



Em caso de dúvida, consulte o seu médico assistente, o médico da sua Federação, o site da ADoP na Internet ([www.ADoP.pt](http://www.ADoP.pt)) ou ligue para a linha azul de informação antidopagem 808 229 229.

Os medicamentos podem conter substâncias proibidas no desporto. Em caso de dúvida, sugira ao seu médico que consulte o motor de busca **JOGO LIMPO** no site da ADoP na Internet ([www.ADoP.pt](http://www.ADoP.pt)) ou que ligue para a linha azul de informação antidopagem 808 229 229.

Não se esqueça que é muito importante informar o seu médico sobre a sua condição de praticante desportivo. Para as substâncias que necessitam de solicitação de Autorização de Utilização Terapêutica (AUT) à ADoP, deverão ser utilizados os impressos fornecidos pela Autoridade Antidopagem de Portugal (pode descarregar as versões atualizadas em vigor em [www.ADoP.pt](http://www.ADoP.pt)) que devem ser posteriormente enviados por (Fax 217 977 529) à referida Autoridade. Se for sujeito a um controlo de dopagem, deverá declarar no Formulário de Controlo de Dopagem os medicamentos e produtos, incluindo os suplementos nutricionais, que lhe foram administrados nos últimos 7 dias.

Tenha cuidado com alguns produtos vendidos através da Internet, em lojas de produtos dietéticos ou em grandes superfícies comerciais, pois podem conter substâncias proibidas. Antes de utilizar estes produtos, consulte a ADoP. A lista de substâncias e métodos proibidos pode variar conforme a Federação. Em caso de dúvida, consulte a sua Federação. Note que alguns medicamentos banais utilizados nas constipações e gripes podem conter substâncias proibidas.

## RECOMENDAÇÕES E PRECAUÇÕES

Autoridade Antidopagem de Portugal



Comissão do Desporto de Portugal



Comissão de Atletas Olímpicos



COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL



COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL



INSTITUTO PORTUGUÊS DE JUVENTUDE, L.P.



## LISTA DE SUBSTÂNCIAS E MÉTODOS PROIBIDOS I de janeiro de 2016

### SUBSTÂNCIAS PROIBIDAS:

#### SUBSTÂNCIAS NÃO APROVADAS OFICIALMENTE

ex: Substâncias sob desenvolvimento pré-clínico ou clínico, ou que foram descontinuadas.

**AGENTES ANABOLISANTES** ex: Androstenediol, Androstenediona, Nandrolona, Estanazolol, Testosterona, Clombuterol, Zeranol e substâncias com estrutura química ou efeitos biológicos similares.

#### HORMONAS PEPTÍDICAS, FATORES DE CRESCIMENTO E SUBSTÂNCIAS RELACIONADAS

Agentes estimulantes da eritropoiese (EPO, CERA, etc.), Gonadotrofina Coriônica, LH, Corticotrofinas, Hormona do Crescimento e Fatores de Crescimento, incluindo os seus fatores de libertação e substâncias com estrutura química ou efeitos biológicos similares.

**BETA-2 AGONISTAS:** Todos os Beta-2 Agonistas, exceto o Formeterol, o Salbutamol e o Salmeterol por via inalatória. Todos os outros Beta-2 Agonistas requerem uma solicitação de Autorização de Utilização Terapêutica (AUT).

#### MODULADORES HORMONAIIS E METABÓLICOS

ex: Inibidores da Aromatase, Clomifeno, Insulinas, GW1516, Ciclofenilo, Tamoxifeno. O Meldonium (mildronato) é proibido.

#### DIURÉTICOS E OUTROS AGENTES MASCARANTES

ex: Diuréticos (ex: Furosemida, Hidroclorotiazida, Triamtereno), Epitestosterona, Probenecide, Expansores do Plasma.

**ESTIMULANTES\*** ex: Anfetaminas, Bromatán, Cocaína, Efe-

drina, Metilhexanamina, Pseudoefedrina e outras substâncias com estrutura química ou efeito biológico similares.

**NARCÓTICOS\*** ex: Diamorfina (heroína), Morfina, Petidina.

**CANABINÓIDES\*** ex: Haxixe, Marijuana e similares sintéticos.

#### GLUCOCORTICÓIDES

São proibidos por via oral, retal ou por injeção intravenosa ou intramuscular. Todas as outras vias de administração são permitidas.

