



GUÍA BÁSICA **ANTIDOPING**

Lo que debes saber y cómo
actuar bajo las normas del
Código Mundial Antidopaje.



Con el auspicio de



TODO ESTO



ES POSIBLE GRACIAS A VOSOTROS.

Un agradecimiento especial a nuestros asociados, que nos permiten vivir todos estos momentos.

©IOC 2011



Los Asociados Olímpicos Mundiales



olympic.org

Mensaje a los deportistas:

El Comité Olímpico Ecuatoriano, consciente de que el dopaje es una práctica negativa que atenta contra el espíritu del juego limpio y la salud del deportista, presenta la Guía Básica Antidoping como un aporte a la edificación integral de nuestros atletas.

Generalmente, los deportistas deben someterse a constantes pruebas de antidoping, las cuales pueden realizarse durante un evento de competencia, durante la fase de entrenamiento e inclusive en períodos de descanso. Es importante que nuestros atletas conozcan, como proceder bajo las Normas del Código Mundial Antidopaje.

Nuestra misión es proteger el Movimiento Olímpico en el Ecuador, y eso implica velar por la ética de nuestros deportistas, por lo que resulta importante producir campañas de educación conforme a las obligaciones establecidas en el Código Mundial Antidopaje.

Estamos convencidos que la Guía Básica Antidoping, cumplirá el propósito de orientar a nuestros atletas, personal de apoyo de los distintos organismos deportivos y padres de familia, sobre aspectos preventivos y disciplinarios que implica la educación antidopaje.



contenido

- 05** ¿Qué es el dopaje?
- 06** La importancia del Juego Limpio
- 07** ¿Cuándo se produce el dopaje...?
- 08** A veces otros influyen al deportista...
- 09** ¿Qué daños provoca el dopaje?
- 10** ¿Qué sustancias están prohibidas?
- 13** ¿Qué hago si tengo problemas de salud?
- 14** ¿Qué es un control antidopaje?
- 14** ¿Qué ocurre si salgo positivo?
- 15** Lo que debes conocer y aprender
- 16** Agencia Mundial Antidopaje
- 18** Roles y responsabilidades
- 20** Los 11 pasos para el control antidopaje

¿Qué es el *dopaje*?

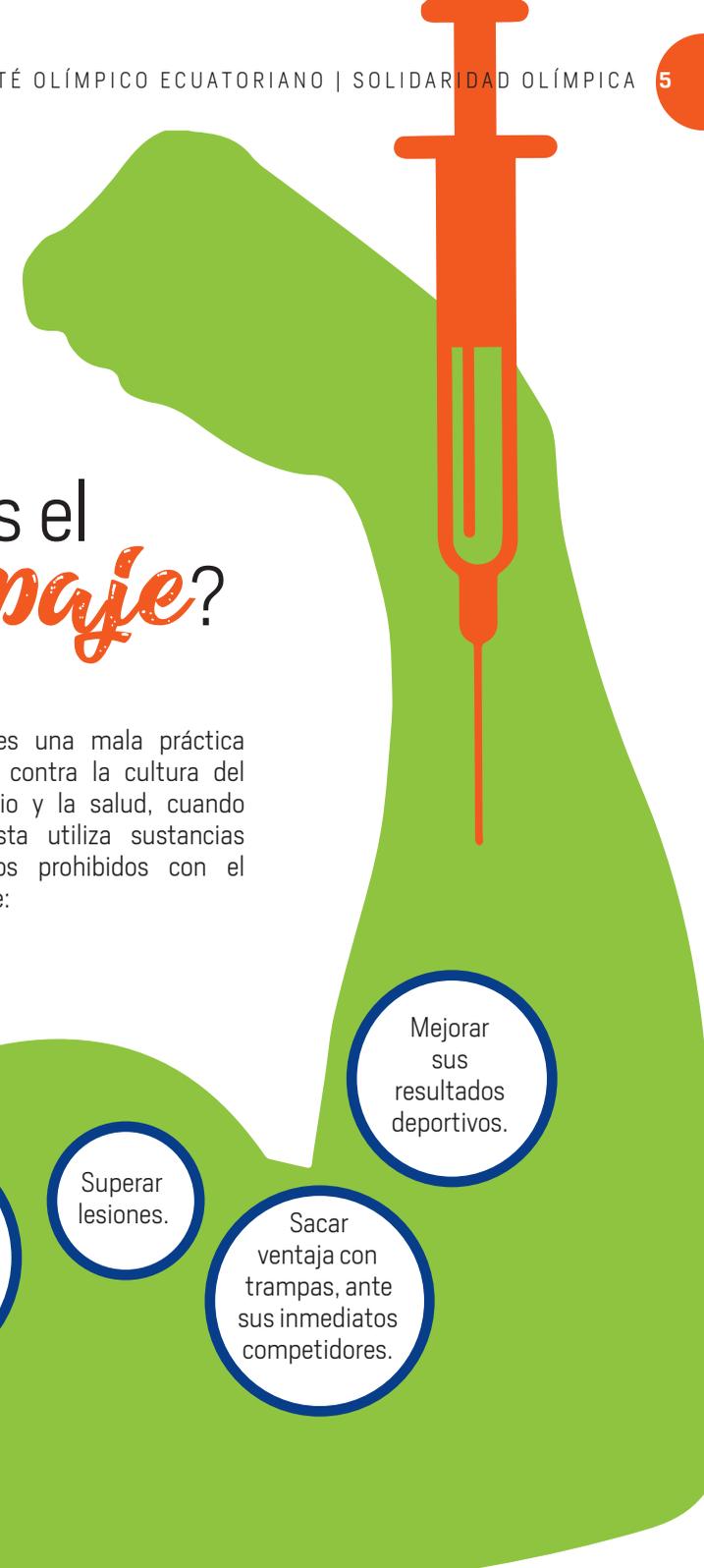
El dopaje es una mala práctica que atenta contra la cultura del Juego Limpio y la salud, cuando un deportista utiliza sustancias y/o métodos prohibidos con el propósito de:

