

Athletes and Medications

Q&As





What can I do to avoid a positive test from taking a medication?

There are two ways for you to obtain medication: either by prescription from your doctor or directly from the shelves of a drugstore or pharmacy. Every time a prescription needs to be written for you, you must remind your doctor that you are an athlete and are subject to anti-doping regulations. Your doctor should ensure that the medication prescribed does not contain any banned substances. If your doctor is unable to determine this, then the decision should be taken in consultation with your national anti-doping agency or with a competent pharmacist.

If you need to take a medication that does not require a prescription (commonly referred to as "over-the-counter"), it is highly recommended that you consult your national anti-doping agency or that you show the Prohibited List to the pharmacist and ask for help before you decide on a product. Also, when choosing the right medication, make sure that you take exactly the one that was recommended. Some brand names offer multiple variations of the same product (non-drowsy, fast-relief, extra-strength, longer-lasting, etc.) and with the formula being different for each, there is a real risk that one will contain a prohibited substance while another may not.

*The current **Prohibited List** is always posted on the World Anti-Doping Agency's website at www.wada-ama.org. Generally, an updated version of the List is published every year in October and becomes effective January 1st of the following year.*

What if the only medication to treat my medical condition contains a prohibited substance?

The World Anti-Doping Code recognizes the right of athletes to the best possible treatment for any medical condition. If you are in need of medication, please contact your international federation or your national anti-doping agency to find out more about the criteria and procedures to apply for a therapeutic use exemption (TUE). More information on the TUE process can be found on the WADA website at www.wada-ama.org. Before applying for a TUE, it is recommended that you consult your doctor to consider



possible alternative treatments which do not involve the use of a prohibited substance or method. If such an alternative treatment exists, your TUE request will likely be denied and the whole process can only delay your recovery.

What if an emergency arises for which I do not have the time or ability to verify that the medication required is free of banned substances?

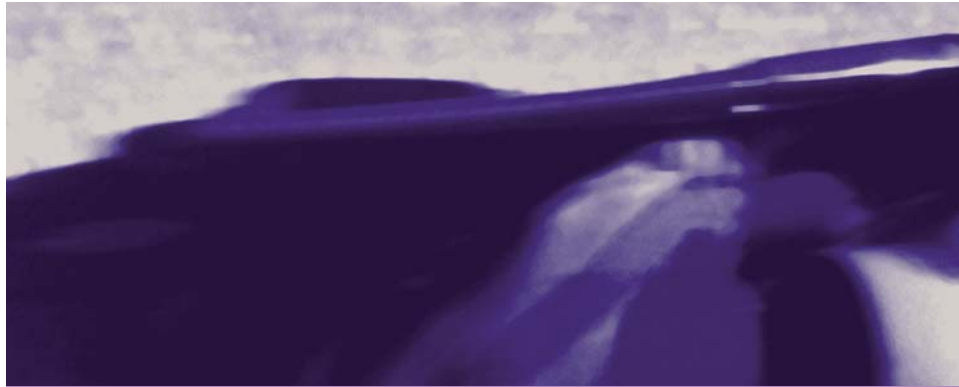
In exceptional circumstances, when an acute life-threatening medical condition requires immediate intervention involving the use of a medication containing a prohibited substance, you and your physician must apply for a therapeutic use exemption immediately after the treatment has been delivered. However, it is expected that such cases will occur very rarely and therapeutic use exemptions will therefore be granted in emergency situations under close scrutiny.

If I get sick and my next competition is scheduled in two weeks from now, how long can it take for medications to be eliminated from my body?

The amount of time someone's body takes to get rid of all traces of a substance depends on the nature of the substance and quantity taken, the individual's metabolism, the administration method, and on a number of other factors such as quantity of liquids consumed, interaction with other ingredients in the same medication, or other substances ingested. In essence, there is no general rule and the delay can vary from a few hours to several months. More importantly, since you are also subject to out-of-competition testing, the fact that you will not compete in the next two weeks does not preclude the possibility of being tested before then.

What should I do if I get sick while traveling in a foreign country?

