



Guía antidopaje para atletas de la IAAF

Junio de 2013

MENSAJE DEL PRESIDENTE

Es un placer para mí presentar la última edición de nuestra *Guía para atletas* del programa antidopaje de la IAAF.

La IAAF se enorgullece de estar en primera línea en la lucha contra el dopaje en el deporte. En cooperación con la Agencia Mundial Antidopaje, nuestras federaciones miembros, organizaciones antidopaje y otros socios internacionales, mantenemos que el dopaje es inaceptable en el deporte. Los atletas pueden alcanzar la cumbre del atletismo únicamente a través del talento, un gran esfuerzo y dedicación.

Unos mejores programas de control, una labor de divulgación y sensibilización y la adopción de un enfoque más orientado a la recogida de información son todos ellos factores que han contribuido a la evolución de las medidas antidopaje. Asimismo, las innovaciones como la implementación del Pasaporte Biológico del Atleta y los análisis retrospectivos muestran también que contamos con las armas para ganar esta batalla. No obstante, no podemos dormirnos en los laureles, por lo que insto a todos a asumir sus responsabilidades individuales y colectivas e implicarse activamente en conseguir un atletismo sin drogas.

Esta *Guía para atletas* es un folleto sencillo y de fácil lectura para atletas de élite, que presenta los aspectos principales del programa antidopaje de la IAAF. Invito a quienes tengan alguna duda sobre este tema a utilizar los recursos a su disposición, especialmente aquellos en la sección médica y de antidopaje del sitio web de la IAAF.

Por último, deseo expresar mi agradecimiento a nuestros Atletas Embajadores de la IAAF que nos han prestado sus imágenes y palabras de aliento para este folleto, así como a ti, atleta que estás dedicando el tiempo a leerlo.

Mantente en la pista: ¡no tomes drogas!

Lamine Diack

Presidente de la IAAF



LA LISTA DE SUSTANCIAS Y MÉTODOS PROHIBIDOS

La Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) es un documento que presenta y define las sustancias y métodos prohibidos como dopaje. Hay una larga serie de sustancias prohibidas, principalmente porque se considera que tienen un efecto de mejora del rendimiento, o porque pueden utilizarse para enmascarar el uso de otras sustancias prohibidas. Algunos métodos y prácticas de dopaje, como la manipulación de sangre, también están prohibidos.

Las sustancias y métodos prohibidos están clasificados por categorías dentro de la Lista:

- ☞ S0. Sustancias no autorizadas;
- ☞ S1. Agentes anabolizantes;
- ☞ S2. Hormonas peptídicas, factores de crecimiento y sustancias afines;
- ☞ S3. Beta-2 agonistas;
- ☞ S4. Moduladores de hormonas y del metabolismo;
- ☞ S5. Diuréticos y otros agentes enmascarantes;
- ☞ S6. Estimulantes;
- ☞ S7. Narcóticos;
- ☞ S8. Cannabinoides;
- ☞ S9. Glucocorticosteroides;
- ☞ M1. Manipulación de sangre y componentes sanguíneos;
- ☞ M2. Manipulación química y física; y
- ☞ M3. Dopaje genético.

Algunas sustancias y métodos están prohibidos solamente *en competición*, mientras que otros están prohibidos en todo momento (*en y fuera de la competición*).

La Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos no es exhaustiva. Las sustancias con una estructura química similar o efectos biológicos similares a las sustancias que se identifican explícitamente en la Lista también están prohibidas.

¿Dónde puedo encontrar una copia de la Lista?

Se puede consultar y descargar una copia de la Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos en los sitios web de la IAAF o de la AMA.

Mi responsabilidad con respecto a la Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos

De acuerdo con las Reglas Antidopaje de la IAAF, los atletas tienen la responsabilidad de saber qué sustancias y métodos están prohibidos, y son personalmente responsables de cualquier sustancia prohibida que se encuentre en su organismo. La presencia de una sustancia prohibida en la muestra de un atleta o el uso de una sustancia o método prohibidos constituye una infracción de las Reglas Antidopaje de la IAAF.

AVISO

Las sustancias identificadas en la Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos pueden estar presentes en una amplia gama de medicamentos y productos con o sin receta, que podrían comprarse *libremente*. Por consiguiente, los atletas deben:

- ☞ verificar atentamente el contenido de todos los medicamentos y productos que se adquieran antes de usarlos;
- ☞ en caso de duda, consultar a cualquier persona cualificada u organización a su disposición (por ejemplo: el médico del equipo, un experto en nutrición, la Agencia Mundial Antidopaje, etc.);
- ☞ recordar a su médico –en cada visita– que son atletas de élite y asegurarse de que tienen consigo una copia de la Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos para que no se les recete ningún medicamento que contenga una de dichas sustancias o métodos; y
- ☞ no adquirir nunca medicamentos de origen poco fiable o comercializados por sus cualidades de mejora del rendimiento.



*Getty Images

Anna Chicherova (RUS) Salto de altura
Campeona olímpica (2012), Campeona del Mundo (2011)

«Para mí, las drogas son un NO rotundo. Cuando salto esa barra, quiero que el mundo sepa que he sido yo quien lo ha hecho; nada más. Juega limpio, y sé tu mismo.»

