



TrueSport®

2019

TARJETA PARA LA BILLETERA

2019 DE LA
AGENCIA ANTIDOPAJE
DE LOS EE.UU.

**EJEMPLOS DE SUSTANCIAS Y MÉTODOS
PROHIBIDOS Y PERMITIDOS**

En vigor del 1º de enero al 31 de diciembre de 2019

CATEGORÍAS DE SUSTANCIAS **PROHIBIDAS** EN TODO MOMENTO (DENTRO Y FUERA DE LA COMPETICIÓN)

- **Sustancias no aprobadas:** medicamentos de investigación y productos farmacéuticos sin la aprobación para uso terapéutico humano de una autoridad gubernamental reguladora de la salud
- **Agentes anabólicos:** androstenediol, androstenediona, bolasterona, boldenona, clenbuterol, danazol, desoximetiltestosterona (madol), dehidroclorometiltestosterona (DHCMT), Prasterona (dehidroepiandrosterona, DHEA, intrarosa) y sus prohormonas, drostanolona, epitestosterona, metasterona, metil-1-testosterona, metiltestosterona (covaryx, EEMT, estrógenos est-Metiltest DS, metitest), nandrolona, oxandrolona, prostanazol, andrógeno selectivo Moduladores de receptores (enobosarm, (ostarina, MK-2866), andarina, LGD-4033, RAD-140). estanozolol, testosterona y sus metabolitos o isómeros (Androgel), THG, tibolona, trembolona, zeranol, zilpaterol y sustancias similares.
- **Agonistas beta-2:** Están prohibidos todos los agonistas beta-2 selectivos y no selectivos, incluidos todos los isómeros ópticos. Está prohibida la mayoría de los agonistas beta-2 inhalados, lo que incluye arformoterol (Brovana), fenoterol, higenamina (norcoclaurina, Tinospora crispa), indacaterol (Arcapta), levalbuterol

(Xopenex), metaproterol (Alupent), orciprenalina, olodaterol (Striverdi), pirbuterol (Maxair), terbutalina (Brethaire), vilanterol (Breo). Las únicas excepciones son el albuterol, el formoterol y el salmeterol mediante un inhalador de dosis fija cuando se utiliza en una determinada dosis, y siempre y cuando usted no esté tomando diuréticos o agentes enmascaradores. Vea en el otro lado más información sobre el muy limitado uso permitido de estas tres sustancias.

• **Diuréticos y agentes enmascaradores:** (vea la Advertencia sobre Diuréticos en el reverso):

Administración intravenosa de albúmina, dextran, hetaalmidón y manitol; acetazolamida, amilorida, bumetanida, canrenona, clortalidona, clorotiazida, desmopresina (DDAVP), eplerenona, furosemida, hidroclorotiazida (HCTZ, Aldactazida, Diovan-HCT, Dutoprol, Hyzaar, loproressor-HCT, Maxzide, Zestoretic), indapamida, metolazona, probenecid, espironolactona, tolvaptán, conivaptán y expansores del plasma o diuréticos afines; **Excepciones:** se permiten las gotas oftálmicas de brinzolamida o dorzolamida, drosperinona, pamabrom y el uso local de felipressia en un procedimiento dental.

• **Moduladores hormonales y metabólicos:**

Inhibidores de la aromatasas: aminoglutetimida anastrozol (Arimidex), androstenetriona (6-oxo), arimistano, exemestano (Aromasin), formestano, letrozol (femara), testolactona; Moduladores selectivos del receptor de estrógeno (SERM) y anti-estrógenos:

clomifeno, ciclofenil, fulvestrant, ospemifene, raloxifeno, tamoxifeno, toremifeno; **Agentes que impiden la activación del receptor IIB de Activina;** **Moduladores metabólicos:** activadores de la proteína quinasa activada por AMP (AICAR) y agonistas PPAR δ (GW 1516); insulina (Humalog, Lantus, Levemir, Novalog, Regular) y miméticos de la insulina; meldonio (Mildronato); trimetazidina.

• **Hormonas peptídicas, factores de crecimiento, sustancias relacionadas y miméticos**, y todos los factores de liberación: corticotropinas (Cortrosin, Acthar HP), hormona del crecimiento y sus factores de liberación y análogos (hGH, GHRH, péptidos liberadores de GH, secretagogos de la hormona del crecimiento, macimorelina, somatropina).