Mejorar los resultados de su entrenamiento deportivo.

Superar lesiones.

Sacar ventaja con trampas, ante sus inmediatos competidores.

Mejorar sus resultados deportivos.



LA IMPORTANCIA DEL *Juego Limpio*

Juego Limpio significa poner en práctica una serie de valores, por ejemplo: disciplina, sacrificio, esfuerzo, ser solidario, el respeto a las reglas y las personas, la honestidad, compromiso, lealtad, humildad.

El atleta *no será coronado* si no compete en forma legítima. Respeta y cuida tu cuerpo, no consumes sustancias que pueden *perjudicar tu salud* y carrera deportiva.

Tu comportamiento apegado al Juego Limpio es lo que te distinguirá como un ejemplo a seguir durante y después de tu carrera deportiva.

Recuerda que el Juego Limpio implica desechar toda influencia negativa que te pueda ofrecer tu entorno. Rodéate de personas positivas que te “edifiquen” como ser humano, deportista y profesional.



¿Tus triunfos han sido producto del Juego Limpio?

¿Cuándo se produce el *dopaje*?

CON INTENCIÓN

Es con intención cuando el deportista por iniciativa propia o en acuerdo con las personas que forman parte de su entorno de preparación, están dispuestos a conseguir resultados deportivos en forma inmediata, utilizando sustancias o aplicando métodos calificados como “PROHIBIDOS”.

