

ALGUNOS MITOS SOBRE

EL DOPAJE



Luis Eduardo Contreras Vergara
Oficina de Medicina Deportiva
Indeportes Antioquia
2021

¿QUÉ ES UN MITO?

La Real Academia Española de la Lengua define Mito, así:

1. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico.
2. Historia ficticia o personaje literario o artístico que encarna algún aspecto universal de la condición humana.
3. Persona o cosa rodeada de extraordinaria admiración y estima.
4. Persona o cosa a la que se atribuyen cualidades o excelencias que no tiene.

Fuente: <https://dle.rae.es/mito?m=form>.
Consultado: Febrero 24 de 2021

Los Mitos en el Dopaje en las creencias populares

- Los mitos en el dopaje están sustentados en creencias empíricas tradicionales que alteran, se alejan o distorsionan la realidad, porque provienen de opiniones, sensaciones o emociones que pueden distar diametralmente de lo que nos dice la ciencia o nos muestra la realidad
- De esta manera, los mitos ocasionan, por desconocimiento, acción u omisión, consecuencias gravísimas en la vida del atleta, entendida esta desde los aspectos físicos, fisiológicos, psicológicos, sociales y deportivos

Los Mitos en el Dopaje en las creencias populares

Por el contrario, la realidad nos muestra el camino correcto que debería observar el deportista y todo su grupo de apoyo, con el fin de sortear peligrosos y, a veces, invisibles engaños que podrían derruir la esencia de su trabajo, los esfuerzos realizados, la imagen alcanzada y los resultados obtenidos, debilitando, de paso, su autoestima y llevando a oscuras encrucijadas morales y sociales

Los Mitos en el Dopaje en las creencias populares

- En esta presentación se expondrán algunos de los mitos más comunes que el autor ha escuchado a través de muchos años de trabajo con atletas de distintas disciplinas
- Al frente de cada mito se darán las explicaciones reales basadas en la normatividad antidopaje actual que rige el deporte en todas partes del mundo y que aplica a todos los atletas, entrenadores, instructores, oficiales y al personal médico y paramédico que atienda o trabaje con atletas que participen en competencias deportivas organizadas en el marco del Movimiento Olímpico

MITO

- “Esa sustancia la puedo tomar porque **no está en el listado** de sustancias prohibidas”
- “Eso no **marca**”

REALIDAD

- El hecho de que una sustancia no esté en la *Lista Prohibida* no significa que no esté prohibida, ya que la mayoría de las categorías solo incluyen algunos ejemplos comunes y no son exhaustivas
- Además, tenga presente que la *Lista Prohibida* contiene la sección S0 (Sustancias no aprobadas) que incluye sustancias utilizadas para el dopaje que no están incluidas en otras secciones de la Lista y que no están aprobadas por ninguna autoridad sanitaria reguladora gubernamental para uso terapéutico en humanos (por ej. drogas en desarrollo clínico o preclínico o discontinuadas, drogas de diseño, sustancias aprobadas solamente para uso veterinario)

MITO

“Esta sustancia no tiene problema porque es natural”

REALIDAD

- La prohibición de una sustancia no la determina el hecho de si es natural o no, **sino su efecto** sobre el rendimiento y la salud
- Muchos elementos de la naturaleza, como por ejemplo las plantas, **contienen sustancias dopantes** o que son nocivas por la salud, o inclusive tóxicas

MITO

“Para que uno lo sancionen por **doping** tienen que encontrarle una sustancia prohibida”

REALIDAD

Dopaje no es solamente la presencia de una sustancia prohibida en la muestra de un deportista, también lo es la existencia de un metabolito o de sus efectos en el organismo (por ejemplo un marcador que indique la acción de una *Sustancia Prohibida*)

MITO

- “Me tomé un producto dopante, me hicieron control y no me cogieron”
- “Ese valor anormal corresponde a una muestra que me fue recogida hace varios años y nunca me dijeron nada”