INFRACCIONES DE LAS REGLAS ANTIDOPAJE

(Artículo 32 – Reglas de Competición de la IAAF)

El dopaje se produce cuando tienen lugar una o más de las infracciones siguientes de las reglas antidopaje:

- Presencia de una Sustancia Prohibida, de sus Metabolitos o de sus Marcadores en la Muestra del Atleta;
- Uso o Intento de Uso por parte de un Atleta de una Sustancia Prohibida o de un Método Prohibido;
- La negativa o resistencia, sin justificación válida, a una recogida de Muestras tras una notificación hecha conforme a las normas antidopaje aplicables, o evitar de cualquier otra forma la recogida de Muestras;
- Vulneración de los requisitos sobre la disponibilidad del Atleta para la realización de Controles *Fuera de Competición*, incluye el no presentar la información requerida sobre su localización, así como los Controles que se consideren Fallidos en base a las Normas Internacionales para Controles. Cualquier combinación de tres Controles Fallidos y/o No Presentación de la Información Sobre su Localización, que se produzca en un período de dieciocho meses según establezcan las Organizaciones Antidopaje con jurisdicción sobre el Atleta, constituirá una infracción de las normas antidopaje;
- Falsificación o intento de Falsificación de cualquier parte del procedimiento de Control del Dopaje;
- Posesión de una Sustancia Prohibida o de un Método Prohibido;
- Tráfico o Intento de Tráfico de cualquier Sustancia Prohibida o Método prohibido;
- Administración o Intento de administración *en Competición* a un Atleta de una Sustancia o Método Prohibidos, la administración o el Intento de administración de cualquier Método o Sustancia Prohibidos a un Atleta *Fuera de Competición*, o bien la asistencia, incitación, contribución, instigación, encubrimiento o cualquier otro tipo de complicidad en relación con una infracción de las reglas antidopaje o cualquier otra Tentativa de infracción de estas.

Las Reglas y Normas Antidopaje de la IAAF están principalmente dirigidas a los atletas. No obstante, algunas también son de aplicación a personal de apoyo a los atletas, como entrenadores, médicos, representantes de los atletas, etc.

¿Cuáles son las sanciones por cometer una infracción antidopaje?

La sanción estándar por la primera infracción antidopaje conforme a las Reglas Antidopaje de la IAAF es la suspensión durante dos años de todas las competiciones de atletismo, tanto en el ámbito nacional como en el extranjero.

En circunstancias verdaderamente excepcionales, podrá reducirse la sanción estándar. En la mayoría de los casos, no obstante, la simple alegación por parte de un atleta de que no tenía conocimiento de que estaba ingiriendo una sustancia prohibida –o que estaba cometiendo una práctica prohibida– no justificará una reducción de la sanción.

Sin embargo, podrá reducirse la sanción inicial a los atletas que ayuden a la IAAF u otra organización antidopaje a descubrir o identificar infracciones antidopaje o penales frente a terceros.

Las sanciones también podrán aumentarse hasta cuatro años en los casos en que existan pruebas de que un atleta cometió la infracción de manera deliberada o sistemática. Una segunda infracción antidopaje por parte de un atleta podrá comportar, según la naturaleza de la primera infracción, la suspensión de por vida.

PROCEDIMIENTO DE RECOGIDA DE MUESTRA DE ORINA

A continuación se muestra un resumen ilustrado del procedimiento de recogida de muestras de la IAAF detallado en las Normas Antidopaje de la IAAF de 2013. Todas las organizaciones antidopaje que cumplan el Código Mundial Antidopaje recogerán muestras con un método similar (podrá haber variaciones muy pequeñas entre distintas organizaciones).

Asegúrese de que lee atentamente todas las etapas. Es vital que si tiene cualquier duda o problema con los procedimientos o encuentra cualquier error en su formulario de control de dopaje lo comunique inmediatamente a su agente de control del dopaje, y que escriba también estos comentarios en el formulario según corresponda.

1. Notificación e información



Un Acompañante / Agente de Control del Dopaje (ACD) le notificará que se le ha seleccionado para un control y le mostrará su identificación.

Tendrá que mostrar a su vez una identificación suya con fotografía y dirigirse inmediatamente al Control de Dopaje, permaneciendo en todo momento a la vista del Acompañante / ACD.

También podrá tener junto a usted a una persona que le acompañe o representante durante el proceso de control de dopaje.

2. Recogida de la muestra



Cuando esté listo/a, tendrá que elegir un recipiente de recogida de entre varios. Asegúrese de que está inalterado, precintado y limpio.

Tendrá que sacarse la ropa necesaria para que el ACD pueda verle directamente mientras toma la muestra.

Deberá recoger como mínimo 90 ml de orina.

El ACD que observe la toma de la muestra será del mismo sexo que usted.

Si el volumen recogido es inferior, deberá tomar una segunda muestra. La primera muestra parcial se precintará temporalmente y más tarde se mezclará con la nueva.

Una vez recogido el volumen necesario de orina, cierre el recipiente y vuelva a Control de Dopaje.

Usted controla su muestra y nadie más debería manipularlo a menos que se lo solicite.

A continuación tendrá que elegir de entre varios juegos de frascos de muestras precintados. Compruebe que los frascos «A» y «B» del interior están intactos, precintados y limpios y que todos los códigos de identificación coinciden.



Conforme a las instrucciones del ACD, tendrá que dividir su muestra entre el frasco «B» (un mínimo de 30 ml) y el «A» (un mínimo de 60 ml). Luego precintará ambos frascos y los colocará en una bolsa de plástico y en una caja de almacenamiento.