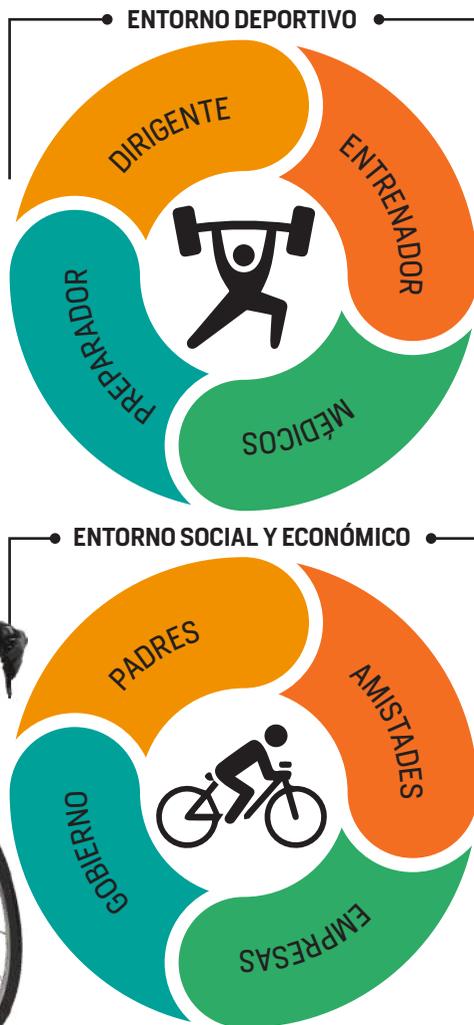
SIN INTENCIÓN

Se califica como dopaje sin intención al uso de sustancias y/o métodos prohibidos, que se originan por el desconocimiento de las Normas Antidopaje y de la Lista de Prohibiciones de la Agencia Mundial Antidopaje. Sin embargo, el desconocimiento de las Normas, no justifica la conducta de dopaje, por lo que se aplicarán las sanciones correspondientes.



A veces, otros influyen al *deportista...*

En ciertos casos, el deportista no es el único responsable cuando toma la decisión de doparse. El entorno (grupo de personas que rodea al atleta) también puede influir, motivar, justificar y encubrir la práctica del dopaje. Se identifican dos entornos que pueden influir en el dopaje del deportista.



¿Qué *daños* provoca el dopaje en tu salud?

El consumo de sustancias prohibidas puede ayudar a los deportistas a ganar fuerza y músculo, reducir el cansancio o disimular el dolor, pero también tiene "efectos secundarios" que ocasionan daños en el comportamiento físico del cuerpo.

Algunos fármacos pueden provocar cambios en la apariencia física por ejemplo, el uso de esteroides puede causar:



Acné, especialmente en la espalda.



En los varones retraer los testículos.



Causa impotencia sexual y calvicie.



En las damas, desarrollar rasgos masculinos.



Problemas cardíacos, hepáticos y renales.

¿Qué sustancias están *prohibidas*?



Existen muchos tipos de sustancias que están prohibidas en el deporte por el daño que pueden causar a la salud de un deportista y al Juego Limpio. La Agencia Mundial Antidopaje cada año actualiza la lista de sustancias. Estas sustancias prohibidas se dividen en las siguientes categorías:

NARCÓTICOS

Narcóticos, como la heroína y la morfina, pueden ayudar a aliviar el dolor, pero:

- Debilita el sistema inmunológico.
- Disminuye el ritmo cardíaco y detiene el sistema respiratorio.
- Pérdida de balance, coordinación y concentración.
- Problemas gastrointestinales como vómitos y constipación.
- Son altamente adictivos, haciendo que la mente y el cuerpo rápidamente se vuelvan dependientes.



CANNABINOIDES

Estimulantes y luego relajantes, pueden producir pérdida de coordinación y concentración. Consecuencias:

- Reduce la memoria, atención, motivación y provoca dificultades en el aprendizaje.
- Debilita el sistema inmunológico.
- Afecta los pulmones (bronquitis crónica y otras enfermedades respiratorias).
- Dependencia fisiológica y psicológica.



ESTEROIDES

Hacen que tus músculos sean grandes y fuertes, pero te puedes volver dependiente de ellos y pueden causarte:

- Acné.
- Calvicie.
- Incrementar el riesgo de enfermedades del corazón y del hígado.
- Altera el estado de ánimo.
- Hace más agresiva la conducta de la persona.
- Genera tendencias suicidas.



En los varones provocan:

- Se encojan los testículos.
- Crecen las mamas.
- Se reduce el desempeño sexual y causa impotencia.
- Disminuye la cantidad de espermatozoides.



En las damas provocan:

- La voz se torna más grave.
- El vello facial y corporal es excesivo.
- Los ciclos menstruales son anormales.
- El clítoris se agranda.



ESTIMULANTES

Son utilizados para incrementar el estado de alerta, he aquí sus consecuencias:

- No puedes dormir (insomnio).
- Temblores involuntarios en el cuerpo.
- Problemas de coordinación y balance.
- Problemas de ansiedad y agresividad.
- Se desarrolla un ritmo cardíaco acelerado e irregular.
- Ataques cardíacos o derrame cerebral.