REALIDAD

- En la actualidad una de las herramientas más importantes en la lucha antidopaje es el Pasaporte Biológico del Atleta
- El principio fundamental en que se basa es el monitoreo de marcadores selectos a través del tiempo para revelar los efectos del dopaje
- Si un valor del atleta cae por fuera de sus límites individuales, o la secuencia es considerada como variación fisiológica improbable, resultará un *Hallazgo atípico del pasaporte* y se iniciará un proceso de estudio del atleta

MITO

“A nadie lo pueden sancionar por cosas que no le descubrieron antes”

REALIDAD

Sí lo pueden sancionar basado en un estudio del Pasaporte Biológico del atleta

MITO

“Eso todavía no lo cogen”

REALIDAD

El Código Mundial Antidopaje establece que no es necesario demostrar la presencia de un sustancia prohibida en la muestra de un atleta para establecer el diagnóstico de dopaje; éste también puede realizarse por los efectos de las sustancias sobre el organismo (como un marcador biológico)

MITO

- “Era que yo no sabía”
- “En la farmacia me lo recomendaron”

REALIDAD

El Código mundial antidopaje establece:

“....Es un deber personal de cada Deportista asegurarse de que ninguna Sustancia Prohibida se introduzca en su organismo. Los Deportistas son responsables de la presencia de cualquier Sustancia Prohibida, de sus Metabolitos o de sus Marcadores, que se detecten en sus Muestras”

MITO

“Si un médico me lo recetó es porque lo podía tomar”

REALIDAD

Los médicos que no sean especialistas en Medicina Deportiva **no necesariamente saben** cuáles productos están en la *Lista de sustancias prohibidas*

MITO

- “Fue que me dieron una caramañola envenenada”
- “Me tomé el agua del compañero”
- “Eso fue que me le echaron algo al agua”

REALIDAD

El Código Mundial establece que “Los *Deportistas* son responsables de la presencia de cualquier *Sustancia Prohibida*, de sus *Metabolitos* o de sus *Marcadores*, que se detecten en sus *Muestras*”

MITO

“Mi tía me dijo que para mi dolor de rodilla me untara la crema que ella usa para la artritis”

REALIDAD

Los *Deportistas* son responsables de la presencia de cualquier *Sustancia Prohibida*, de sus *Metabolitos* o de sus *Marcadores*, que se detecten en sus *Muestras*

MITO

“Esto me lo dio el entrenador (o el masajista o compañero)”

REALIDAD

El Código mundial antidopaje establece que los deportistas:

“**Son responsables** de las personas a las que confían la responsabilidad de sus alimentos y bebidas”

MITO

“Esto me lo dio el médico del equipo”

REALIDAD

El Código mundial antidopaje establece que los deportistas:

“Son responsables de la **elección de su personal médico** y de advertir a este personal de la prohibición de recibir cualquier sustancia prohibida”

MITO

“Yo no tomé nada, solo unos suplementos de vitaminas.”

REALIDAD

Los deportistas son responsables de los productos **que ingieren** y han sido advertidos de la posibilidad de contaminación de los suplementos.

MITO

“Eso fue que pasé por el **parque** y unos viciosos estaban soplando”

REALIDAD

Los deportistas son responsables de los productos que ingieren...

MITO

“Este medicamento que está en mis pertenencias no es mío, es de mi abuelita”

REALIDAD

El Código Mundial Antidopaje establece que es dopaje “la Posesión de una **Sustancia Prohibida** o un **Método Prohibido** por parte de un **Deportista o Persona de Apoyo a los Deportistas**”

MITO

- “Tranquilo, que no le hacen controles sino a los que ganan...o a los 3 o 4 primeros”
- “Fresco, que usted es primera vez que compite y no le hacen control”

REALIDAD

Las autoridades de las competencias están en su derecho a hacerle controles antidopaje a los atletas que estimen conveniente

MITO

- “Tranquilo que en esta competencia **ya le hicieron control**”
- “Como no voy a jugar, por estar de **suplente**, no me hacen control”

REALIDAD

Las autoridades de las competencias están en su derecho a hacerle controles antidopaje a los **atletas que estimen conveniente**

MITO

“Escóndase para que no lo encuentren los de doping”

