

COLECCIÓN DE MONOGRAFÍAS
SOBRE PREVENCIÓN DE DOPAJE

1

Guía verdaderamente concreta sobre prescripción y dispensación de medicamentos y de suplementos nutricionales en deportistas

Pedro Manonelles Marqueta
José Luis Terreros Blanco

ÍNDICE

Prólogo	4
Presentación	5
Propósito de la guía	6
Objetivos de la guía	6
Introducción	7
1. El deporte	8
2. El dopaje. Significado	10
3. Las sanciones	16
4. La prescripción.....	28
5. Las sustancias y métodos prohibidos.....	29
6. Los suplementos nutricionales.....	33
7. ¡Cómo prescribir!	36
8. ¡Cuidado!	42
9. Errores frecuentes	44
10. Referencias bibliográficas	45
11. Referencias electrónicas	46
Anexo 1. Lista de sustancias y métodos prohibidos en el deporte	47
Anexo 2. Recomendaciones sobre uso de suplementos dietéticos y ayudas ergogénicas para prevenir el dopaje de la sociedad española de medicina del deporte y de la agencia española de protección de la salud en el deporte	60

PRÓLOGO

Para la Universidad Católica San Antonio de Murcia, que tengo el honor de presidir, es un doble motivo de satisfacción y de orgullo presentar esta publicación.

En primer lugar, por la alegría que siempre supone la edición de un nuevo libro. La segunda, porque este libro es el inicio de una serie de publicaciones relacionadas con un tema que esta Universidad considera de enorme trascendencia, como es la lucha contra el dopaje.

Esta colección corrobora el firme compromiso de la UCAM con la necesidad de dotar a los profesionales que trabajan en el deporte, en este caso los médicos, de herramientas que hagan más fácil su compleja labor profesional en este ámbito del deporte tan complicado y tan peligroso como es el dopaje.

La Fundación Universitaria San Antonio es una entidad fundamentada en los valores de la formación cristiana, humana y profesional que comulga con los principios morales del Evangelio. Desde el hondo arraigo cristiano entiende que el deporte debe ser un instrumento al servicio del desarrollo y progreso cultural, social y humano, y por ello considera que el deporte debe ser realizado desde los principios del “espíritu deportivo”, esencia del olimpismo.

Considero que esta obra es una aportación de gran utilidad para médicos que trabajan con deportistas y que, además tienen que tratar sus lesiones y enfermedades, pero sin poner en riesgo su trayectoria deportiva.

Quiero felicitar a la Cátedra Internacional de Medicina del Deporte y, muy especialmente, al Director de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, Dr. D. José Luis Terreros, por el trabajo y la dedicación que han derrochado para aportar sus conocimientos y experiencia en la excelente obra que tengo el placer de prologar.



José Luis Mendoza Pérez
Presidente de la UCAM

PRESENTACIÓN



Pedro Manonelles Marqueta

Director y Catedrático
Extraordinario de la Cátedra
Internacional de Medicina
del deporte de la UCAM

La **Cátedra Internacional de Medicina del Deporte de la UCAM**

tiene, entre sus funciones, la de prevención del dopaje entre todos sus integrantes, objetivo que comparte con la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, aunque la responsabilidad de esta última, se extiende a prácticamente todo el deporte español.



José Luis Terreros Blanco

Director de la Agencia
Española de Protección de la
Salud en el Deporte

Esta comunión de responsabilidades y objetivos hace que las vías de colaboración entre la AEPSAD y la UCAM no sólo sean muchas, sino muy satisfactorias y productivas.

Los autores de este libro somos médicos y especialistas en Medicina de la Educación Física y el Deporte, nexo que nos une además de nuestra amistad, lo que hace mucho más fácil la realización de muchas empresas comunes.

Muchas veces, para el médico práctico es difícil tener una comprensión clara de textos reguladores tan complejos como son los Códigos Mundiales Antidopaje, sin embargo, en estos textos se esconden obligaciones cuyo incumplimiento puede tener consecuencias graves para el médico y para el paciente. El primero de enero de 2021 entrará en vigor un nuevo Código, en este sentido, la Cátedra Internacional de Medicina del Deporte de la UCAM ha querido que la primera entrega de la colección de monografías sobre prevención de dopaje, sea esta **“Guía verdaderamente concreta sobre prescripción y dispensación de medicamentos y de suplementos nutricionales en deportistas”**, entendiendo que el papel del médico en la prescripción adecuada de medicamentos y de suplementos nutricionales es primordial para evitar una forma traicionera de dopaje, como es el dopaje accidental.

El título es definitorio y esperamos que responda fielmente a su pretensión, a saber, que sea una guía que permita al facultativo prescribir a su paciente deportistas, pero sin incurrir en infracciones contra el dopaje, que sea concreta, es decir, que no se extienda innecesariamente en lo no fundamental y que obedezca fielmente a las normas que hay que seguir para una buena prescripción

Esperamos que este libro sirva para lograr un deporte libre de dopaje.