HORMONA DE CRECIMIENTO HUMANO

■ Hace que los músculos y huesos sean más fuertes y se recuperen más rápido, pero usar hormonas puede producir:

- Acromegalia: frente, cejas, cráneo y mandíbula protuberantes, lo cual no se puede revertir (deformación del rostro).
- Un corazón más grande que puede provocar una alta presión sanguínea y falla cardíaca.
- Daños en el hígado, tiroides y vista.
- Artritis degenerativa.



■ Entre estos encontramos los diuréticos y otras sustancias para encubrir o diluir el uso de sustancias prohibidas. Los efectos secundarios son:

AGENTES Y MÉTODOS ENMASCARANTES

- Síntomas de mareo e inclusive desmayo.
- Deshidratación.
- Calambres musculares.
- Disminución de la presión sanguínea.
- Pérdida del balance y coordinación.
- Síntomas de confusión y alteraciones.
- Desarrollo de desórdenes cardíacos.



¿Qué debo hacer si tengo problemas de salud?

Cuando tengas problemas de salud que surjan en forma imprevista, asegúrate de informar al médico del organismo autorizado que eres un deportista y que debes tener cuidado con las medicinas que te receten, pues algunos fármacos pueden contener sustancias prohibidas, y el consumo de esos medicamentos puede perjudicar tu carrera deportiva.

Existen casos especiales en que el o la deportista padece una enfermedad que requiere utilizar una sustancia considerada prohibida, en tales situaciones, deberán contar con todos los exámenes que certifiquen su enfermedad, con el fin de solicitar una autorización para uso terapéutico (AUT) conforme a las disposiciones del Código Mundial Antidopaje.



¿QUÉ ES UN CONTROL Antidopaje?

El control antidopaje es un procedimiento médico que tiene como propósito proteger el “juego limpio”, descubriendo a deportistas que hacen trampa en las competencias. Se considera competencia desde que ingresa y sale del país donde se realiza el evento deportivo. Este control consiste en recolectar muestras de orina y/o sangre, luego las muestras se en-

vían a laboratorios autorizados para que se realice el respectivo análisis.

El control se lo puede realizar durante la competición deportiva, en la etapa de entrenamiento e inclusive fuera de la temporada de competencia. Los controles son “SORPRESIVOS”, y en caso de negarte al control, te aplicarán las mismas sanciones que a un deportista que resulte POSITIVO en el control.

Los controles son realizados por personas autorizadas denominadas “Agente de Control Antidopaje”.

¿QUÉ OCURRE SI SALGO Positivo?

Al resultar “POSITIVO” en un control, enfrentas estas consecuencias:



1 Suspensión

Depende del tipo de infracción, sustancia o método prohibido utilizado, de la conducta del deportista y de su grado de culpa. Generalmente puede llegar hasta 4 años.



2 Descalificación

Pérdida del resultado, medalla, puntos y premios en dinero.

3 Sanción económica



4 Divulgación

La AMA publica los nombres del deportista, la infracción y las consecuencias en un plazo de 20 días posteriores a la sentencia final. Se exceptúa la divulgación, en caso de que se trate de un menor de edad.



