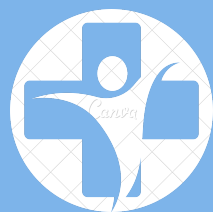


SO SUBSTÂNCIAS NÃO APROVADAS

Incluem quaisquer substâncias sem aprovação para uso humano, como drogas em desenvolvimento, compostos experimentais ou produtos destinados a uso veterinário. Exemplos incluem “designer drugs” e fármacos ainda em fase clínica.



**ESTAS SUBSTÂNCIAS SÃO PROIBIDAS DEVIDO AO
DESCONHECIMENTO SOBRE SEGURANÇA, DOSAGEM E
EFEITOS, PODENDO CAUSAR FALÊNCIA ORGÂNICA,
REAÇÕES TÓXICAS GRAVES OU DANOS IRREVERSÍVEIS.**

S1

AGENTES

ANABOLIZANTES



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Incluem esteróides anabolizantes androgénicos (ex.: testosterona sintética, estanozolol, metenolona) e outros agentes com efeitos semelhantes que aumentam artificialmente a massa muscular, força e recuperação.



IMAGEM DE FREEPICK

CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: ALTERAÇÕES GRAVES NO FÍGADO, PROBLEMAS CARDIOVASCULARES (EX.: ENFARTE), INFERTILIDADE, ACNE SEVERA, AGRESSIVIDADE AUMENTADA E ALTERAÇÕES HORMONAIIS PROFUNDAS.

LISTA PROIBIDA DA WADA: **GUIA RÁPIDO** **PARA JOVENS ATLETAS**



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL



O essencial sobre substâncias e métodos proibidos,
explicado de forma simples e clara.

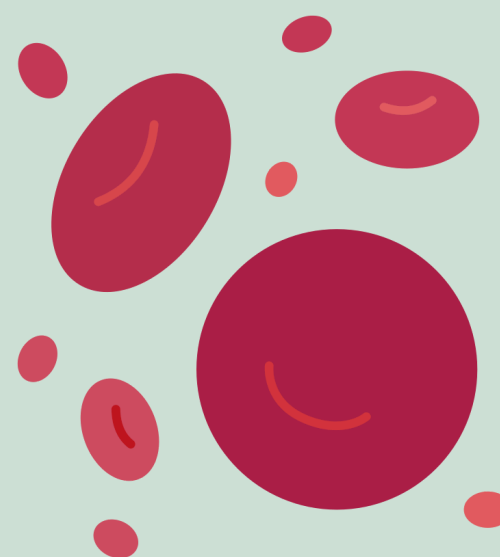
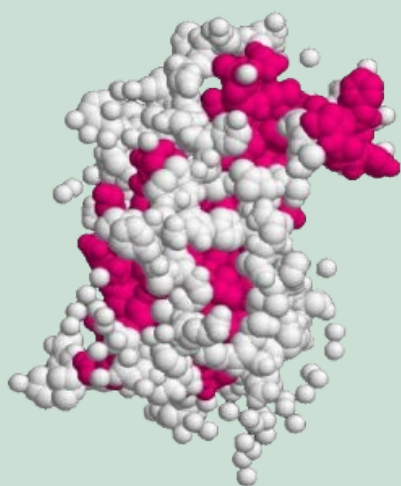
S2



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

HORMONAS PEPTÍDICAS, FATORES DE CRESCIMENTO E SUBSTÂNCIAS RELACIONADAS

Incluem substâncias como EPO, hormona de crescimento (GH) e análogos, que afetam a produção de glóbulos vermelhos, o crescimento celular ou o metabolismo.



CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: RISCO ACRESCIDO DE TROMBOSES, AVC, AUMENTO DESCONTROLADO DE TECIDOS (INCLUINDO TUMORES), HIPERTENSÃO E DESEQUILÍBRIOS METABÓLICOS SEVEROS.