El ACD comprobará entonces la gravedad específica (densidad) de su muestra. Si está demasiado diluida, se registrarán los datos y se le podrá pedir que recoja más muestras hasta que se consiga la densidad necesaria de la muestra.

3. Formulario de control del dopaje



El ACD registrará todos los datos de su muestra en el FCD y luego le pedirá que verifique toda la información.

Entonces se le pedirá que indique si ha tomado cualesquiera medicamentos o suplementos últimamente.

También podrá escribir cualquier comentario que tenga sobre el procedimiento de Control del Dopaje o cualquier otro aspecto del control.

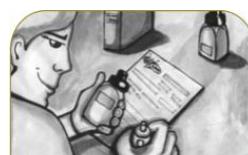
Por último, deberá verificar de nuevo toda la información del FCD.

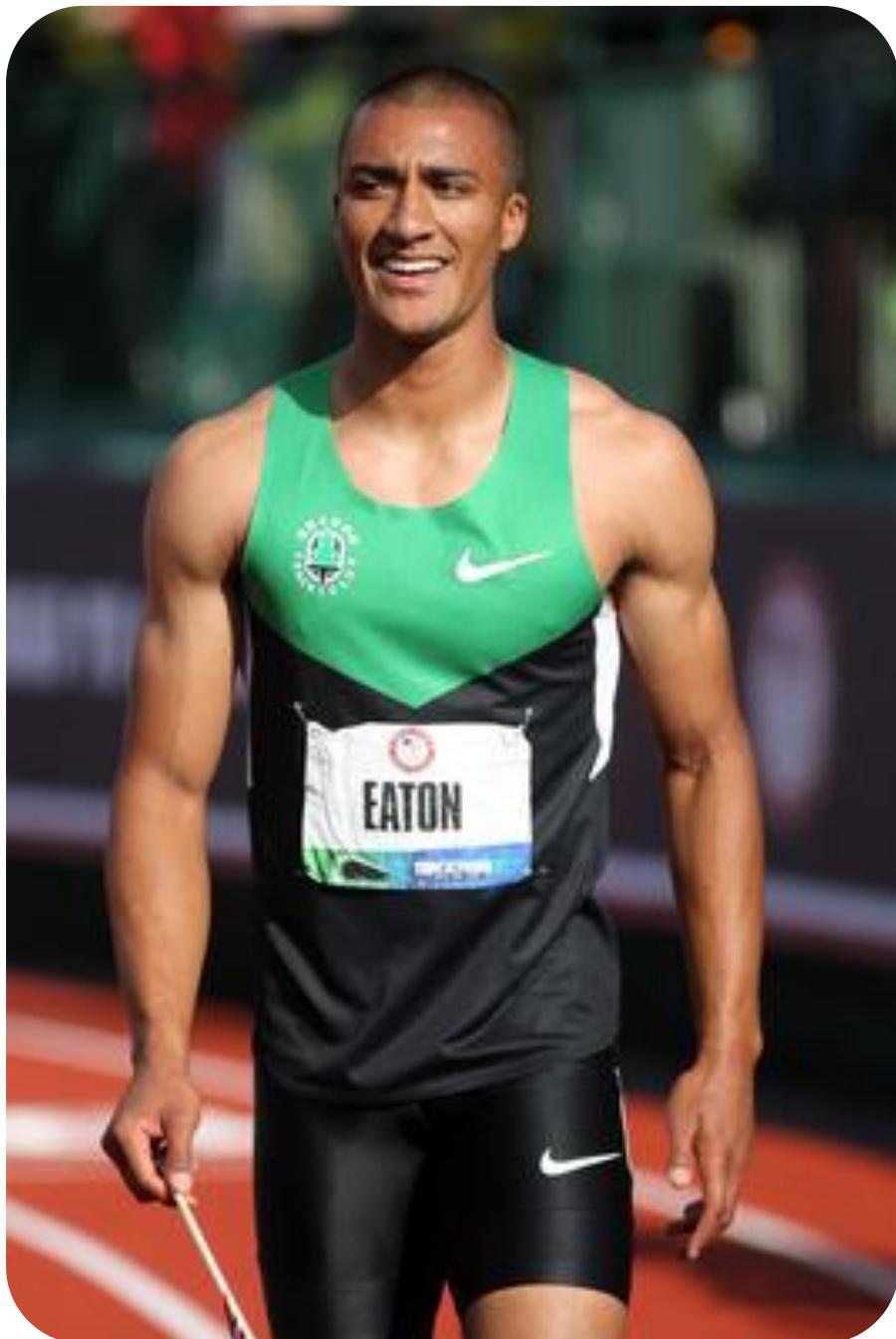
Una vez verificada, deberá firmar el formulario.

También se le recomienda que verifique que en la copia amarilla del FCD para el laboratorio no figura ninguno de sus datos personales.

El ACD también firmará el formulario, arrancará su copia y se la entregará.

Asegúrese de que toma su copia y de que la guarda en un lugar seguro.





*Getty Images

Ashton Eaton (EE. UU.) Decatlón
Campeón olímpico (2012), Campeón del Mundo de Indoor (2012)
Récord mundial

«Las reglas antidopaje son iguales que cualquier otra del atletismo. El pistoletazo de salida, el rodapié, la tabla de batida, el anillo, la barra, las líneas de pista. Todos están pensados para que la competición sea justa, y estos elementos son lo que hacen el atletismo apasionante. Como atletas, es importante que sigamos las reglas antidopaje, o caemos el riesgo de tener un deporte que se ridiculice y sea mucho menos interesante de seguir.»