LO QUE DEBES
conocer
y aprender



AGENCIA MUNDIAL ANTIDOPAJE

El organismo internacional que promueve la lucha contra el dopaje

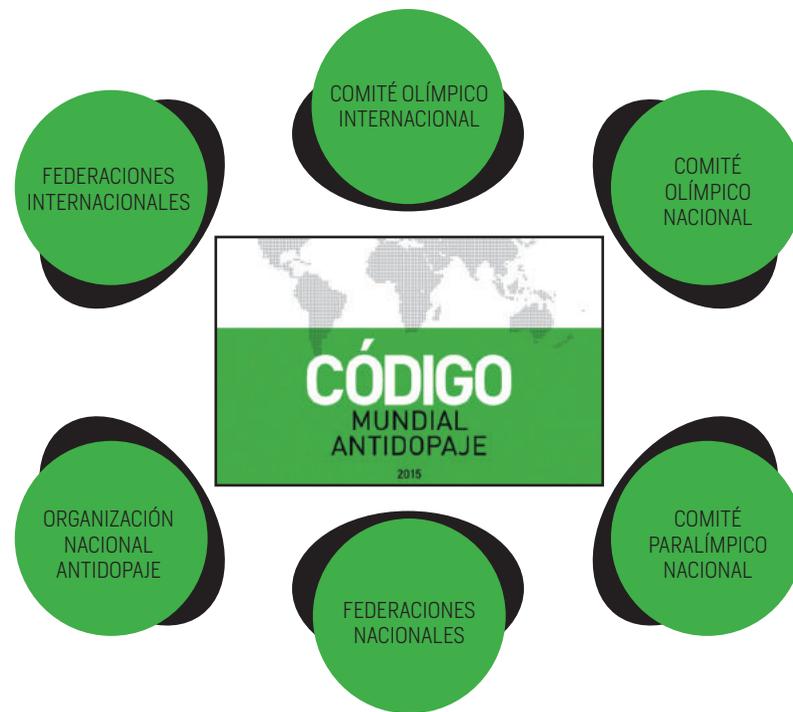
La AMA (Agencia Mundial de Antidopaje), es una organización independiente creada en el año de 1999 para promover, coordinar y monitorear la lucha antidopaje en los deportes en todas sus formas. Su sigla en inglés es WADA (World Anti-Doping Agency)

Coordina el desarrollo y la posterior evolución del Código Mundial Antidopaje. Participa en actividades importantes, incluidas investigaciones científicas y de ciencias sociales, educación, proyección deportiva, capacitación antidopaje, puesta en práctica y supervisión de la implementación del Código. No es una agencia de detección.

¿QUÉ ES EL CÓDIGO MUNDIAL ANTIDOPAJE?

Norma que establece las obligaciones y responsabilidades en la lucha contra el dopaje.

Los organismos responsables de asegurar el éxito de la lucha contra el dopaje en el deporte y el respeto del Código, son los siguientes:



¿Quiénes deben cumplir obligatoriamente las disposiciones del **Código Mundial Antidopaje**?



DEPORTISTAS



PERSONAL DE APOYO



PADRES DE FAMILIA

Roles y responsabilidades adicionales de los deportistas y otras personas

[ARTÍCULO 21 DEL CÓDIGO MUNDIAL ANTIDOPAJE]

21.1 ROLES Y RESPONSABILIDADES DE LOS DEPORTISTAS

- 21.1.1 Conocer y cumplir todas las políticas y normas antidopaje en virtud del Código.
- 21.1.2 Estar disponibles en todo momento para la recogida de Muestras.

[Comentario al Artículo 21.1.2: Con todo debido respeto a los derechos humanos y la privacidad del deportista, en ocasiones es necesario, por motivos legítimos, recoger Muestras a últimas horas de la noche o primeras horas de la mañana. Por ejemplo, se sabe que algunos deportistas usan dosis bajas de EPO durante estas horas para que sean indetectables por la mañana.]

- 21.1.3 Responsabilizarse, en el contexto de la lucha contra el dopaje, de lo que ingieren y usan.
- 21.1.4 Informar al personal médico de su obligación de no usar Sustancias Prohibidas y Métodos Prohibidos y responsabilizarse de que ningún tratamiento médico recibido infrinja las políticas y normas antidopaje adoptadas en virtud del Código.
- 21.1.5 Comunicar a su Organización Nacional Antidopaje y Federación Internacional cualquier decisión adoptada por un no Signatario con motivo de una infracción de las normas antidopaje cometida por el deportista en los últimos diez años.
- 21.1.6 Colaborar con las Organizaciones Antidopaje que investigan infracciones de las normas antidopaje.

[Comentario a 21.1.6: La ausencia de cooperación no constituye una infracción de las normas antidopaje según el Código, pero puede servir de fundamento para la adopción de medidas disciplinarias en virtud de las normas de un interesado.]

21.2 ROLES Y RESPONSABILIDADES DE LAS PERSONAS DE APOYO A LOS DEPORTISTAS

- 21.2.1 Conocer y cumplir todas las políticas y normas antidopaje aplicables que se adopten en virtud del Código y que sean de aplicación a ese personal o a los deportistas a los que apoya.