Medications are usually commercialized under different names in different countries, and even if they have the same brand names, they may also have different composition in order to respect each country's laws on availability of certain substances. In one country, one product may be safe to take from an anti-doping perspective, while in another country the product sold under the same name may contain a prohibited substance. Before using medications



purchased in a foreign country, it is best to consult your team doctor, try to contact the national anti-doping agency in the country that you are visiting, or contact your own national anti-doping agency to ask for advice on what to do. As a last resort, you can bring the Prohibited List to a pharmacy and consult the list of ingredients with the pharmacist on duty to ensure that the product you intend to take does not contain prohibited substances.

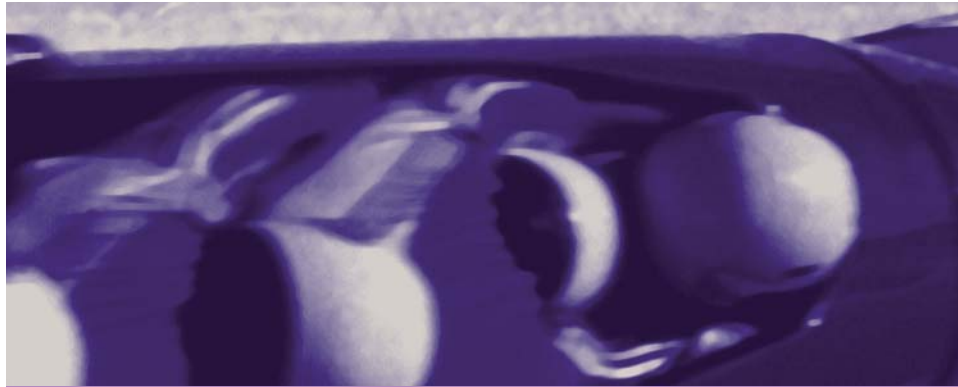
One way to prevent such situation to occur is to bring with you, as part of your "travel kit", small doses of medications from home which you know are safe to use and that you anticipate may be required during your stay abroad (pain and fever, allergy, common cold, stomach aches, skin infections, etc.) *Before bringing any medication into a foreign country or bringing one back home from abroad, it is wise to check whether customs regulations would allow you to do so and ensure that you do not carry into your country of destination a substance that is illegal there.*

Should I worry about creams, eye drops and other medications which I do not need to swallow?

You certainly should. Prohibited substances come in different forms and shapes and they may enter your body in different ways: by contact with your skin (creams and ointments), by inhalation (if you breathe in their vapor or mist), by contact with a mucus membrane (eye or ear drops, suppository, etc.). Any medication applied to your body will likely enter your system to act in the way that is intended (reduce inflammation, relieve pain, kill bacteria, etc), and will be present in your blood before eventually being eliminated by the kidneys and turn up in your urine.

What about homeopathic products and alternative medicine?

As is the case for nutritional supplements, in some countries homeopathic products, herbal remedies and other alternative medicinal products are not subjected to the same quality control requirements as pharmaceutical products. Therefore improper labeling, poor manufacturing practices and contamination can cause prohibited substances to be present without the consumer knowing. Homeopathic products are usually very low in concentration of active substances, however since the label usually does not specify ingredients by chemical substances but rather by origin (name of



plant or animal it is extracted from), it is difficult for anyone to determine whether a prohibited substance may be present.

In addition, athletes have to be careful about any home remedies that have found their place in the family tradition or cultural lifestyle. Many such concoctions are derived from herbal products and some prohibited substances do originate from plants. Remember, under the strict liability principle, it does not matter how or why a prohibited substance entered an athlete's body. Athletes are responsible for everything that goes into their body.

What can happen to me if my test result is positive because I used medication without knowing that it contained a prohibited substance?

Under the overarching principle of strict liability in effect under anti-doping regulations, you as an athlete are ultimately responsible for everything that goes into your body, whether it was recommended, prescribed, or even provided by someone else. If an athlete tests positive, the result is a disqualification, and possible sanction or suspension.

Is there a list of medications which do not contain prohibited substances?

To maintain current information with respect to prohibited substances on all products manufactured by the pharmaceutical industry around the world would require tremendous resources which are not at WADA's disposal at the moment.

Several tools and publications exist for that purpose. Doctors and pharmacists in some countries have access to an index of pharmaceutical products clearly stating which medications are allowed or not in sports, updated every month or year.

