AEPSAD

AGENCIA ESPAÑOLA DE PROTECCIÓN DE LA SALUD EN EL DEPORTE

# GUÍA PARA DEPORTISTAS SOBRE LA REALIZACION DE CONTROLES DE DOPAJE

*NOTA: Este documento describe directrices orientativas y complementarias sobre la normativa anti dopaje en vigor, que en ningún caso ni en ninguna circunstancia sustituyen a la normativa nacional e internacional actual y futura, siendo éstas últimas las de obligado cumplimiento, no pudiendo ser aludida la presente guía como elemento eximente que exonere de la responsabilidad que es preceptiva*

# Índice de contenidos

1. QUIEN PUEDE PASAR CONTROLES ANTIDOPAJE ..... 3
2. PROCESO DE CONTROL DE DOPAJE ..... 3
2.1. Notificación ..... 3
2.1.1. Práctica de la notificación. ..... 4
2.1.2. Negativa a recibir la notificación. Rehúsa. ..... 5
2.1.3. Observación del deportista. ..... 5
2.2. En el área de control. ..... 6
2.3. Inicio del proceso de toma de muestra. ..... 6
2.3.1. Control de orina ..... 7
2.3.1.1. Muestras parciales ..... 8
2.3.1.2. Muestras adicionales ..... 9
2.3.2. Control de sangre ..... 9
2.4. Cierre del control ..... 10
3. TRANSPORTE AL LABORATORIO ..... 11
4. FIN DEL CONTROL ..... 11

Este documento resume la normativa que aplica al proceso de toma de muestra a deportistas, centrándose básicamente en los derechos y deberes que adquiere el deportista cuando se le notifica que debe pasar un control de dopaje.

## 1. QUIENES PUEDEN PASAR CONTROLES ANTIDOPAJE

La obligación de someterse a los controles anti dopaje afecta a deportistas con licencia federativa estatal o autonómica, así como a aquellos que la hubieran tenido previamente.

Los controles se pueden efectuar en el entorno de una competición deportiva o en fuera de competición. El control se podrá practicar tanto en territorio nacional como fuera de España. La ventana horaria para efectuar el control es de todo el día, si bien con el fin de garantizar el descanso nocturno, en el periodo que va desde las 11 de la noche hasta las 6 de la mañana deberá existir una motivación concreta que lo justifique.

## 2. PROCESO DE CONTROL DE DOPAJE

### 2.1. Notificación

1) La notificación se realizará siempre sin previo aviso.

2) Aunque seas conocido, debes de poder ser identificado por la persona que te notifica, por ello se solicitará que presentes un documento oficial con fotografía; licencia, carné, pasaporte, etc…

3) La notificación deberá ser lo más discreta posible teniendo en cuenta las circunstancias específicas de la competición.

4) Si eres menor de edad, la notificación deberá realizarse a tu padre, madre, o alguien que tú

identifiques en el evento como tu tutor.

5) Si sufres alguna discapacidad intelectual, la notificación se efectuará a tu tutor.

### 2.1.1. Práctica de la notificación.

1) Quien te notifica debe identificarse, presentar documento acreditativo de que has sido seleccionado para el control e ir provisto de un formulario donde se describan tus derechos y deberes.

2) En la notificación te pedirán que te identifiques y que leas el formato de notificación para que conozcas tus derechos y deberes. El notificador cumplimentará la hora de notificación y te pedirá que firmes en el formato, para luego darte tu copia.

3) El notificador por medio del formulario te indicará:

   a. La organización que te requiere para que pases el control.

   b. El tipo de control. Es solo de orina o también sangre.

   c. Que en un plazo aproximado de 20 días puedes conocer el resultado del control por medio de la página WEB de la Agencia Mundial Antidopaje, ADAMS.

   d. Que te puede acompañar una persona de tu confianza al control.

   e. En caso de ser necesario, pedir un intérprete.

   f. Que tú, junto con tu escolta os debéis presentar en el ara de control en un plazo no superior a una hora. Puedes retrasar la llegada al área si:

i. Tienes que recoger algún premio.
ii. Tienes que atender a algún medio de prensa.