- 21.2.2 Cooperar con el programa de Controles a los Deportistas.
- 21.2.3 Influir en los valores y el comportamiento del Deportista en lo que respecta al antidopaje.
- 21.2.4 Comunicar a su Organización Nacional Antidopaje y Federación Internacional cualquier decisión adoptada por un no Signatario con motivo de una infracción de las normas antidopaje cometida por el Deportista en los últimos diez años.
- 21.2.5 Colaborar con las Organizaciones Antidopaje que investigan infracciones de las normas antidopaje.

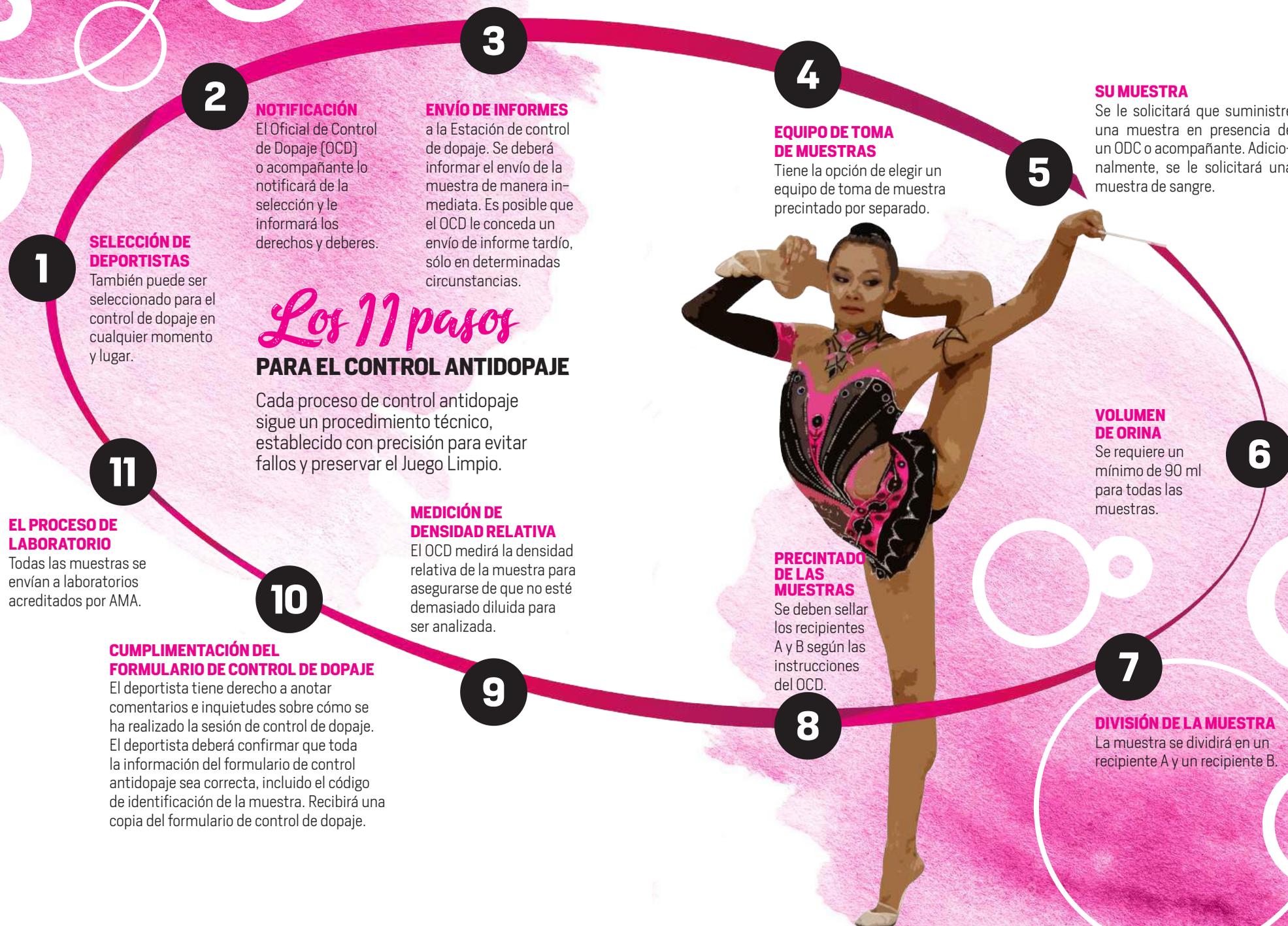
[Comentario a 21.2.5: La ausencia de cooperación no constituye una infracción de las normas antidopaje según el Código, pero puede servir de fundamento para la adopción de medidas disciplinarias en virtud de las normas de un interesado.]