Some national anti-doping agencies also offer this type of advice, either in the form of a list of permitted medications for common ailments, a substance inquiry hotline or email service, or a consultable database of medications and substances. Please refer to the WADA website at www.wada-ama.org to find the coordinates of your national anti-doping agency. If your country does not have a national anti-doping agency listed on WADA's website, please consult your national sport federation, National Olympic Committee or a competent health professional in your country to find out what other resources are available.



What else is being done to help athletes avoid an inadvertent positive result from using the wrong medication?

WADA is looking at possible partnerships with pharmaceutical associations publishing indexes of pharmaceutical products so that physicians prescribing treatment have immediate reference in the index about a medication containing or not a substance prohibited under anti-doping regulations.

WADA is also investigating the possibility of a global drug reference database which would contain all pharmaceutical products sold throughout the world and their status against the Prohibited List. Such database would enable athletes to have access to reliable information about the ingredients of any pharmaceutical product, no matter in what parts of the world they require to purchase it.

Sportifs et médicaments

Questions et réponses





Que puis-je faire pour éviter d'être contrôlé positif suite à la prise d'un médicament?

Il y a deux façons de se procurer des médicaments : soit sur ordonnance de votre médecin ou en vente libre directement dans une pharmacie. Chaque fois que vous avez besoin d'une ordonnance, vous devez rappeler à votre médecin que vous êtes un sportif et, à ce titre, sujet à une réglementation antidopage. Votre médecin doit s'assurer que le médicament prescrit ne contient pas de substances interdites. S'il ne peut le déterminer, la décision de prescrire ce médicament devra être prise après consultation avec votre agence nationale antidopage ou un pharmacien compétent.

Si vous avez besoin d'un médicament qui n'exige pas d'ordonnance (dit 'en vente libre'), il vous est particulièrement recommandé de consulter votre agence nationale antidopage ou de présenter la Liste des interdictions à votre pharmacien et de lui demander son aide avant de choisir un produit. Par ailleurs, après avoir choisi le médicament adéquat, assurez-vous que vous prenez exactement celui qui est recommandé. Certaines marques proposent, en effet, plusieurs variantes du même produit (sans effet de somnolence, à soulagement rapide, extra puissant, effet longue durée, etc.). La formule étant chaque fois différente, il y a un risque réel que l'une d'entre elles contienne une substance interdite, alors qu'elle serait absente dans une autre.

*La **Liste des interdictions** en vigueur figure toujours sur le site Internet de l'Agence mondiale antidopage à l'adresse www.wada-ama.org. De façon générale, une version mise à jour de cette Liste est publiée chaque année en octobre et entre en vigueur le 1er janvier de l'année suivante.*

Que se passe-t-il si le seul médicament disponible pour traiter mon état de santé contient une substance interdite ?

Le Code mondial antidopage reconnaît le droit des sportifs au meilleur traitement, quelle que soit la maladie dont ils pourraient être atteints. Si vous vous trouvez dans une telle situation, veuillez prendre contact avec votre



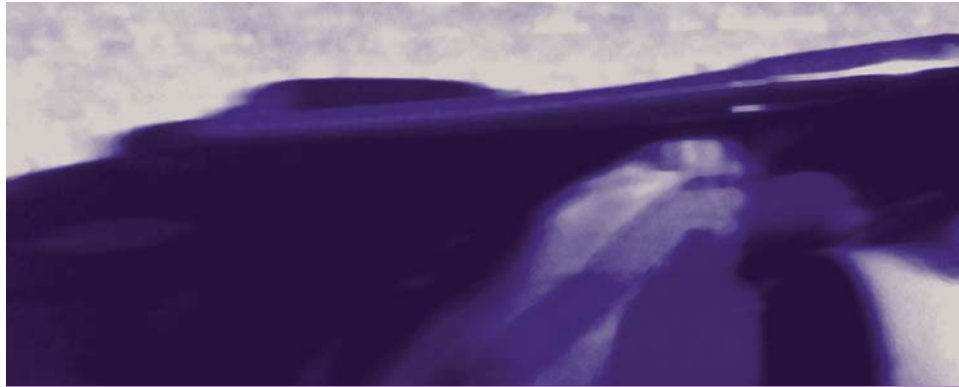
Fédération internationale ou votre agence nationale antidopage pour en savoir davantage sur les critères d'admissibilité et les procédures nécessaires pour faire une demande d'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT). Le site Internet de l'AMA www.wada-ama.org offre de plus amples informations à ce sujet. Avant de faire une demande d'AUT, il vous est recommandé de consulter votre médecin pour envisager les autres types de traitements possibles ne faisant pas appel à une substance ou une méthode interdite. Si un autre traitement existe, votre demande d'AUT sera probablement refusée et la procédure ne fera que retarder votre guérison.