g. Antes de ir al área de control podrás ir al vestuario/autobús de tu equipo y cambiarte. Si vas a pasar un control de orina, no te puedes duchar. Deberás recoger la documentación que te identifica y mostrársela al escolta si no lo hiciste antes.

h. Al finalizar el control el Agente de Control de Dopaje (ACD) te pedirá que informes sobre los medicamentos, suplementos que has ingerido en los últimos siete días. Haz memoria y si en los últimos días antes del control tomaste algo que pudiera estar prohibido en el deporte y no tienes Autorización de Uso Terapéutico para ello, indícaselo al ACD. Solicita este documento cuanto antes, tienes solo diez días para pedirlo con carácter retroactivo y que te pueda cubrir el control.

Recuerda que, a partir de ahora, desde que fuiste notificado hasta que finalice el control deberás aceptar que siempre vas a estar bajo custodia de un modo discreto. El objetivo es garantizar que no puedas manipular el control.

### 2.1.2. Negativa a recibir la notificación. Rehúsa.

Si te niegas a recibir la notificación, se hará constar esta circunstancia por el notificador, que requerirá a un testigo para que de fe del hecho. Podrán ser testigos el resto del equipo de recogida de muestras. Debes ser consciente que este hecho puede acarrear una sanción puesto que supone un quebrantamiento de las Normas Anti Dopaje.

### 2.1.3. Observación del deportista.

Una vez practicada la notificación vas a estar en todo momento bajo la observación de un escolta que te deberá acompañar donde quiera que vayas. Tu equipo, entrenador, etc, no lo debe dificultar. Desde que fuiste notificado hasta tu llegada al área de control, no deberá pasar en términos generales más de una hora, en este tiempo:

1) No puedes ducharte.

2) No puedes orinar si hay control de orina.

3) Puedes cambiarte de ropa. Recoger algo de bebida o comida.

## 2.2. En el área de control.

Llegaras al área de control acompañado por tu escolta. Este permanecerá contigo en el área de control hasta que el ACD consideré que ya no es necesario.

En el área de control:

1) Deberá existir una zona de acceso restringido que será utilizada como sala de espera previa a pasar propiamente dicho el control.

2) En esta área junto con tu acompañante, si lo hubiera, y el escolta deberás esperar a que seas solicitado a pasar a la sala/área de procesado. En la sala de espera deberá haber:

   a) Sillas suficientes para todos.

   b) Bebidas individuales precintadas solo para deportistas. Generalmente agua, pero también puede haber isotónicas, etc…

   c) Tú debes elegir entre lo disponible, y si lo prefieres te puedes llevar tu propia bebida o algo para reponer fuerzas.

   d) En la sala de espera puedes consultar tu teléfono móvil, y utilizarlo, pero nunca efectuar fotos del área o de la gente que esta como tú, esperando.

   e) Si necesitas abandonar el área, debes indicárselo al escolta, para que este lo consulte con el ACD, y si están de acuerdo puedas salir acompañado de tu escolta.

3) Por regla general, el orden en el que los deportistas son nombrados para pasar el control es el de llegada, pero si por circunstancias algún deportista tiene ganas de orinar, lo debe indicar para que se adelante su control.

## 2.3. Inicio del proceso de toma de muestra.

Cuando el ACD lo indique, tu acompañante, el escolta y tú, deberéis pasar a una zona apartada de la sala de espera, en donde, con privacidad, deberás comenzar a cumplimentar una serie de formularios.

Los datos referentes al proceso de recogida de muestras se recogerán en el correspondiente *Formulario de Control del Dopaje*. Adicionalmente en caso de toma de muestra sanguínea para ABP, se deberá cumplimentar un *formulario de información complementaria de ABP*, y además si fuese necesario aportar más información relativa a tu control, podrás solicitar un *formulario de información complementaria*.

Todos estos formularios son públicos, están disponibles en la correspondiente edición de BOE y

siempre son aprobados por Resolución del presidente del Consejo Superior de Deportes

Con el formulario de control de dopaje el Agente de control de dopaje te pedirá que te sientes y comenzará a preguntarte datos para completar la sección correspondiente del formulario.