Prohibidos en VARONES SOLAMENTE: gonadotrofina coriónica (CG, hCG, Ovidrel) y hormona luteinizante (LH), goserelina, leuprolida (Lupaneta, Lupron);

Agonistas del receptor de la eritropoyetina: eritropoyetina (EPO, Epogen, Procrit), EPO-Fc, darbepoyetina (dEpo, Aranesp), inhibidores de GATA, luspatercept, metoxi-polietilenglicol-epoyetina beta (CERA), peginesatida (Omontys), sotatercept;

estabilizadores y activadores del factor hipoxiainducible (HIF): argón, cobalto, molidustat, xenón; roxadustat; **Factores del crecimiento:** fibroblasto (FGF), hepatocito (HGF), similares de la insulina (IGF-1, mecasemina), mechano (MGF),

derivado de plaquetas, vascular-endotelial y cualquier otra síntesis o degradación de proteínas que afecte a los músculos, tendones o ligamentos, vascularización, utilización de la energía, capacidad regenerativa o cambio de tipo de fibra. **Excepción:** Las preparaciones de plasma derivado de plaquetas (por ej., PRP) no están prohibidas.

MÉTODOS PROHIBIDOS EN TODO MOMENTO (DENTRO Y FUERA DE COMPETICIÓN)

- **Manipulación de sangre y componentes de la sangre:** a) **Dopaje sanguíneo:** La administración o reintroducción de sangre autóloga, alógena o heteróloga, o glóbulos rojos de cualquier origen; cualquier forma de manipulación intravascular de la sangre o componentes sanguíneos por medios físicos o químicos; b) **Transporte de oxígeno:** mejorar artificialmente la captación, el transporte o la entrega de oxígeno, incluidos, entre otros, perfluoroquímicos, efaproxiral (RSR13), oxígeno intravenoso y productos de hemoglobina modificada (por ej., sustitutos de la sangre basados en hemoglobina, productos de hemoglobina microencapsulada). **Excepción:** Se permite la inhalación de oxígeno suplementario.
- **Manipulación química y física:**
 - Alteración, o intento de alteración, a fin de alterar la integridad o validez de las muestras: sustitución o

adulteración de orina (por ej., proteasas añadidas a la muestra).

– Infusiones o inyecciones intravenosas (IV) Las infusiones o inyecciones intravenosas (IV) de cualquier sustancia de más de 100 mL en cualquier período de 12 horas están prohibidas a menos que se utilicen legítimamente durante un tratamiento hospitalario, un procedimiento quirúrgico o una investigación diagnóstica clínica.

• **Dopaje genético y celular:** La edición genética, el uso de polímeros o ácidos nucleicos o análogos de los mismos, o el uso de células normales o genéticamente modificadas para mejorar el rendimiento.

CATEGORÍAS DE SUSTANCIAS PROHIBIDAS SÓLO DENTRO DE LA COMPETICIÓN)

• **Estimulantes:** El uso de epinefrina* (adrenalina) o autoinyector de epinefrina requiere la presentación de una TUE de emergencia después del tratamiento; anfetamina, armodafinilo (Nuvigil), benzfetamina, catinona y análogos, cocaína, dexamfetamina (Focalin), dextroanfetamina (Adderall, Dexedrina, Mydayis, ProCentra, Zenzedi), 1,3-dimetilbutilamina (DMBA, citrato de AMP, 4-amino-2-metilpentano), efedra (Mahuang), efedrina*, isometepteno, lisdexanfetamina (Vyvanse), metanfetamina (Desoxyn), metilhexaneamina

(4-Metilhexan-2-Amina, DMAA, Geranamine) y análogos metilsinefrina (oxilofrine), metilfenidato (Concerta, Daytrana, Metadate, Metilin, Quillivant XR, Ritalin), modafinilo, octopamina "naranja amarga", pemolina, fenetilamina y derivados, fentermina (Bontril, Adipex), pseudoefedrina*, selegilina (Eldepryl), sibutamina y sustancias relacionadas.

Vea la advertencia de diuréticos y umbrales en el otro lado.

• **Narcóticos:** Buprenorfina, (Buprenex, Butrans, Suboxone, Subutex) dextromoramida, fentanilo y sus derivados, heroína (diamorfina), hidromorfona, meperidina, metadona, morfina, nicomorfina, opio (supositorio ByO), oxicodona (Oxy IR, Oxycontin, Percocet), oximorfona, pentazocina, petidina (meperidina, Demerol).