Qu'arrive-t-il si, lors d'une situation d'urgence, je n'ai ni le temps ni la possibilité de vérifier que le médicament requis ne contient pas de substances interdites ?

En cas de circonstances exceptionnelles, lorsqu'une condition médicale susceptible de mettre la vie en danger exige la prise immédiate d'un médicament contenant une substance interdite, vous et votre médecin devrez faire une demande d'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques immédiatement après que le médicament vous ait été administré. Toutefois, ces circonstances sont très rares et l'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques dans de tels cas ne sera accordée qu'après une stricte vérification.

Si je tombe malade alors que ma prochaine compétition n'est prévue que dans deux semaines, en combien de temps les médicaments seront-ils éliminés de mon corps ?

Le temps que prend le corps pour se débarrasser de toute trace d'une substance dépend de la nature de celle-ci et de la quantité absorbée, du métabolisme individuel, de la méthode d'administration et d'un certain nombre d'autres facteurs tels que la quantité de liquides consommée, l'interaction avec les autres ingrédients du même médicament ou avec d'autres substances ingérées. Il n'y a pas de règle générale et le délai peut varier de quelques heures à plusieurs mois. Par ailleurs, il est important de se souvenir que vous êtes également assujetti à des contrôles hors compétition, et le fait que vous ne participiez pas à une compétition avant deux semaines n'empêche pas que vous puissiez entre-temps faire l'objet d'un contrôle.



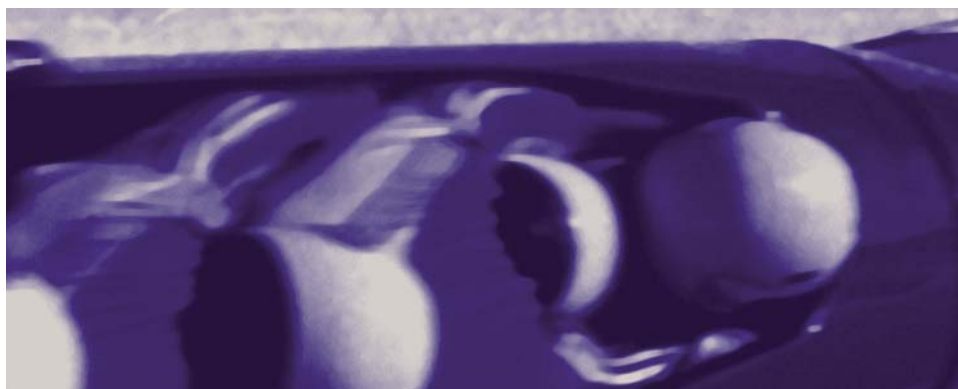
Que dois-je faire si je tombe malade lors d'un voyage à l'étranger ?

Les médicaments sont généralement commercialisés sous des noms différents selon les pays et, même s'ils portent la même dénomination, ils peuvent également se présenter sous une composition différente, conforme à la législation propre à chaque pays sur l'utilisation de certaines substances. Dans tel pays on pourra utiliser tel produit en toute sécurité du point de vue de l'antidopage alors que dans un autre, le même produit vendu sous le même nom contiendra une substance interdite. Avant de faire appel à des médicaments achetés à l'étranger, il est préférable de consulter votre médecin d'équipe, de tenter de prendre contact avec l'agence nationale antidopage du pays que vous visitez ou de demander à votre propre agence nationale antidopage ce qu'il y a lieu de faire. En dernier ressort, vous pouvez apporter à une pharmacie la Liste des interdictions et vérifier la composition du médicament avec le pharmacien de service pour vous assurer que le produit ne contient pas de substance interdite.