ANÁLISIS DE SANGRE Y PROCEDIMIENTO DE RECOGIDA DE MUESTRAS

Los análisis de sangre son desde hace muchos años una parte integral de la política antidopaje de la IAAF. Al haber cada vez más indicios de que algunos atletas tratan de hacer trampa utilizando métodos nuevos y más sofisticados de dopaje sanguíneo, este control es ahora aún más importante. La IAAF ha respondido con el compromiso de llevar a cabo más análisis de sangre que nunca en su historia.

¿Por qué los análisis de sangre?

Los análisis de sangre tienen dos fines principales dentro del Programa de Control. En primer lugar, hay algunas sustancias y métodos prohibidos que solo se detectan a través de análisis de muestras de sangre. En segundo lugar, las muestras de sangre ofrecen los parámetros necesarios que se utilizan para el Pasaporte Biológico del Atleta (véase la página 9 para más información).

¿Qué debo saber acerca del Proceso de Recogida de Muestras de Sangre?

En tanto que atleta, se le podrá seleccionar para una muestra de sangre en cualquier momento y lugar, tanto *en como fuera de competición*.

El procedimiento de recogida de muestras de sangre consta de las mismas etapas que el proceso para las muestras de orina, con algunas variaciones:

- ☞ Se le comunicará el procedimiento de recogida de la muestra de sangre antes de empezar el proceso;
- ☞ Se le pedirá que firme un formulario de notificación en el que acepta que se le extraiga una muestra de sangre;
- ☞ Las muestras solo podrán ser extraídas por un profesional cualificado en extracciones de sangre (aunque no necesariamente del mismo sexo que usted). Por lo tanto, podrá solicitar al Responsable de la Recogida de Muestras de Sangre (RRMS) que le presente un justificante de su acreditación para extraer muestras de sangre;
- ☞ Se le harán una serie de preguntas, que ayudarán a interpretar los valores de los parámetros finales;
- ☞ Se le presentarán varios juegos de recogida de muestras, de los que deberá elegir uno;
- ☞ La muestra se extraerá únicamente de su brazo o mano;
- ☞ Se extraerá la sangre necesaria para su análisis, como máximo 25 ml;
- ☞ Una vez finalizado el procedimiento, el RRMS retirará la aguja y aplicará un apósito en el lugar de la punción;
- ☞ Deberá verificar que la muestra esté precintada de forma segura tras su recogida;
- ☞ Deberá verificar que el formulario de control del dopaje es correcto, incluido verificar los códigos de los números, e indicar en el formulario cualquier comentario que tenga sobre el procedimiento antes de firmarlo;
- ☞ Se le dará una copia del formulario para que la guarde.



Solo se extraerá un pequeño volumen de sangre, por lo que después no debería sentir ningún malestar, y el propio proceso es bastante más rápido y fácil que el procedimiento de extracción de muestras de orina.

EL PASAPORTE BIOLÓGICO DEL ATLETA

¿Qué es el Pasaporte Biológico del Atleta?

El Pasaporte Biológico del Atleta (PBA) consiste en la medición y seguimiento, a largo plazo, de unos parámetros sanguíneos seleccionados que podrían ser un indicador del uso de una sustancia o método prohibidos.

Mientras que los controles de dopaje convencionales están diseñados para detectar directamente la propia sustancia o método prohibido en la orina o la sangre, dando un resultado positivo o negativo, el PBA se centra en los efectos que estas sustancias y métodos tienen en los parámetros sanguíneos medidos. Esta estrategia de control es aún más eficiente por el hecho de que los efectos biológicos de las sustancias y métodos de dopaje siguen presentes y detectables durante un periodo de tiempo más largo que los propios métodos y sustancias.

En la práctica, el PBA realiza un seguimiento de una serie de mediciones de parámetros de sangre que se registran y procesan a través de un programa informático especial.

En vez de medirse con respecto a una población general de atletas, el PBA crea unos rangos de referencia específicos para cada atleta. Para cada muestra tomada se comparan los valores con las muestras anteriores y futuras, lo que permite identificar las fluctuaciones que podrían indicar el uso de sustancias y métodos prohibidos.

Revisión de los perfiles del PBA y consecuencias

Los perfiles del PBA son actualizados y revisados periódicamente por la IAAF. Conforme a las Normas Antidopaje de la IAAF, los perfiles del PBA considerados anómalos se envían a un Panel de Expertos, que debe dar una opinión sobre los valores o variaciones observadas.

Si el Panel de Expertos así lo decide, podrá considerarse que los valores o variaciones anómalos en un perfil constituyen una infracción de dopaje del atleta y, en última instancia, conllevar sanciones.

A fecha de hoy, un número considerable de atletas ya han sido sancionados sobre la base de unos perfiles anómalos del PBA.

¿Quién participa en el Programa?

El PBA se centra principalmente en el Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF. No obstante, todos los atletas deben ser conscientes de que podrán ser seleccionados para controles del PBA en cualquier momento, por lo que deberán considerarse como parte del Programa de PBA.

¿Qué implica el PBA para los controles tradicionales antidopaje?