• **Cannabinoides:** Cannabinoides naturales (por ej., cannabis, hachís, marihuana); cannabinoides sintéticos (por ej., Delta-9-THC sintético (Dronabinol)); cannabimiméticos (por ej., "Spice", JWH-018, JWH-073, HU-210). El carboxy-THC está sujeto a un umbral urinario de 150 ng/mL.

Los productos de cáñamo y el CBD pueden contener THC detectable. Consuma estos productos bajo su propio riesgo.

* sustancia umbral – vea [USADA.org/prohibited-list](https://www.usda.gov/prohibited-list) para obtener más información sobre los estimulantes y el programa de monitoreo

- **Glucocorticoides:** cortisona, dexametasona, fludrocortisona, metilprednisolona, prednisona; se prohíbe el uso sistémico (es decir, intramuscular, intravenoso, oral, rectal o en supositorio). El uso tópico, las inyecciones locales intraarticulares (como la cortisona que se inyecta directamente en la articulación), la inyección epidural local y el uso mediante inhalación no están prohibidos (vea el reverso).

ADVERTENCIA: USADA no predice el tiempo de eliminación de los medicamentos de la orina o la sangre para las personas. Si no está seguro de si los medicamentos prohibidos en la competencia se eliminarán de su sistema para el momento de competir, se le anima a solicitar una TUE antes de la competencia.

CATEGORÍAS DE SUSTANCIAS PROHIBIDAS EN ALGUNOS DEPORTES EN PARTICULAR

(Sólo prohibidos por determinadas Federaciones Internacionales. Consulte el Manual del atleta de USADA o la Lista de prohibiciones de WADA actual para obtener más información sobre deportes concretos.)

- **Betabloqueantes:** acebutolol, atenolol, bisoprolol, carvedilol, esmolol, labetalol,

metoprolol, nadolol, pindolol, propranolol, sotalol, timolol y sustancias afines

SUPLEMENTOS DIETÉTICOS

Muchos suplementos dietéticos (vitaminas, minerales, aminoácidos, preparados homeopáticos, hierbas, bebidas energéticas) pueden contener sustancias que están en la lista de prohibiciones de WADA y estas sustancias prohibidas no pueden aparecer en la etiqueta de datos del suplemento. Las pruebas analíticas han revelado la presencia de muchos ingredientes prohibidos en los productos que se comercializan como suplementos dietéticos.

Como ejemplos de sustancias tenemos:

AMP, AMP-citrato, 1-Andro, 1-DHEA, 7-Keto-DHEA, DMAA, DMBA, DMHA, PEA, N, N-dimetilfenetilamina y compuestos afines, higenamina, Metilfenetilamina (oxilofrina), Ostarina y muchas más.

Siempre haga referencia a la **Lista de alto riesgo** de **Supplement411.org** para productos específicos que contengan sustancias prohibidas. El uso de cualquier suplemento se hace bajo su propio riesgo.

EJEMPLOS DE MEDICAMENTOS QUE ESTÁN PERMITIDOS

Si sólo aparece una marca, el genérico también está permitido.

- **Acné:** peróxido de benzoilo tópico, ácido salicílico. La ESPIRONOLACTONA ESTÁ PROHIBIDA
- **Anestésicos:** benzocaína, novocaína, septocaína, lidocaína (Xilocaína), los agentes anestésicos locales que contienen epinefrina (adrenalina) administrados de modo local (intradérmico, nasal, oftálmico) están permitidos.
- **Antiácidos o para úlcera estomacal:** Aciphex, Axid, Carafate, Gaviscon, Kapidex, Milanta, Maalox, Nexium, Pepcid, Prevacid, Prilosec, Protonix, Tagamet, Tums, Zantac
- **Ansiolíticos:** alprazolam (Xanax), Atarax, Ativan, Buspar, diazepam (Valium), Librium, Valium, Vistaril
- **Antibióticos:** carbopenemas, cefalosporinas, doxiciclina, fluoroquinolonas, eritromicinas, metronidazol, penicilinas y derivados, rifampicina, sulfas, vancomicina
- **Antidepresivos o estabilizadores del estado de ánimo:** Abilify, Celexa, Cymbalta, Elavil, Effexor, Lexapro, Lithium,