Vous pourrez éviter qu'une telle situation se produise en emportant avec vous dans votre trousse de voyage des petites doses de médicaments dont vous savez qu'ils sont sûrs et dont vous pourriez avoir besoin au cours de votre déplacement à l'étranger (douleur ou fièvre, allergie, rhume ordinaire, maux d'estomac, infections cutanées, etc.). *Avant d'emporter avec vous tout médicament à l'étranger ou d'en rapporter un de l'étranger, il est préférable de vérifier que la réglementation douanière vous y autorise et vous assurer que vous n'emportez pas dans votre pays de destination une substance qui y est illégale.*

Dois-je m'inquiéter également pour les crèmes, gouttes oculaires et autres médicaments que je n'avale pas ?

Oui, absolument. Les substances interdites se présentent sous différentes formes et apparences et elles peuvent pénétrer dans le corps de différentes manières : par contact avec la peau (crèmes et onguents), par inhalation (si vous en respirez la vapeur ou les gouttelettes), ou par contact avec une muqueuse (gouttes oculaires ou auriculaires, suppositoires, etc.). Tout médicament que vous appliquerez sur votre corps ne manquera pas de pénétrer dans votre système pour agir (réduire l'inflammation, soulager la douleur, tuer les bactéries, etc.), et demeurera dans votre sang avant d'être



finalement éliminé par les reins et passer dans votre urine.

Qu'en est-il des produits homéopathiques et de la médecine alternative ?

Comme c'est le cas pour les compléments alimentaires, dans certains pays, les produits homéopathiques, les remèdes à base de plantes et autres produits médicinaux ne sont pas soumis aux mêmes exigences de contrôle de qualité que les produits pharmaceutiques. Dès lors, un étiquetage incorrect, des pratiques de fabrication inadéquates et des contaminations sont susceptibles d'entraîner la présence de substances interdites sans que le consommateur en soit averti. Les produits homéopathiques présentent généralement une concentration très basse de substances actives, toutefois comme l'étiquette n'en précise habituellement pas la composition par leur nom chimique mais plutôt par leur origine (nom des plantes ou des animaux dont elles sont extraites), il est difficile à quiconque de savoir si une substance interdite est présente ou non.

En outre, les sportifs doivent rester prudents en ce qui concerne tous les remèdes domestiques qui relèvent des traditions familiales ou culturelles. Nombre de ces concoctions dérivent de produits à base de plantes et certaines des substances interdites trouvent justement leur origine dans les plantes. N'oubliez pas, en vertu de la responsabilité objective, que la façon dont la substance interdite a pénétré dans le corps d'un sportif n'est pas prise en considération. Les sportifs sont responsables de tout ce qui se retrouve dans leur corps.

Que peut-il m'arriver si le résultat de mon contrôle est positif du fait que j'ai utilisé un médicament alors que j'ignorais qu'il contenait une substance interdite ?

En vertu du principe absolu de responsabilité objective en vigueur dans la réglementation antidopage, vous êtes, en tant que sportif, responsable en fin de compte de tout ce qui est absorbé par votre corps, quand bien même cela vous a été recommandé, prescrit ou même fourni par quelqu'un d'autre. Si un sportif est contrôlé positif, il en résulte une disqualification et une éventuelle sanction ou suspension.



Existe-t-il une liste des produits ne contenant pas de substances interdites ?

Maintenir à jour des informations concernant les substances interdites portant sur tous les produits fabriqués par l'industrie pharmaceutique dans le monde demanderait des ressources immenses, ce dont l'AMA ne dispose pas à l'heure actuelle.

Il existe plusieurs instruments et publications à cette fin. Dans certains pays, les médecins et pharmaciens disposent d'un index des produits pharmaceutiques précisant clairement quels médicaments sont autorisés ou non dans le sport, lequel est mis à jour tous les mois ou tous les ans. Certaines agences nationales antidopage proposent également ce type d'avis sous forme d'une liste de médicaments autorisés pour les affections communes, d'une assistance téléphonique ou adresse électronique d'information sur les substances, ou encore d'une base de données des médicaments et substances. Veuillez vous reporter au site Internet de l'AMA à l'adresse www.wada-ama.org pour trouver les coordonnées de votre agence nationale antidopage. Si votre pays ne dispose pas d'une agence nationale antidopage figurant sur la liste du site Internet de l'AMA, n'hésitez pas alors à demander conseil à votre fédération nationale sportive, à votre comité national olympique ou à un professionnel de la santé compétent dans votre pays pour connaître les autres sources d'informations disponibles.