REALIDAD

Es un infracción a las normas antidopaje el “Evitar, rechazar o incumplir la obligación de someterse a la recogida de *Muestras* por parte de un *Deportista*”

MITO

- “Eso con un buen **borrador** se quita”
- “Échele a la orina unas goticas de **blanqueador**”

REALIDAD

Es un infracción a las normas antidopaje la “**Manipulación o Intento de Manipulación** de cualquier parte del proceso de Control de Dopaje”

MITO

“Tranquilo, tómese esta **pastilla** y el efecto lo contrarresta con esta otra para que no se lo pillen”

REALIDAD

Es un infracción a las normas antidopaje la *“Manipulación o Intento de Manipulación* de cualquier parte del proceso de *Control de Dopaje*

MITO

“Modificar la orina consumiendo mucho vinagre o tomando vitamina B o vitamina C..., etc, impide que se encuentren las sustancias que me tomé”

REALIDAD

Esto, además de ser inexacto se considera una infracción a las normas antidopaje

MITO

“Tome mucho agua para que la sustancia se le diluya”

REALIDAD

En el proceso del control antidopaje los oficiales del control pueden **rechazar una muestra de orina** si está muy diluida

MITO

“Es que yo produzco mucho esa sustancia en forma natural”

REALIDAD

Actualmente es posible saber si una sustancia es endógena (o sea, si se produce por el cuerpo naturalmente) o es exógena (es decir, si se consumió externamente)

MITO

- “Los de ese equipo quien sabe que estarán tomando”
- “Hágale, que eso es lo que usa fulantito (o peranito)”
- “Para ganar, a veces hay que hacer trampa utilizando sustancias prohibidas”

REALIDAD

No todo el que gana es porque consume productos dopantes, piense que muchos atletas tienen mucho talento natural, son muy juiciosos, entrenan con responsabilidad, se cuidan, tienen muy buenos hábitos de vida, tienen muy buenos entrenadores y personal científico y técnico de apoyo

MITO

“No le coma, la fuerza se entrena es así...(inyectándose)”

REALIDAD

Las capacidades condicionales se mejoran con el **entrenamiento apropiado**

MITO

“Tómese eso que no le pasa nada”

REALIDAD

El empleo de sustancias o medicamentos sin indicación ni justificación médica puede producir efectos sobre la salud no solo de inmediato sino a mediano y largo plazo

MITO

“La persona que me aconsejó me dijo que podía **suspender el consumo** faltando tres días para competir”

REALIDAD

Como en la actualidad se pueden realizar **controles antidopaje por fuera de competencia** puede detectarse el uso de una sustancia o método prohibido en cualquier momento

MITO

“El frasco de orina tenía un polvito por dentro”

“La bolsa donde venía el frasco y el vaso de recolección **estaba abierta**”

REALIDAD

En el proceso de toma de muestras antidopaje el deportista puede seleccionar los recipientes para recoger la muestra de orina entre varios ejemplares que le ofrece el oficial de control dopaje (OCD).

Si ninguno le satisface, pero al OCD no está de acuerdo con el deportista, se recoge la muestra dejando una anotación en los registros.

Si el OCD está de acuerdo con el deportista en que todo el equipamiento disponible para la selección es insatisfactorio, el OCD dará por terminada la sesión de recogida de muestras.

MITO

“Me cambiaron la muestra de orina”

“El frasco no lo sellaron bien”

REALIDAD

En el transcurso de la actividad de la toma de muestras antidopaje el deportista presencia y verifica que todo el proceso de recolección y embalaje de las muestras se haga correctamente

Además, en caso de un hallazgo analítico adverso, el atleta tiene derecho de solicitar análisis de la contra muestra y estar presente en el procedimiento de apertura de los frascos

Investigación y autoría del texto:

Luis Eduardo Contreras Vergara
Médico especialista
Oficina de Medicina Deportiva
Indeportes Antioquia

Edición e imagen visual corporativa:

Carolina Bialón Garzón
Profesional Universitario
Oficina de Comunicaciones
Indeportes Antioquia