#### MÉTODOS PROIBIDOS:

#### MANIPULAÇÃO DO SANGUE E DE COMPONENTES DO SANGUE

ex: Dopagem sanguínea e produtos com capacidade para aumentar a captação, o transporte e a libertação de oxigénio, manipulação intravascular do sangue ou dos componentes do sangue.

#### MANIPULAÇÃO QUÍMICA E FÍSICA

Adulteração ou tentativa de adulteração das amostras (ex: proteases), infusões intravenosas.

#### DOPAGEM GENÉTICA

#### SUBSTÂNCIAS PROIBIDAS EM ALGUNS

#### DESPORTOS EM PARTICULAR:

#### ÁLCOOL\*

#### BETABLOQUEANTES\*

ex: Atenolol, Acebutolol, Propanolol e substâncias com estrutura química ou efeitos biológicos similares.

\* Proibidos apenas em competição.

# EXEMPLOS DE SUBSTÂNCIAS PERMITIDAS E PROIBIDAS

## ANTIBIÓTICOS

PERMITIDOS: Todos

PROIBIDOS: Nenhum

## ANTIDIARREICOS

PERMITIDOS:

Difenoxilato sem atropina

Loperamida

Produtos contendo eletrólitos

PROIBIDOS:

Produtos contendo opiáceos

(ex: morfina, petidina, pentazocina)

## ANTI-ASMÁTICOS

PERMITIDOS:

Beclometasona

Cromoglicato de sódio

Dexametasona\*

Formoterol\*

Salbutamol\*

Salmeterol\*

\* Permitido sob a forma inalatória.

PROIBIDOS:

Produtos contendo efedrina e todos os beta-2 agonistas (exceto formeterol, salbutamol e salmeterol por via inalatória)\*\*

\*\* Todos os outros beta-2 agonistas necessitam de uma autorização de utilização terapêutica.

## ANTIÁLGICOS E ANTI-INFLAMATÓRIOS

PERMITIDOS:

Ácido acetilsalicílico

Anestésicos locais

Anti-inflamatórios não esteróides (todos)

Codeína

Glucocorticóides\*\*\*

Paracetamol

\*\*\* A administração de glucocorticóides é proibida por via sistêmica (oral, retal ou por injeção intravenosa ou intramuscular). A sua utilização requer uma aprovação de Autorização de Utilização Terapêutica (AUT). Todas as outras vias de administração (intra-articular/periarticular/peritendinosa/epidural/por injeção dérmica, por inalação e as preparações tópicas para tratamento de patologias do foro dermatológico (incluindo ionoforese e fonoforese), auricular, nasal, oftalmológico, bucal, gengival e perianal) não necessitam de qualquer Autorização de Utilização Terapêutica (AUT).

PROIBIDOS:

Produtos contendo opiáceos

(ex: morfina, petidina, pentazocina)

Glucocorticóides por via sistêmica

## ANTIEMÉTICOS (contra os vômitos)

PERMITIDOS:

Domperidona

Metoclopramida

## ANTIALÉRGICOS

PERMITIDOS:

Antihistamínicos

Colírios contendo cromoglicato de sódio

Sprays nasais contendo glucocorticóides

PROIBIDOS:

Produtos contendo efedrina e pseudoefedrina

## DESCONGESTIONANTES NASAIS

PERMITIDOS:

Oximetazolina

Tetrahidrozolina

Xilometazolina

PROIBIDOS:

Produtos contendo efedrina e pseudoefedrina

## ANTITÚSSICOS (contra a tosse)

PERMITIDOS:

Inalações com mentol

Xaropes com antihistamínicos

Xaropes com codeína

PROIBIDOS:

Produtos contendo clenbuterol e efedrina

## ANTI-HIPERTENSORES

PERMITIDOS:

Bloqueadores dos canais de cálcio

Inibidores da enzima de conversão da angiotensina

PROIBIDOS:

Beta-bloqueantes, diuréticos

**AVISO:** As substâncias supra mencionadas representam apenas exemplos de substâncias proibidas ou permitidas. Deve sempre consultar o seu médico assistente e, em caso de dúvida ou se necessitar de mais esclarecimentos, poderá telefonar para Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP): **808 229 229** (LinhaAzul).