Que fait-on d'autre pour aider les sportifs à éviter un résultat positif par inadvertance en utilisant le mauvais médicament ?

L'AMA considère la possibilité de partenariats avec des associations pharmaceutiques qui publient les index des produits pharmaceutiques, de telle sorte que les médecins prescripteurs de médicaments disposent immédiatement, dans l'index, des références nécessaires concernant un médicament contenant ou non une substance interdite par la réglementation antidopage.

Par ailleurs, l'AMA étudie la possibilité d'une base de données mondiale de référence sur les drogues qui comprendrait tous les produits pharmaceutiques vendus dans le monde entier et leur statut par rapport à la Liste des interdictions. Une telle banque de données permettra aux sportifs d'avoir accès à des informations fiables sur les éléments de composition de tout produit pharmaceutique, quel que soit l'endroit du monde où ils souhaitent se le procurer.

Atletas y Medicamentos

Preguntas y respuestas





¿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.



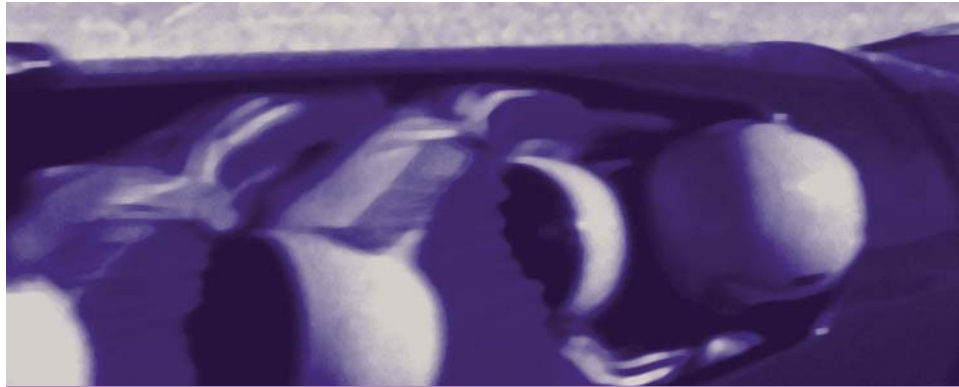
¿Qué debo hacer si caigo enfermo durante un viaje por un país extranjero?

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.

Os Atletas e os Medicamentos

Perguntas e Respostas





O que posso fazer para evitar um caso positivo motivado pela utilização de um medicamento?

Existem duas formas de obter um medicamento: através de uma prescrição médica ou directamente numa farmácia no caso dos medicamentos poderem ser vendidos sem prescrição médica. Nunca deve prescindir da prescrição médica e deve sempre informar o seu médico sobre a sua condição de atleta e que por esse facto está sujeito a regulamentos anti-dopagem. O seu médico deverá garantir que o(s) medicamento(s) prescrito(s) não contêm substâncias proibidas. Se o seu médico não lhe conseguir dar essa garantia deverá consultar a sua Agência Nacional Anti-dopagem ou um farmacêutico.

Se necessitar de tomar um medicamento não sujeito a prescrição médica (habitualmente designado como "de venda livre"), recomenda-se vivamente que consulte a sua Agência Nacional Anti-dopagem ou que mostre a lista de substâncias e métodos proibidos em vigor a um farmacêutico, que o poderá ajudar. Quando adquirir a medicação recomendada tenha a garantia que se trata do produto em causa. Algumas designações comerciais têm diversas apresentações do mesmo produto (acção rápida, acção prolongada, forte ou de alta dosagem, etc.) que podem ter composições diferentes, havendo o risco de uma apresentação ter uma substância proibida enquanto que a outra não.

A lista de substâncias e métodos proibidos em vigor encontra-se na página da Internet da Agência Mundial Anti-dopagem www.wada-ama.org. Habitualmente em Outubro de cada ano procede-se à actualização da supracitada lista que entra posteriormente em vigor no 1 de Janeiro do ano seguinte.