- 21.2.6 Las Personas de Apoyo a los Deportistas no podrán Usar o Poseer ninguna Sustancia Prohibida o Método Prohibido sin una justificación válida.

[Comentario al Artículo 21.2.6: Aquellas situaciones en que el Uso o Posesión personal de una Sustancia Prohibida o un Método Prohibido por el Personal de Apoyo a los Deportistas sin justificación, no constituye una infracción de las normas antidopaje prevista en el Código deberán estar sujetas a otras normas de disciplina deportiva. Los entrenadores y otro Personal de Apoyo a los deportistas constituyen con frecuencia modelos de comportamiento para estos. No deben por tanto incurrir en una conducta personal que esté en conflicto con su responsabilidad de alentar a sus deportistas a no doparse.]

21.3 ROLES Y RESPONSABILIDADES DE LAS ORGANIZACIONES REGIONALES ANTIDOPAJE

- 21.3.1 Asegurarse de que los países miembros adoptan y ponen en práctica normas, políticas y programas que se atienen a lo dispuesto en el Código.
- 21.3.2 Exigir como requisito de afiliación que un país miembro firme un formulario oficial de afiliación a una Organización Regional Antidopaje que indique claramente la delegación de las responsabilidades en materia antidopaje a dicha organización.
- 21.3.3 Cooperar con otras organizaciones y agencias nacionales y regionales competentes y otras Organizaciones Antidopaje.
- 21.3.4 Promover la realización de Controles recíprocos entre Organizaciones Nacionales y Regionales Antidopaje.
- 21.3.5 Promover la investigación antidopaje.
- 21.3.6 Promover la educación contra el dopaje.



Los 11 pasos PARA EL CONTROL ANTIDOPAJE

Cada proceso de control antidopaje sigue un procedimiento técnico, establecido con precisión para evitar fallos y preservar el Juego Limpio.



misión

Desarrollar, promover y proteger el Movimiento Olímpico, a través de la coordinación y cooperación con los organismos inmersos en el alto rendimiento, para la construcción conjunta de la excelencia deportiva, así como también generar acciones de responsabilidad social.

visión

Consolidarnos como la institución deportiva responsable del deporte de alto rendimiento deportivo en Ecuador, realizando una adecuada gestión que garantice el posicionamiento del país como referente deportivo regional.



Ubicado en la zona de mayor desarrollo financiero comercial y de entretenimiento de Guayaquil a tan solo 2 minutos del Aeropuerto Internacional José Joaquín de Olmedo y del Centro de Convenciones Simón Bolívar, la mayor sede de congresos y eventos sociales y de negocios del País. El Sonesta Hotel Guayaquil es parte de “La Gran Manzana”, un nuevo y moderno complejo de edificios ubicados junto al Mall del Sol, uno de los centros comerciales más grandes del país, al Norte de la ciudad. En el Sonesta Hotel Guayaquil sentirá cual es su pasión al ingresar a nuestro espectacular lobby ubicado en el 3er piso, disfrutando de esta manera de nuestros ambientes elevados.

SERVICIOS Y SALONES

- 110 habitaciones, 54 estándar King (sencillas), 54 habitaciones estándar Full (dobles), incluyendo 14 habitaciones connecting; 2 Junior Suite equipadas de aire acondicionado central, LCD con sistema de cable satelital, cajillas de seguridad y minibar
- Restaurante Sabores y Vinos by Sonesta
- Room service 24 horas
- 3 salas de juntas para eventos ejecutivos
- 2 salones de eventos con capacidades de hasta 120 y 100 personas respectivamente
- Lobby Bar
- Servicio de conserje 24 horas
- WiFi en todas las áreas
- Servicio Médico
- Integrados al Mall del Sol
- Parqueadero cubierto



¡Vamos por nuevos retos!



Del 11 al 25
de noviembre



Del 26 de mayo al
8 de junio



Del 6 al 18 de
octubre



Del 26 de julio al
12 de agosto



TOKYO 2020
Del 24 de julio
al 9 de agosto

www.coe.org.ec