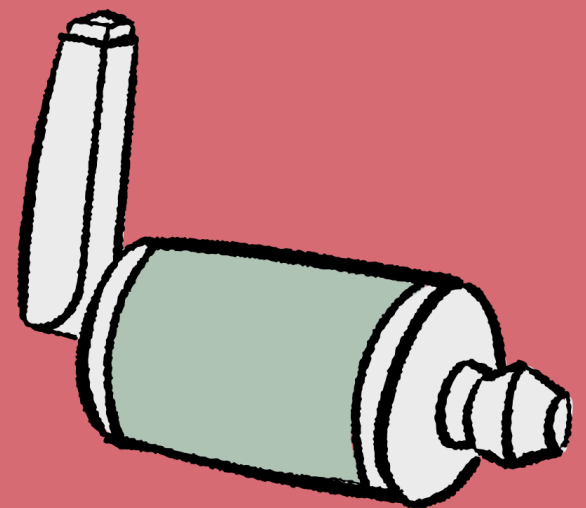
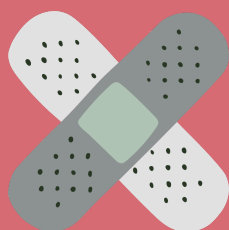
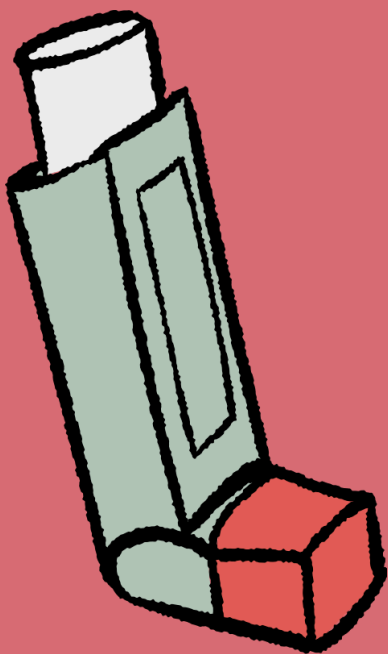
S3

BETA-2 AGONISTAS



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Fármacos que podem aumentar a capacidade pulmonar, reduzir fadiga e melhorar o desempenho. São proibidos, exceto os mencionados na "Lista", nas doses indicadas e com prescrição médica



**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: TAQUICARDIA, TREMORES,
ANSIEDADE, ARRITMIAS E RISCO DE COLAPSO
CARDIOVASCULAR**

S4

MODULADORES HORMONAIIS E METABÓLICOS

Incluem fármacos que alteram o efeito das hormonas (ex.: moduladores de estrogénio, inibidores de aromatase, agentes metabólicos usados para diabetes tipo 2)



CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: DISFUNÇÕES HORMONAIIS SEVERAS, OSTEOPOROSE, ALTERAÇÕES METABÓLICAS PROFUNDAS, INFERTILIDADE E RISCO AUMENTADO DE CERTOS TIPOS DE CANCRO

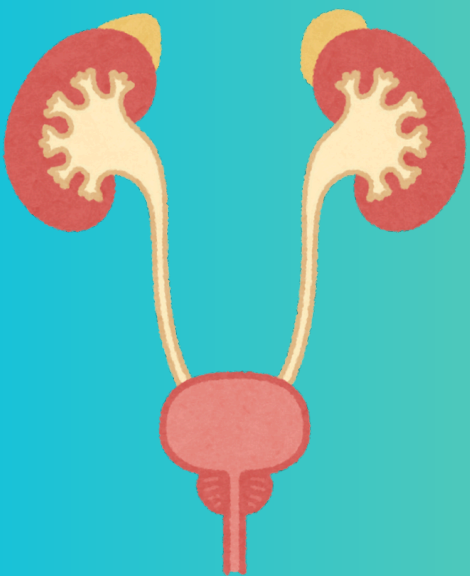
S5

DIURÉTICOS E AGENTES MASCARANTES



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Aceleram a eliminação de fluidos (ex.: furosemida) e escondem a presença de outras substâncias proibidas



**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: DESIDRATAÇÃO EXTREMA,
ARRITMIAS FATAIS, DESEQUILÍBRIOS HIDROELETROLÍTICOS E
FALÊNCIA RENAL**



world
anti-doping
agency



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

SUBSTÂNCIAS PROIBIDAS APENAS EM COMPETIÇÃO



NEM TODAS AS SUBSTÂNCIAS SÃO PROIBIDAS EM TODOS OS MOMENTOS. ALGUMAS SÃO APENAS PROIBIDAS EM COMPETIÇÃO. VAMOS CONHECÊ-LAS:

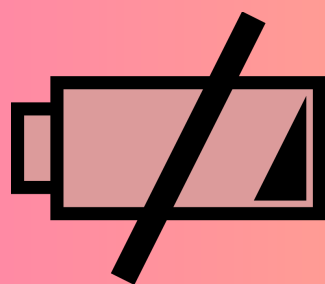
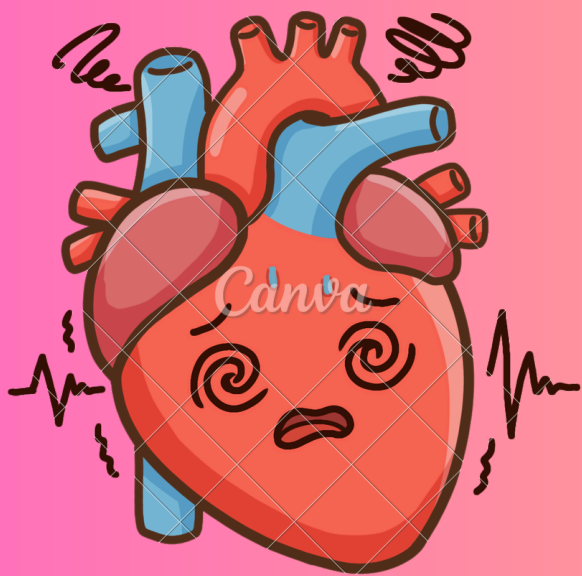
S6