O que devo fazer se o único medicamento que seja adequado para tratar a minha doença contiver uma substância proibida?

O Código Mundial Anti-dopagem reconhece o direito dos atletas de poderem realizar o melhor tratamento possível em caso de doença. Se necessitar de tomar um medicamento contendo uma substância proibida, contacte a sua Federação Internacional ou a sua Agência Nacional Anti-dopagem de forma a



tomar conhecimento dos procedimentos e critérios inerentes às Autorizações de Utilização Terapêutica (AUT). Essa informação está igualmente disponível na página da Internet da AMA www.wada-ama.org. Antes de solicitar uma AUT, recomenda-se que consulte o seu médico, o qual deverá verificar se não existe uma alternativa terapêutica que não contenha substâncias ou métodos proibidos. Se a alternativa terapêutica existir, a sua AUT será recusada e o tratamento da sua doença retardado.

Que devo fazer se no decurso de uma emergência não tiver tempo ou oportunidade para verificar se os medicamentos que necessito contêm substâncias proibidas?

Em circunstâncias excepcionais, quando uma situação médica de emergência requeira uma intervenção terapêutica imediata envolvendo medicamentos que contêm substâncias proibidas, deve solicitar imediatamente em cooperação com o seu médico uma AUT. Contudo, essas situações deverão ocorrer muito raramente e a aprovação de uma AUT nestes casos terá que ser muito criteriosa.

Se adoecer e a minha próxima competição estiver programada para daqui a duas semanas, quanto tempo demorará a eliminação do medicamento do meu organismo?

O tempo necessário para que o nosso organismo elimine todos os traços de uma substância depende da natureza da substância e da quantidade administrada, do metabolismo individual de cada um, do método de administração e de uma série de outros factores tais como a quantidade de líquidos ingeridos, a interacção com outros ingredientes contidos no medicamento, ou outras substâncias ingeridas. Em suma, não se pode aplicar uma regra geral e esse período pode ir de algumas horas a alguns meses. Desse modo, o facto de não ter programada uma competição nas próximas duas semanas, não obvia que seja mandatário estar a coberto de uma AUT, pois nesse período pode ser sujeito a um controlo fora de competição.



Que devo fazer se ficar doente durante uma deslocação ao estrangeiro?

Os medicamentos são habitualmente comercializados nos diversos países com designações diferentes, e mesmo que tenham a mesma designação comercial podem ter composições diferentes de modo a que seja respeitada a legislação nacional sobre os medicamentos. Num determinado país um medicamento pode ser seguro numa perspectiva anti-dopagem, enquanto que noutra país o medicamento comercializado com a mesma designação pode conter substâncias proibidas. Antes de utilizar medicamentos adquiridos num país estrangeiro, o melhor é contactar o seu médico, tentar contactar a Agência Nacional Anti-dopagem do país que está a visitar ou contactar a sua Agência Nacional Anti-dopagem para solicitar aconselhamento. Em última alternativa poderá levar a lista de substâncias e métodos proibidos a uma farmácia e com o auxílio do farmacêutico consultar a composição do medicamento prescrito de forma a ter a garantia que o mesmo não contém substâncias proibidas.

Uma forma de prevenir a ocorrência destas situações é viajar com pequenas doses de medicamentos que habitualmente usa no seu país, que saiba serem seguros e que preveja poderem vir a ser necessários durante a sua estadia no estrangeiro (dor e febre, alergias, constipações, dores no estômago, infecções cutâneas, etc.). *Antes de transportar qualquer medicamento para o estrangeiro ou do estrangeiro para o seu país, é recomendável verificar até que ponto os regulamentos aduaneiros o permitem e assegurar-se de que não está a transportar para o país de destino uma substância que é ilegal no mesmo.*

Terá que preocupar-se com cremes, gotas para os olhos e outros medicamentos que não tenham que ser administrados por via oral?

A resposta é afirmativa. As substâncias proibidas podem ser apresentadas em formas muito diversas e ser introduzidas no seu organismo por diferentes vias: pelo contacto com a sua pele (creme e unguentos), por inalação (se inspirarmos o seu o vapor), pelo contacto com as mucosas (gotas para os olhos ou ouvidos, supositórios, etc.). Qualquer medicamento que lhe seja administrado terá a probabilidade de entrar no seu organismo para actuar onde é necessário (reduzir a inflamação, aliviar a dor, matar bactérias, etc.) e estará presente no seu sangue antes de eventualmente ser eliminado pelos seus rins e ser detectável na sua urina.