Paxil, Pristiq, Prozac, Risperdal, Seroquel, Wellbutrin, vitamina B-12, Zoloft

- **Antidiabético:** exenatida (Byetta), dulaglutida (trulicity), glimiprida (Amaryl), glipizida (Glucotrol), glyburida, metformina (Glucophage), linagliptina, pioglitazona (Actos), Zyprexa

- **Antidiarreico:** Difenoxilato/atropina (Lomotil, Lonox), Imodium AD (loperamida), caolín/pectina, Kaopectate, Pepto-Bismol

- **Antifúngico:** clotrimazol (Lotrimin), Cruex, Desenex, Diflucan, Kerydin, ketoconazol, Jublia, terbinafina (Lamisil), Micatin, Monistat, Micostatin, tolnaftato (Tinactin)

- **Antieméticos y antivértigo:** Compazine, difenhidramina, Dramamina, Emetrol, meclizina (Antivert, Bonine), Fenergan, escopolamina, Zofran

- **Antiviral:** Abreva, aciclovir, Eplusa, Famvir, stavudina, Tamiflu, Truvada, Valtrex, Zepatier

- **Asma:** cromolín sódico (Intal), ipratropio, montelukast (Singulair), nedocromilo, teofilina, tiotropio (Spiriva), Xolair **Ciertos agonistas beta-2 por inhalador de dosis fija solamente. El uso de un nebulizador para cualquier agonista beta-2 requiere una TUE:** Advair, Combivent, Foradil, Perforomist ProAir, Proventil, Ventolín, Dulera, Serevent, Symbicort; Salbutamol inhalado (albuterol): sin superar los 800 microgramos cada

12 horas; formoterol inhalado: dosis máxima administrada de 54 microgramos a lo largo de 24 horas; salmeterol inhalado: máximo de 200 microgramos durante 24 horas. Se presume que la presencia en orina de salbutamol por encima de los 1000 ng/mL o formoterol por encima de los 40 ng/mL no es un uso terapéutico previsto de la sustancia y se considerará como un hallazgo analítico adverso (AAF), a menos que el atleta demuestre, mediante un estudio farmacocinético controlado, que el resultado anormal fue consecuencia del uso de la dosis terapéutica (por inhalación) hasta la dosis máxima indicada anteriormente. **Véase también *Advertencia de diuréticos y umbrales.***

- **Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDA o TDAH):** guanfacina (Intuniv), atomoxetina (Strattera)
- **Cannabidiol:** Epidiolex
- **Colesterol:** estatinas, Repatha, Tricor
- **Resfriado/alergia/tos:** Hay muchos productos para el resfriado y la gripe, y sus formulaciones cambian con frecuencia. Es esencial revisar la situación de cada ingrediente activo del producto antes de tomarlo. Se permiten los siguientes: dextrometorfano, Flonasa, guaifenesina, loratadina, gota de ojos o aerosol nasal de nafazolina, oximetazolina, fenilefrina, prometazina,

tetrahidrozolina y Tussinex. **Precaución:** Vea el reverso para la pseudoefedrina (a menudo en formulaciones "no soñolientas" o "D").

- **Anticonceptivos:** progestinas (desogestrel, dienogest, drospirenona, diacetato de etinodiol, etonogestrel, levonorgestrel, medroxiprogesterona, noretindrona, norgestrel, norgestimato) solas o en combinación con estrógenos (etinil estradiol, valerato de estradiol), DIU de progestina
- **Preparaciones para el oído:** Auralgan, Auro-Dri, Cerumenex, Ciprodex, Debrox, Murine, Otic Domeboro y todos los antibióticos óticos
- **Preparaciones para los ojos:** Alex, lágrimas artificiales, Murine Plus, gotas oftálmicas de nafazolina, Nafcón-a, Neo-sinefrina, Patanol, Pred-Forte, oximetazolina, Relief, tetrahidrozolina, Vasocon-a, Visina y todos los antibióticos oftálmicos
- **Medicamentos para el corazón:** Aspirina, atorvastatina, Avapro, clonidina, clopidogrel, diltiazem, eliquis, lisinopril, Norvasc, warfarina, xarelto. **Precaución,** algunos medicamentos para el corazón contienen diuréticos como la hidroclorotiazida (HCTZ), que está prohibida.
- **Hemorroides:** Tucks Anti-Itch, Preparation H, glucocorticoides tópicos. **Precaución:** la crema insertada por vía rectal o los supositorios glucocorticoides están prohibidos en competencia.