En esta sala sobre una mesa habrá una serie de material de toma de muestra de entre el cual el ACD te pedirá que elijas uno, antes de pasar al servicio a orinar te pedirá que elijas un vaso de recolección. Asegúrate de que esta cerrado en un plástico y que no está roto.

**En la zona de procesado esta terminante prohibido el uso de teléfono móvil, así como efectuar fotografías o grabar las conversaciones**.

### 2.3.1. Control de orina

Antes de pasar al servicio, si es posible debes lavarte las manos sin jabón, el objetivo es evitar posibles manipulaciones. A partir de aquí, en el servicio, con la puerta cerrada:

- ✓ Deberás desnudarte hasta las rodillas, y hasta el pecho, y si llevas manga larga, remangarte.
- ✓ El escolta deberá colocarse en el servicio de tal modo que tenga visión directa de la micción.
- ✓ Saca de la bolsa el vaso, evitando en todo momento tocar por dentro el vaso, colócalo en posición.

- ✓ Debes recoger al menos 90 ml en el vaso de recolección que elegiste, si hay más mejor.
- ✓ Deja el vaso cerrado en algún sitio estable al alcance de tu vista, vístete, y con el vaso en la mano y visible para el escolta, sal del servicio hacia la mesa donde se continua el proceso.
- ✓ De entre los kits de toma de muestra elige uno, y dáselo al Agente de control dopaje.
- ✓ El ACD te pedirá que desprecintes el kit. Debéis comprobar que los dos frascos "A" y "B" tienen igual numeración, quita el plástico precinto, desenrosca el tapón, quita la anilla roja.
- ✓ Divide entre los dos frascos la orina del vaso de recolección. Vierte primero 30 ml en el frasco "B", luego el resto hasta el hombro del frasco "A", y lo que sobre al "B". El ACD te pedirá que dejes un poco para medir la densidad.
- ✓ El ACD te pedirá que te asegures de cerrar adecuadamente los frascos, hasta que suene una especie de "crack". Luego te pedirá que si le dejas que él se asegure de la estanqueidad. Finalmente dejara los frascos por unos instantes boca abajo sobre la mesa para verificar que no hay pérdidas.
- ✓ Si la densidad que se mide es menor de 1.005 g/l (medido con densimetro) o 1.010 g/l (medido con tira reactiva), se deberá activar un proceso de **muestra adicional**.
- ✓ Si se recoge menos de 90 ml se deberá activar un proceso de **muestra parcial**.

### 2.3.1.1. Muestras parciales

Si el volumen recogido en el vaso colector no llega a los 90 ml, se deberá recoger una segunda muestra para completar el volumen. El protocolo que deberás seguir consiste en:

- ✓ Debes elegir una bolsa de precintado.
- ✓ Abrirla, y guardar dentro de la misma el vaso de recolección, bien cerrado, y en posición vertical. Precintar la bolsa.
- ✓ Arrancar una de las matrices de la bolsa, anotar este número en el formulario de toma de muestra.

- ✓ Debes firmar tú y el ACD en la bolsa de precintado**.**

Acompañado de tu escolta volverás a la sala de espera, donde teniendo la precaución de no beber demasiado, y si es posible comer algo, deberás esperar hasta que tengas ganas de miccionar de nuevo.

### 2.3.1.2. Muestras adicionales

Si la densidad de tu muestra de orina es inferior a lo establecido, se deberá recoger una nueva muestra hasta alcanzar una densidad aceptable. Para ello el ACD te pedirá que esperes en la sala de espera con tu escolta, comas algo si te hace falta, evites hidratarte demasiado. Cuando tengas ganas de miccionar de nuevo y haya pasado un tiempo prudencial, al menos una hora, el proceso se repetirá.

## 2.3.2. Control de sangre

Cuando en el mismo control se debe recoger sangre y orina, no existe un orden predefinido, en función de las necesidades se puede hacer uno u otro.

Para la realización de la extracción sanguínea, se debe:

1) Si es un control en competición, esperar al menos 2 horas para un control de pasaporte biológico, se extrae sangre completa, y si es para hormona del crecimiento se debe esperar 1 hora.