Que cuidados deverá ter com os produtos homeopáticos ou provenientes de medicinas alternativas?

Tal como acontece com os suplementos nutricionais, em alguns países os produtos homeopáticos, os produtos provenientes de ervanárias e os produtos provenientes de medicinas alternativas não são sujeitos aos procedimentos de controlo da qualidade a que são submetidos os produtos farmacêuticos. Dessa forma a rotulagem imprecisa, as práticas de produção inadequadas e a contaminação podem conduzir à presença de substâncias proibidas no produto sem o consumidor ter conhecimento desse facto. Os produtos homeopáticos embora tenham geralmente concentrações muito pequenas dos princípios activos, não podemos excluir a presença de uma substância proibida, pois o rótulo não especifica habitualmente os ingredientes por designação química mas apenas pela sua origem (nome da planta ou animal de onde foi extraído).

Os atletas deverão igualmente ser cuidadosos com alguns remédios que habitualmente são utilizados por tradição familiar ou cultural. Muitos desses preparados são derivados de produtos provenientes de ervanárias e algumas das substâncias proibidas são originadas a partir das plantas. Recorde-se que, de acordo com a regra de responsabilidade objectiva, é irrelevante a forma como ou porquê a substância proibida entrou no organismo do atleta. Os atletas são responsáveis por tudo o que entra no seu organismo.

O que poderá acontecer se tiver um caso positivo motivado pelo uso de um medicamento que desconhecia conter uma substância proibida?

De acordo com a regra da responsabilidade objectiva, na qual se baseiam os regulamentos anti-dopagem, os atletas são, como dissemos, os últimos responsáveis por tudo o que entra no seu organismo, quer seja recomendado, prescrito ou mesmo fornecido por outra pessoa qualquer.

Existe uma lista de medicamentos permitidos no desporto?

A manutenção de uma informação actualizada em relação à presença ou ausência de substâncias proibidas em todos os medicamentos produzidos pela indústria farmacêutica em todo o mundo requereria recursos de ordem logística que a AMA não pode disponibilizar no momento actual.



Existem diversos instrumentos e publicações com este objectivo. Os médicos e os farmacêuticos, em alguns países, têm acesso a um índice terapêutico que descreve com exactidão quais os medicamentos que são permitidos ou não permitidos no desporto, que é actualizado mensalmente ou anualmente.

Algumas Agências Nacionais Anti-dopagem oferecem igualmente este tipo de informação, quer sob a forma de uma lista de medicamentos permitidos para doenças comuns, uma linha telefónica de atendimento ou um serviço através de correio electrónico, ou uma base de dados sobre medicamentos e substâncias, que os atletas podem consultar. Pode consultar a página da Internet da AMA www.wada-ama.org para obter as coordenadas da sua Agência Nacional Anti-dopagem. Se o seu país não têm uma Agência Nacional Anti-dopagem descrita na página da Internet da AMA, consulte a sua Federação Desportiva Nacional, Comité Olímpico Nacional ou um profissional de saúde competente no seu país de forma a poder tomar conhecimento de outras fontes de informação disponíveis.

Para além disto o que está a ser feito para evitar que um atleta tenha inadvertidamente um caso positivo pelo facto de ter utilizado um medicamento errado?

A AMA está a procurar estabelecer parcerias com as associações farmacêuticas que publicam os índices terapêuticos de forma a que os médicos ao prescreverem um tratamento obtenham uma informação imediata através da consulta de um daqueles índices sobre a presença ou ausência de substâncias proibidas num determinado medicamento.

A AMA está igualmente a investigar a possibilidade da criação de uma base de dados de referência global relativa a medicamentos, que conteria todos os produtos farmacêuticos vendidos no mundo e a sua posição em relação à lista de substâncias e métodos proibidos. Esta base de dados permitiria aos atletas terem acesso a uma informação segura sobre os ingredientes contidos em qualquer produto farmacêutico, independentemente da parte do mundo onde o quisessem adquirir.