- **Terapia de reemplazo hormonal:** estrógenos o progestinas, solos o en combinación **Precaución:** las terapias de reemplazo hormonal que contienen andrógenos están prohibidas.
- **Laxante o ablandador de heces:** Colace, Correctol, Dulcolax, Ex-Lax, Fibercon, Fleet Enema, Metamucil, Miralax, sennosides, Senokot, Senokot-S
- **Relajante muscular:** Baclofeno, ciclobenzaprina, Norflex, Robaxin, Skelaxin, Soma, Zanaflex
- **Dolor o antiinflamatorio:** acetaminofén (Tylenol), aspirina, celecoxib (Celebrex), codeína (T#3, T#4), diclofenaco (Voltarén), Gabapentina, hidrocodona (Norco, Vicodin), ibuprofeno (Advil), ketorolaco (Toradol), meloxicam (Mobic), naproxeno (Aleve), pregabalina (Lyrica), tapentadol (nucynta), tramadol (Ultram, Ultracet), piroxicam (Feldene)
- **Sedantes o auxiliares del sueño:** Ambien, Ambien CR, Ativan, Dalmane, difenhidramina (Compoz, Sominex, zzzQuil), Lunesta, Nytol, Restoril, Rozerem, Sonata, trazodona, Unisom
- **Tópicos:** Aspercreme, Ben-Gay, capsaicina, Flex-All, Icy Hot Balm, Myoflex Cream, Sportscreme, Vicks Vaporub, Zostrix, Zovirax, corticosteroides tópicos
- **Vacunas:** Varicela, difteria, H1N1, hepatitis, VPH (Gardasil), influenza (Fluzone, Flumist), MMR,

menigocócica, tos ferina, neumococo (Pneumovax), polio, rabia, rotavirus, tuberculosis, tétanos, tifoidea, DTaP (tétanos, tos ferina, difteria), fiebre amarilla

• **Preparaciones vaginales:** AVC, Femstat, Gyne-Lotrimin, MetroGel, Monistat, Mycelex, Mycostatin, Terazol, Vagistat

EXENCIONES DE USO TERAPÉUTICO

Se requiere una exención de uso terapéutico (TUE) aprobada antes de usar una sustancia o método prohibidos en el deporte con el fin de evitar una infracción de la regla antidopaje. Revise las reglas y procedimientos de WADA, USADA y su respectiva Federación Internacional para presentar solicitudes de TUE.

Advertencia de diuréticos y umbrales: El uso de cualquier cantidad de una sustancia sujeta a límites de umbral (es decir, formoterol, salbutamol, catina, efedrina, metilefedrina y pseudoefedrina) en conjunción con un diurético u otro agente enmascarador requiere una TUE tanto para la sustancia umbral COMO para el agente diurético o enmascarador. Esto es cierto incluso si está utilizando una "sustancia umbral" bajo el umbral permitido o según lo prescrito.

ATHLETE EXPRESS

Esta tarjeta no es una versión completa de la Lista de Prohibiciones de la Agencia Mundial Antidopaje (WADA), pero incluye ejemplos de sustancias que están prohibidas, así como las que están permitidas. La lista puede estar sujeta a cambios.

Revise el estado de sus productos y métodos:

1. Lista de prohibiciones de WADA 2019 (USADA.org)
2. Investigue su medicamento GlobalDRO.com
3. Investigue sus suplementos Supplement411.org
4. Comuníquese con Athlete Express® athleteexpress@USADA.org para obtener más información sobre sustancias prohibidas o llame al **(719) 785-2000** (internacional) o al **(866) 601-2632** (sin costo)

Esta traducción no es oficial. La versión oficial de la Tarjeta de Información es la versión en Inglés, publicado en la página web de USADA a USADA.org. En caso de que haya cualquier inconsistencia entre la versión en Inglés y la versión traducida de esta Tarjeta, la versión en Inglés prevalecerá.





TrueSport®

WWW.USADA.ORG

Vigente a partir del 1º de enero de 2019

© 2019 Agencia Antidopaje de los EE.UU. El material contenido en este documento no puede ser reproducido, distribuido, transmitido o utilizado de otra manera, excepto con el permiso expreso por escrito de la Agencia Antidopaje de los EE. UU.