Los medios tradicionales más directos de control de dopaje siguen representando un programa antidopaje eficaz, pero tienen determinadas limitaciones frente a algunos regímenes de dopaje muy sofisticados. Los programas de dopaje más complejos, así como el desarrollo de sustancias y métodos nuevos, pueden ser más difíciles de detectar mediante análisis convencionales. Por lo tanto, las organizaciones antidopaje deben buscar constantemente métodos nuevos y refinados de mantener la lucha contra el dopaje.

El PBA no está pensado ni diseñado para sustituir los controles directos, sino que representa una de varias estrategias que pueden utilizarse. Se utiliza junto con los controles directos a atletas, el uso de pruebas no analíticas, la Información de Localización y el seguimiento del rendimiento. Solo mediante una combinación sólida y complementaria de estas estrategias –junto con la búsqueda de otras nuevas para hacer frente a riesgos incipientes– la batalla global podrá mantenerse actualizada y ser eficaz.



*Getty Images

David Rudisha (KEN) 800m

Campeón olímpico (2012), Campeón del Mundo (2011), Campeón de África (2008, 2010), Campeón del Mundo Junior (2006), Ganador de la Copa Continental (2010)
Récord mundial

«Se necesita mucho ánimo y valor para competir sabiendo que se está haciendo lo correcto. Saber que cuando pisas la pista, todo se debe exclusivamente a ti. Cada carrera, cada victoria, cada actuación es un acontecimiento en sí. Sé fiel a ti mismo y no tomes sustancias indebidas.»

AUTORIZACIONES DE USO TERAPÉUTICO

Existen Autorizaciones de Uso Terapéutico (AUTs) en beneficio de los atletas. Una AUT permite a un atleta que sufra una dolencia real confirmada por profesionales médicos utilizar una sustancia específica que en otro caso estaría prohibida.

Todos los atletas que necesiten tomar una sustancia prohibida que conste en la Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos de la AMA deberán tener una AUT en su expediente. No obstante, **solo los atletas de nivel internacional** deberán solicitar una AUT a la IAAF. En este sentido, se considerará que un atleta es de nivel internacional si: a) es miembro del Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF, o bien b) compite en una competición registrada en la lista de Competiciones Internacionales de la IAAF. Ambos documentos pueden consultarse en la sección médica y de antidopaje del sitio web de la IAAF.

Téngase en cuenta que si un atleta no presenta una solicitud de AUT y a continuación los resultados de sus controles son positivos para la sustancia prohibida, se le podrá considerar culpable de infracción de una regla antidopaje y sufrir sanciones conforme a las Reglas de la IAAF.

Solicitud de una AUT

Las solicitudes enviadas por atletas que no sean de nivel internacional conforme a las Reglas de la IAAF serán automáticamente rechazadas.

Los atletas que no sean de nivel internacional deberán solicitar las AUTs a su organismo nacional competente en AUTs. Dicho organismo podrá ser la Federación Nacional, otro organismo designado por la Federación Nacional para examinar las solicitudes de AUT u otro organismo independiente con competencias para conceder AUTs en el país o territorio de la Federación Nacional.

Tenga en cuenta que las AUTs concedidas a nivel nacional no pueden aplicarse en el ámbito internacional. Si un atleta de nivel nacional a quien se ha concedido una AUT a continuación pasa a ser un atleta de nivel internacional o desea competir en una Competición Internacional, deberá presentar una solicitud internacional de AUT aparte a la IAAF.

¿Cuándo tengo que presentar la solicitud?

La solicitud de una AUT para el uso de una sustancia prohibida solo *en competición* deberá presentarse a la IAAF como mínimo **30 días** antes de la competición en cuestión. Para las sustancias prohibidas *fuerza de competición*, la solicitud de AUT deberá presentarse antes del uso de la sustancia prohibida.

¿Cómo presento la solicitud?

Una solicitud de AUT a la IAAF debe presentarse mediante el Formulario de Solicitud de AUT de la IAAF, que puede descargarse en el sitio web de la IAAF, o a través del Sistema de Gestión y Administración Antidopaje (Anti-Doping Administration and Management System, ADAMS).

La solicitud de AUT debe ser legible y completa. Se considerará completa si se han llenado correctamente todos los campos del Formulario de Solicitud de AUT y si está acompañada de toda la documentación médica justificante.

Las solicitudes ilegibles o incompletas se devolverán automáticamente al solicitante.

¿Quién analizará mi solicitud?

Su solicitud será analizada por la subcomisión de AUT de la IAAF (SCAUT), que está compuesta por un mínimo de tres médicos independientes que tienen experiencia y unos sólidos conocimientos en medicina clínica, del deporte y ejercicio.

¿Cuánto tarda?

En circunstancias normales, una decisión de la SCAUT de la IAAF deberá resolverse en un plazo de 30 días desde la recepción de la solicitud cumplimentada.

¿Cómo sé si mi solicitud de AUT ha sido concedida o denegada?

La decisión de la SCAUT se le notificará por escrito a la dirección de correo electrónico o postal indicada en su formulario de solicitud de AUT.

¿A quién más se informará de la decisión de la SCAUT de la IAAF?

Las decisiones de la IAAF sobre las solicitudes de AUT se notifican según sea necesario. En circunstancias normales, su Federación, la Organización Nacional Antidopaje de su país (si procede) y la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) deberían recibir una copia de la decisión de la IAAF.

¿Qué sucede si se deniega mi solicitud?

Se le informará del motivo o motivos del rechazo.

