



CELAD

Comisión Española para la Lucha Antidopaje en el Deporte

¿Qué es el dopaje y La Lista de Sustancias y Métodos prohibidos?



Hay 11 posibles infracciones de la normativa antidopaje. Varias de ellas se refieren a La Lista de Sustancias y Métodos prohibidos: Detección en un control de dopaje; el uso, la administración, el tráfico, o el intento de realizar estas acciones; ya sean relativas a determinadas sustancias o métodos establecidos en una Lista. **Afectan a deportistas y a personal de apoyo.**

La Lista es un documento asociado al Código Mundial Antidopaje, en España se publica cada año en el Boletín Oficial del Estado y entra en vigor el 1 de enero de cada año.



1.1 Mejorar el rendimiento deportivo.

1.2 Representar un riesgo para la salud de los/las deportistas.

1.3 Ser contrario al espíritu deportivo.

1. Criterios para incluir una sustancia en la lista: (Si cumple 2/3)

1. ¿Cómo se incluyen las sustancias y métodos en La Lista?

Nota: Una sustancia con estructura molecular o efectos biológicos similares a cualquier sustancia incluida en La Lista, también está prohibida.

2. Clasificación de La Lista

La Lista se divide en grupos de **sustancias y métodos**:

Nota: Clasificación según:
- Momento de uso (competición/fuera de competición)
- Posibilidad de uso accidental
- Abuso recreativo en la sociedad

2.1 SIEMPRE

En competición y fuera de competición. Se pueden realizar controles y detectar estas sustancias y métodos en cualquier momento.

Algunos ejemplos:
- Agentes anabolizantes (testosterona, SARM)
- Beta2Agonistas (terbutalina)
- Hormonas (EPO)
- Transfusiones y manipulación de sangre
- Dopaje genético
- ...

2.3 EN CIERTOS DEPORTES

Los **Betabloqueantes** (para tratar hipertensión, arritmias...)

Prohibidos sólo en competición:
Automovilismo
Billar
Actividades subacuáticas
Dardos
Golf
Esquí/Snowboard

Prohibidos en competición y fuera de competición:
Tiro con arco
Tiro olímpico

2.2 SOLO EN COMPETICIÓN

No están prohibidos fuera de competición.

Algunos ejemplos:
- Estimulantes
- Cannabis (Marihuana)
- Glucocorticoides
- Vías prohibidas: oral e inyectables.
- Narcóticos (tramadol, a partir del 1 de enero 2024)

Nota: El periodo que define un control en competición empieza desde las 23:59 del día anterior a la competición hasta que esta finalice.

3. Sustancias específicas y no específicas

Las sustancias se clasifican como específicas y no específicas, según posibilidad de uso accidental, esta diferencia permite determinar la duración de una posible sanción.

3.1 SUSTANCIA ESPECÍFICA

Sustancia que se encuentra generalmente en medicamentos sin receta o en complementos alimenticios contaminados. Alta probabilidad de uso accidental.

Algunos ejemplos:
- Beta-2-agonistas
- Moduladores hormonales
- Estimulantes
- Narcóticos
- Cannabinoides
- Glucocorticoides
- ...

3.2 SUSTANCIA NO ESPECÍFICA

Sanción básica 4 años de suspensión

Sustancia que se ha consumido con un objetivo de dopaje. Alta probabilidad de uso intencionado. Necesario demostrar la NO intencionalidad para ver reducida la sanción.

4. Sustancias de abuso

Las sustancias de abuso son aquellas que se suelen utilizar a nivel social y no a nivel deportivo.

- Cocaína
- Diamorfina (heroína)
- Metilendioximetanfetamina (MDMA/"éxtasis")
- Tetrahidrocannabinol (THC, Cannabis, Marihuana)

Nota: Si el/la deportista da positivo por una sustancia de abuso en un control en competición y puede demostrar que consumió la sustancia FUERA DE COMPETICIÓN y que no estaba relacionada con el rendimiento deportivo, se puede aplicar una sanción de 3 meses.

👁️ No des por hecho que es seguro tomar un medicamento solo por ser recetado por un profesional médico o aconsejado por tu entrenador/a o compañero/a de entrenamiento.

👁️ Si tienes una razón legítima (enfermedad o dolencia diagnosticada) para consumir una sustancia o método prohibido debes solicitar una Autorización de Uso Terapéutico (AUT).

👁️ Consulta con los servicios médicos de tu federación deportiva o con la CELAD ante cualquier duda.



Los medicamentos prescritos por un médico y los que se pueden comprar sin receta en farmacia pueden contener sustancias prohibidas en el deporte.

6. Principio de responsabilidad

¡Eres responsable!

Una comprobación previa de 2 minutos podría evitarte una inhabilitación de 4 años.

5. Medicamentos ¡Infórmate!

CHECK NoDopApp NoDopWeb

www.celad.gob.es

EN EL DEPORTE YO JUEGO LIMPIO

