza del dopaje, clandestina y sin control sanitario, representa una seria amenaza para la salud al utilizar sustancias no supervisadas con los adecuados controles sanitarios.



La administración de sustancias dopantes que, en muchos casos, implica utilizar dosis supra fisiológicas y combinación de muchos productos, constituye un serio riesgo para la salud del deportista.



Los suplementos nutricionales de procedencia dudosa, no sujetos a control sanitario, pueden constituir un riesgo para la salud por la posibilidad de que contengan sustancias dopantes.



Hay sustancias dopantes que, por su carácter adictivo, son peligrosas para la salud, y extremadamente peligrosas si se utilizan en niños.



Los métodos de dopaje que producen anabolización tienen efectos demoledores sobre la salud, física y mental, de la mujer deportista.



La toma de sustancias y de medicamentos por deportistas debe estar prescrita y controlada por médicos, especialmente conocedores de los problemas relacionados con el dopaje y sus efectos.



La mejor forma de preservar la salud del deportista es, además de evitar la utilización de productos dopantes, realizar una alimentación adecuada, sana y equilibrada, junto a un entrenamiento apropiado.



La educación y formación previa sobre los riesgos de utilización de sustancias dopantes es el mejor medio para evitar los efectos peligrosos del dopaje sobre la salud.



Un trabajo continuado

En el bienio 2008/2009 España se confirmó como potencia deportiva mundial, obteniendo grandes triunfos en muy diversos deportes: ciclismo, tenis, baloncesto, fútbol, balonmano, natación, piragüismo, tiro olímpico, deportes de motor y atletismo promesa.

Estos triunfos han generado una consolidación y reconocimiento de la labor deportiva, favoreciendo y extendiendo el deporte en su base, estimulando sus estructuras organizativas hacia el liderazgo y, especialmente, impulsando el deporte limpio como práctica saludable.

España tiene nuevas citas deportivas internacionales en un horizonte próximo. Nuestro país quiere ser la sede organizadora de eventos tales como los Juegos Olímpicos Madrid 2016, o la organización del Campeonato del Mundo de Fútbol en 2018/2022. Será sede del Campeonato de Europa de Atletismo en Barcelona 2010, Campeonato del Mundo de Baloncesto 2014 y de los Juegos Mundiales Universitarios de invierno 2015.

Es fundamental que nuestros deportistas, tanto de élite como de base, continúen compitiendo de forma limpia.

De ti depende, de tu decisión frente al dopaje, que avancemos en la buena dirección.

No puede alegarse ignorancia por desconocimiento de ser prohibida la sustancia o el método prohibido, el deportista debe saberlo por sus propios medios y/o a través de los profesionales que los atienden.



Lista de sustancias y métodos prohibidos

El deportista debe conocer qué sustancias y métodos están prohibidos en el deporte, fundamentalmente por sus efectos secundarios perjudiciales para su salud y por su repercusión en el resultado de la competición.

El conjunto de sustancias y métodos prohibidos se encuentra recogidos en la "Lista de sustancias y métodos prohibidos", elaborada por la AMA, revisada - aceptada por el CSD y publicada anualmente en el BOE. Establece la relación de sustancias y métodos prohibidos durante y fuera de las competiciones.

La lista también indica si en ciertos deportes se prohíbe alguna sustancia en particular y si algunas de esas sustancias pueden ser utilizadas por algunos deportistas bajo autorización médica estricta, fundamentada y justificada.

Consulta la lista en:
www.csd.gob.es
www.aea.gob.es
www.wada-ama.org



En España: Una apuesta decidida

- De 2004 a 2006 se ha reducido entre un 35%-39% el número de adversos (antes de introducir en listado la testosterona).

- Somos el 5º país del mundo que más número de controles realiza (USA, Canadá, Alemania, Italia y España).

- España es el tercer/cuarto país que más análisis de EPO Cera realiza.



- Se ha duplicado el presupuesto dedicado a los aspectos relacionados con la lucha contra el dopaje.

- Mejora la valoración de los españoles respecto a las iniciativas para luchar contra el dopaje, que puntúan con un 6,3 en 2008 frente a un 5,7 en 2007 (Metroscopia).

Proteger al deportista frente a los riesgos que el uso de sustancias y/o métodos dopantes tiene para su salud física y mental, junto al derecho a la educación integral como protección frente al dopaje, justifican la tarea de organizaciones deportivas y poderes públicos.



Agencia Estatal Antidopaje

En España, la **Agencia Estatal Antidopaje, AEA**, es el **organismo público que se encarga de la realización de las actividades de prevención, protección de la salud y lucha contra el dopaje en el deporte**, así como de la ejecución e impulso de una política de investigación en materia de control del dopaje y de la protección de la salud del deportista, en su caso, en colaboración con el CSD. Así, sus dos grandes objetivos y principios fundamentales son:

1. Desempeñar un protagonismo notable en el desempeño de aspectos relacionados con la acción integral de los poderes públicos y de las organizaciones deportivas a favor de un deporte sin dopaje.
2. Como organismo de cooperación y marco común de las distintas administraciones públicas competentes y concurrentes para tratar adecuadamente el fenómeno.



Agencia Mundial Antidopaje

En el ámbito internacional actúa la **Agencia Mundial Antidopaje, AMA**, Fundación de Derecho privado con sede en Montreal (Canadá), como **una Organización no Gubernamental Independiente**, como consecuencia de las disposiciones de la Declaración de Lausana sobre el Dopaje en el Deporte.

Organismos Nacionales, Instituciones y Entidades en relación con el dopaje deportivo



Organismos internacionales en relación con el dopaje





Publicaciones de interés

Guía del Deportista y Guía de bolsillo del Deportista. (CSD)

www.cerodopaje.es/cerodopaje/documentacion/guiaspara-deportistas

Guía del Deportista de la Agencia Mundial Antidopaje.
www.wada-ama.org

Guía educativa contra el dopaje de la UNESCO.
www.portal.unesco.org

Código europeo de conducta contra el dopaje.
<http://www.csd.gob.es/csd/salud/carpetainteligente.2007-08-08.7972601461/codigo-europeo-de-conducta-contra-el-dopaje>

Enfoque y tratamiento integral para acometer con eficacia la lucha contra el dopaje. Líneas básicas. (AEA)
<http://www.aea.gob.es/publicaciones>



Páginas web de referencia

<http://www.wada-ama.org>
Página web de la Agencia Mundial Antidopaje

<http://www.csd.gob.es> Página web del Consejo Superior de Deportes, con enlace a **<http://www.cerodopaje.com>**, una iniciativa que busca reforzar en la sociedad española la cultura del juego limpio y del deporte saludable.

<http://www.aea.gob.es>
Página web de la Agencia Estatal Antidopaje

<http://www.coe.es>
Página web del Comité Olímpico Español

Páginas web de las diferentes Federaciones Deportivas Españolas.

Páginas web de las diferentes Comunidades Autónomas.

tolerancia
ceros!
con el
dopaje