Si se ha denegado su solicitud porque la SCAUT de la IAAF considera que no se cumplen los criterios para concederla, podrá presentar su solicitud de AUT a la SCAUT de la AMA, que podrá anular la decisión de la SCAUT de la IAAF de denegar una AUT. La decisión de denegar una AUT también podrá recurrirse ante el Tribunal de Arbitraje del Deporte.

PUNTOS A RECORDAR

- ☛ Usted tiene la última responsabilidad. Nadie más que usted es responsable de lo que entra en su organismo.
- ☛ Ya no se necesitan Declaraciones de Uso.
- ☛ Compruebe siempre si se le considera un atleta de nivel internacional. Asegúrese de que presenta su solicitud a la organización antidopaje más apropiada cuando solicite una AUT y que cualquier AUT que tenga es válida para las Competiciones en las que participe.
- ☛ No se concederá una AUT a un atleta en circunstancia alguna si la IAAF considera que ello le permitiría obtener una ventaja competitiva con respecto a otro atleta.
- ☛ Si tiene cualquier duda sobre el procedimiento a seguir para las solicitudes de AUT conforme a las Reglas de la IAAF, solicite más información al Departamento Médico y Antidopaje de la IAAF: [tue-](#)

SUPLEMENTOS

La posición principal de la IAAF sigue siendo que los atletas no necesitan tomar suplementos, y se les aconseja encarecidamente que no lo hagan. Puede conseguirse un rendimiento y unos resultados de élite sencillamente siguiendo una dieta específica y bien diseñada, orientada a la vida de un atleta internacional.

Si, no obstante, los atletas deciden tomar suplementos, lo harán **por su cuenta y riesgo**, y deberán asegurarse de que son extremadamente cautelosos y juiciosos con los productos que utilizan.

Tanto en el pasado como actualmente, muchos suplementos han resultado contener o estar contaminados con sustancias que figuran en la Lista de Sustancias Prohibidas de la AMA.



Conforme al principio de «estricta responsabilidad»:

«Los atletas son los únicos responsables de lo que hay en su organismo en todo momento».

Por lo tanto, los atletas deben tomar todas las medidas necesarias para verificar los ingredientes de cualquier medicamento y suplemento que decidan tomar, incluido, como mínimo, hablar con su médico, consultar a asesores especializados y utilizar cualquier recurso puesto a disposición por las Organizaciones Antidopaje.

Los atletas **nunca** deben adquirir suplementos de fuentes poco fiables. Los recursos en línea pueden ayudar a identificar las fuentes fiables, pero no pueden verificar todos los suplementos, y es bien sabido que los ingredientes de los productos varían de un país a otro e incluso de un lote a otro.

En caso de duda, lo mejor es: **¡no tomarlo!**

GRUPO DE ATLETAS SOMETIDOS A CONTROLES DE LA IAAF

El Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF es el grupo de atletas de referencia que debe participar en el programa de controles *fuerza de competición* de la IAAF. Debe saber que, como atleta, también podrá tener que someterse a controles de otras organizaciones, como la AMA, su Organización Nacional Antidopaje o su Federación Nacional.

El Grupo de Atletas Sometidos a Controles se fija el 1 de octubre de cada año, pero se revisa y actualiza constantemente y puede agregarse un atleta a él en cualquier momento. Incluye a los atletas mejor clasificados de cada evento, conforme a las clasificaciones mundiales (World Rankings) y Listas de Rendimiento oficiales de la IAAF, así como a cualquier otro atleta que la IAAF decida incluir a su discreción (sobre la base de factores como mejora repentina del rendimiento durante el año, recuperación de lesión, recogida de información sobre dopaje, falta de un programa de controles de nivel nacional, etc.). Los atletas que se añaden al Grupo de Atletas Sometidos a Controles permanecerán en él hasta la evaluación de fin de la temporada, salvo si la IAAF los elimina.

Los atletas podrán optar en cualquier momento por ser eliminados del Grupo (por ejemplo, si se retiran) cumplimentando un Formulario de Notificación de Eliminación. No obstante, si desean volver a competir más tarde, deberán notificarlo a la IAAF con un aviso previo de 12 meses antes de su regreso y estar disponible para controles *fuerza de competición* durante el mismo periodo.

¿Cómo sé si estoy incluido en el Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF?

Si se le ha seleccionado como parte del Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF, ello se le comunicará directamente y deberá facilitar la información siguiente para cada día del año:

- Un intervalo de tiempo de 60 minutos en el que pueda someterse a un control;
- Una dirección residencial de pernoctación;
- Una dirección postal;
- Cualquier actividad regular (entrenamiento, trabajo, etc.); y
- Su calendario de competiciones.

Todos los atletas del Grupo Sometido a Controles de la IAAF deberán facilitar Información de Localización directamente a través del sistema ADAMS.

Actualización

Siempre debe tratar de hacer los cambios directamente en ADAMS. No obstante, se entiende que los planes y las circunstancias cambian, por lo que puede actualizar sus datos en todo momento a través de cualquiera de los medios siguientes:

- | | |
|------------------------------|--|
| • Correo electrónico: | whereabouts@iaaf.org |
| • SMS: | +336 78 63 34 08 |
| • Fax: | +377 93 10 88 05 |

En el sitio web de la IAAF podrá encontrar más información sobre el Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF, incluida una lista de todos los atletas comprendidos actualmente en el Grupo, así como explicaciones sobre los requisitos.