2) Adicionalmente en caso de análisis para ABP, cuando entres en la sala de extracción, te sentaras en una silla con los pies apoyados en el suelo durante al menos 10 minutos. Tiempo que se suele aprovechar para ir cumplimentando el Formulario complementario de ABP.

3) Previamente a la extracción el ACD que efectúa la extracción, siempre enfermero o médico, te pedirá que elijas un juego entre el material que le hace falta.

4) Dependiendo del tipo de análisis que te vayamos a efectuar, los tubos son diferentes, pero nunca se superan los 25 ml de sangre extraída repartida entre los diferentes tubos.

5) El ACD te pedirá que indiques en que brazo prefieres la punción.

6) Si por circunstancias, la extracción se bloquea, no se acierta con la vena o hay algún problema con el material, el ACD repetirá el proceso no más de tres veces.

7) Si tras la extracción te sientes mareado, el ACD te pedirá que te tumbes en la camilla durante unos instantes.

Los tubos serán introducidos en sus correspondientes kits para garantizar la integridad hasta su llegada al laboratorio. El transporte a partir de las dos horas de extracción se debe efectuar refrigerado.

## 2.4. Cierre del control

Finalizada la toma de muestra sanguínea y urinaria, el ACD te irá efectuando preguntas para cumplimentar los correspondientes formularios, durante este proceso:

1) Responde siempre tomándote tu tiempo y con tranquilidad.

2) En caso de duda, pregunta antes.

3) Intenta recordar si has podido ingerir sustancias que puedan dar positivo. Existe una aplicación gratis que te puedes descargar desde la WEB de la AEPSAD, **NoDopApp** que permite desde tu móvil conocer las sustancias y las vías por las que dan un caso Adverso.

   Si tomaste algo prohibido, indícalo en el formulario, e inicia cuanto antes la petición de una autorización de uso terapéutico de carácter retroactivo, tienes 10 días.

4) En caso de que necesites mas espacio para cumplimentar medicamentos, tratamientos o simplemente manifestar una queja, existe un formulario de información complementaria a tu disposición.

5) Completados todos los formularios, repasa todo despacio junto al agente, asegúrate por

última vez que los códigos de los frascos y los registrados en el formulario coinciden.

6) No olvides firmar los formularios antes de salir. De todos ellos el ACD deberá darte una copia, o en caso de ser un control con dispositivos electrónicos, recibirás una copia en formato pdf.

## 3. TRANSPORTE AL LABORATORIO

Mientras se encuentren en el área de control del dopaje, el Agente de control del dopaje será responsable del mantenimiento de la identidad, integridad y seguridad de todas las muestras obtenidas. Así como de organizar el transporte al laboratorio, que siempre se deberá efectuar con su correspondiente *formulario de cadena de custodia*.

El ACD, podrá llevar en persona las muestras al laboratorio o entregárselas a una empresa especializada. Sea cual sea el modo utilizado, el proceso deberá ser recogido en un formulario donde:

- ✓ Se registran el conjunto de muestras que se transportan dentro de un paquete/bolsa.
- ✓ Se registran las condiciones de temperatura, solamente la sangre requiere refrigeración.
- ✓ Se registra la sucesión de fechas y horas por las que le paquete va pasando hasta alcanzar el laboratorio o se entrega a la empresa de transporte, en cuyo caso en el formulario aparecerá el código de albarán.

## 4. FIN DEL CONTROL

Por regla general las muestras de orina llegaran al laboratorio en dos o tres días, la sangre debe hacerlo en las 36 horas siguientes a la extracción. Los resultados de las muestras suelen estar disponibles para el deportista que lo solicite en los 20 días siguientes al control. En caso de querer conocer el resultado del control, puedes solicitar que la AEPSAD te cree una cuenta en ADAMS, puesto que en esta pagina web y para tu perfil están cargados todos tus resultados, además puedes aprovechar esta vía para en caso de ser necesario solicitar una Autorización de Uso Terapéutico.

**PUBLICADO POR:**

Agencia Española de Protección de la salud en el deporte
Plaza de Valparaíso, 4
28016 Madrid España
Correo electrónico: educacion@aepsad.gob.es
Web: www.aepsad.gob.es