INFORMACIÓN DE LOCALIZACIÓN Y CONTROLES FALLIDOS

¿Por qué solicitamos Información de Localización?

Los datos sobre la localización de un atleta permiten a la IAAF efectuar controles sin previo aviso *fueras de competición*. Estos controles son uno de los mejores métodos de disuasión y detección de dopaje y representan un paso importante para reforzar la confianza de los atletas y el público en un deporte sin dopaje. Una Información de Localización correcta es vital para garantizar la eficacia de los programas antidopaje, cuyo fin es proteger la integridad del deporte y a los atletas limpios.

¿Quién debe facilitar Información de Localización a la IAAF?

Solo los atletas seleccionados para formar parte del Grupo de Atletas Sometidos a Controles de la IAAF y sometidos a controles *fueras de competición* deben facilitar su localización trimestralmente a la IAAF. Las personas seleccionadas serán informadas debidamente mediante notificación por escrito que se enviará directamente a ellos y/o a su Federación Nacional.

¿Qué información debe facilitarse?

Los atletas del Grupo Sometido a Controles de la IAAF deben facilitar Información de Localización completa y correcta para cada día del trimestre. Esta información incluye (sin limitarse a ello):

- Una dirección postal donde pueda enviarse correspondencia, a efectos de notificaciones formales;
- La dirección completa del lugar de pernoctación;
- El nombre y dirección de cada lugar donde se entrenará, trabajará o llevará a cabo cualquier otra actividad regular;
- El nombre, dirección y fechas de cada lugar donde deben competir durante el trimestre;
- Un intervalo de tiempo de 60 minutos (entre las 06:00 y las 23:00) en el que estará disponible y accesible para un control en un lugar específico; y
- Las fechas de viaje que comprendan un periodo superior a 24 horas en las que no sea posible facilitar un intervalo de tiempo de 60 minutos.

¿Cuándo debe enviarse la Información de Localización a la IAAF?

La Información de Localización debe enviarse a la IAAF antes del principio de cada trimestre. Se enviará a cada atleta del Grupo una notificación por escrito específica con una fecha límite para tal fin.

¿Cómo se facilita la Información de Localización?

Todos los atletas del Grupo Sometido a Controles de la IAAF deberán facilitar Información de Localización directamente y por Internet a través del sistema ADAMS.

Un atleta podrá actualizar su localización en cualquier momento antes de su intervalo de tiempo de 60 minutos en ADAMS, por correo electrónico, mensaje de texto (SMS) o fax (véanse los datos de contacto de la división de localización de la IAAF más adelante).

¿Quién es responsable de facilitar la Información de Localización?

Cada atleta es el responsable último de su propia Información de Localización. Podrá delegarlo a un tercero si lo desea, pero no podrá defenderse ante una alegación de Información de Localización Insuficiente conforme a la Regla 32.2 (d) de la IAAF sobre la base de que lo delegó a otra persona y que esta incumplió los requisitos aplicables.

¿Qué constituye Información de Localización Insuficiente?

Podrá considerarse Información de Localización Insuficiente si un atleta al que se informó de su inclusión en el Grupo de Atletas Sometido a Controles de la IAAF:

- No presenta Información de Localización;
- No la presenta dentro del plazo exigido;
- Presenta Información de Localización, pero no incluye toda la información exigida;
- Presenta Información de Localización, pero facilita información aparentemente incorrecta o insuficiente; o
- No actualiza la información exigida.

También podrá considerarse Información de Localización Insuficiente si un atleta presenta información que parece correcta y completa en el momento de facilitarla, pero que resulta ser incorrecta o insuficiente.

¿Qué es un Control Fallido?

Un Control es Fallido si el atleta no está disponible para realizar un control en el lugar y hora especificados en el intervalo de tiempo de 60 minutos indicado en la Información sobre Localización presentada en el día en cuestión.

Los atletas deben tener en cuenta que la ausencia para un control en el intervalo de tiempo de 60 minutos podrá contarse como un Control Fallido incluso si un ACD les encuentra y realiza el control posteriormente en cualquier lugar.

Más información

Para cualquier duda sobre la información arriba indicada, la **División de Localización de Atletas de la IAAF** está a su disposición por:

✉ Correo electrónico:	whereabouts@iaaf.org
📞 Teléfono:	+377 93 10 88 24
📠 Móvil:	+33 678 63 34 08
📠 Fax:	+377 93 10 88 05

PUNTOS A RECORDAR

- 🕒 Debe facilitar información completa y correcta para cada día del trimestre.
- 🕒 Actualice siempre su información tan pronto como tenga conocimiento de un cambio.
- 🕒 Debe enviar su Información de Localización antes del principio de cada trimestre.
- 🕒 Usted es el responsable último de la presentación y actualización de su Información de Localización.
- 🕒 Podrá ser sometido a un control en cualquier momento, no solo durante su intervalo de tiempo de 60 minutos.
- 🕒 Podrán hacerse actualizaciones de emergencia contactando directamente al departamento de Localización, pero esto solo debería utilizarse como último recurso.

Guía antidopaje para atletas



*Getty Images

Koji Murofushi (JAP) Lanzamiento de martillo
Campeón olímpico (2004), Campeón del Mundo (2011), Campeón de los Juegos asiáticos (1998, 2002)

«Ser un atleta significa desarrollarte, retarte a ti mismo, controlarte a ti mismo y, en última instancia, confiar en ti mismo. Si te dopas, estás confiando en algo externo.»

LA FUNCIÓN DE RECOGIDA DE INFORMACIÓN



Como parte del compromiso constante de la IAAF de mantener nuestro deporte sin drogas, se ha desarrollado una función de recogida de información como parte del Departamento Médico y Antidopaje de la IAAF.

La IAAF se enorgullece de estar en primera línea de la lucha contra el dopaje, y considera que **todos tenemos una responsabilidad en esta batalla** y deberíamos implicarnos activamente en esta causa. La mejora del enfoque dirigido a la recogida de información solo puede proseguir con la participación de todas las personas que defiendan el interés superior del deporte. La información en que se basa este enfoque se obtiene de un amplio abanico de fuentes, incluidas del deporte; a menudo, las personas implicadas son las que mejor saben quién está haciendo qué. Al introducir este enfoque, la IAAF se fijó como prioridad ofrecer una vía para captar esta información.

Como atleta, usted también tiene un papel crucial dentro de la familia del atletismo en ayudar a que nuestro deporte se mantenga auténtico, puro y limpio. No debe subestimarse la posición de un atleta como modelo de comportamiento para las generaciones actuales y futuras. Y la conducta de cada uno de nosotros desempeña un papel vital en promover el atractivo del atletismo y asegurarse de que permanece creíble y el más puro de todos los deportes.

Como organización internacional implicada en todos los niveles del atletismo, la IAAF debe mantener una perspectiva verdaderamente global que cubra todas las áreas del deporte. Por desgracia, el dopaje es un problema constante en todos los niveles. En consecuencia, hay una clara necesidad de conocer de manera activa y efectiva los elementos más oscuros, y de recoger y cotejar información que respalde la lucha continua contra ellos y ayude a proteger la situación presente y futura de nuestro deporte y todos sus participantes.

El desarrollo de la función de recogida de información permite un enfoque más coherente y centrado a la hora de abordar el dopaje y sus prácticas. El recabo y la gestión de información de un amplio abanico de fuentes permite obtener un mejor conocimiento y comprensión, y ayuda a asegurarse de que un programa de controles ya sólido así como una mayor sensibilización de todos los atletas son lo mejor posibles.

En consecuencia, se anima activamente a cualquiera que tenga conocimiento o sospechas de que se llevan a cabo prácticas de dopaje que nos lo comunique directamente. Existen diversas vías para informar, de modo que, si ve o oye cualquier cosa relacionada con el dopaje, nos puede contactar de manera anónima y en total confianza.



Teléfono: +377 93 10 88 25



Correo electrónico: pureathletics@iaaf.org



Twitter: @IAAFIntel



Facebook: IAAFIntel

Si prefiere no hablar o interactuar directamente con nadie, hay un formulario en línea anónimo que puede llenar en el sitio web de la IAAF.



RECURSOS SOBRE EL ANTIDOPAJE

Si necesita más información sobre cualquier tema antidopaje de la IAAF, puede contactar directamente con nosotros. Véanse los datos de contacto más abajo.

¿Quiere saber cuántos controles realiza la IAAF cada año? Le gustaría ver una lista de los atletas incluidos en el Grupo de Atletas Sometido a Controles de la IAAF? Toda nuestra información está disponible en línea en el sitio web de la IAAF. Si no tiene acceso a Internet, también puede contactar con el Departamento Médico y Antidopaje de la IAAF por teléfono, fax o correo electrónico.

Si busca información específica para su nacionalidad o idioma o viaja a un país para una competición, el sitio web también facilita una lista de las Organizaciones Nacionales Antidopaje que pueden ayudarle (tenga en cuenta que la lista no es definitiva y que la IAAF no acepta ninguna responsabilidad por la información facilitada por dichas organizaciones).

IAAF

Web: www.iaaf.org/about-iaaf/medical-anti-doping
Correo electrónico: dpt.anti-doping@hq.iaaf.org
Teléfono: +377 93 88 10 19
Fax: +377 93 50 83 95
Dirección postal: International Association of Athletics Federations
17, rue Princesse Florestine – BP 359
MC 98007
Mónaco

Agencia Mundial Antidopaje

Web: www.wada-ama.org
Correo electrónico: info@wada-ama.org
Teléfono: +1 514 904 9232
Fax: +1 514 904 8650
Dirección postal: Agencia Mundial Antidopaje
Stock Exchange Tower
800 Place Victoria (Suite 1700)
Montreal (Quebec) H4Z 1B7
Canadá

* Podrá encontrar más información sobre todos los temas tratados en esta guía, junto con un glosario detallado de términos antidopaje, información sobre Organizaciones Nacionales y Regionales Antidopaje y otros enlaces útiles en la sección médica y de antidopaje del sitio web de la IAAF.



* Cortesía de Athletics Australia/ Getty Images

Sally Pearson (AUS) 100 m con vallas

Campeona olímpica (2012), Campeona del Mundo (2011), Campeona del Mundo de Indoor (2012), Campeona de los Juegos de la Commonwealth (2010), Ganadora de la Copa Continental (2010), Campeona del Mundo Juvenil (2003)

«Piensa en todo lo que este deporte te ha dado, y comprométete a devolvérselo.
Mantenlo puro y limpio, y mantenlo auténtico.»

Guía antidopaje para atletas de la IAAF