ESTIMULANTES



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Substâncias que aumentam energia, foco e estado de alerta (ex.: anfetaminas, pseudoefedrina, modafinil)



CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: ESTADO DE ALERTA, FADIGA, ALTERAÇÕES DA PRESSÃO ARTERIAL, PROBLEMAS CARDÍACOS, ARRITIMIAS

S7 NARCÓTICOS



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Analgésicos potentes usados para dores intensas
(consultar lista completa em www.wada-ama.org)



**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: DEPRESSÃO RESPIRATÓRIA,
DEPENDÊNCIA, OVERDOSE E RISCO ELEVADO DE LESÕES POR
MASCARAREM A DOR NATURAL DO CORPO, TEMPERATURA
CORPORAL**

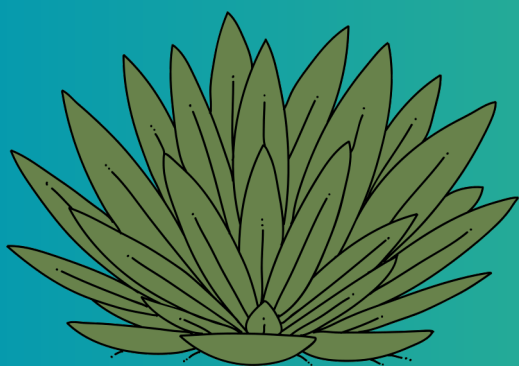
S8

CANABINÓIDES



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Substâncias que afetam a percepção, coordenação e tempo de reação (ex.: THC, marijuana, produtos concentrados).



CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: REDUÇÃO DO FOCO, DIMINUIÇÃO DOS REFLEXOS, ALTERAÇÕES COGNITIVAS, ANSIEDADE, IMPACTO NO JULGAMENTO, MÁ AVALIAÇÃO DO RISCO COMPETITIVO

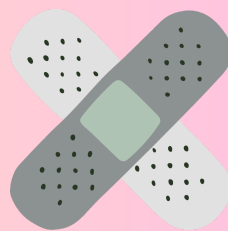
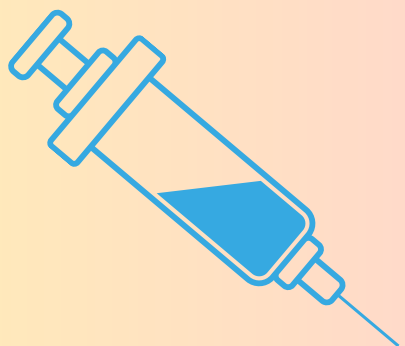
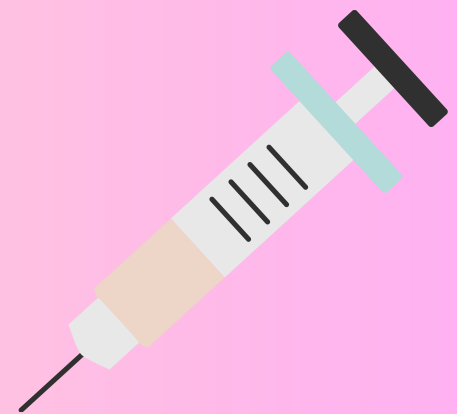
S9

GLUCOCORTICOIDES



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Substâncias usadas para reduzir inflamação e dor, proibidas em competição por determinadas vias (ex.: prednisolona, betametasona por via injetável).

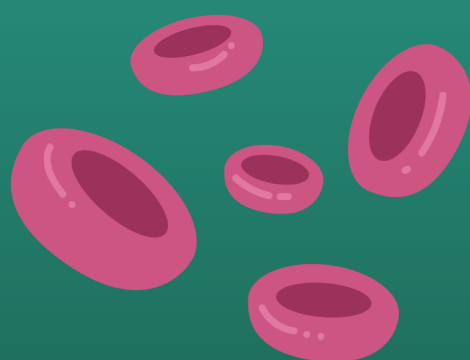


CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: ALTERAÇÕES DE HUMOR, IMUNOSSUPRESSÃO, AUMENTO DO RISCO DE INFEÇÕES, FRAGILIDADE MUSCULAR, ELEVAÇÃO DA GLICEMIA.

M1

MANIPULAÇÃO DE SANGUE E COMPONENTES DO SANGUE

Métodos que aumentam artificialmente a capacidade de transporte de oxigénio (ex.: transfusões sanguíneas, aumento não justificado de glóbulos vermelhos)

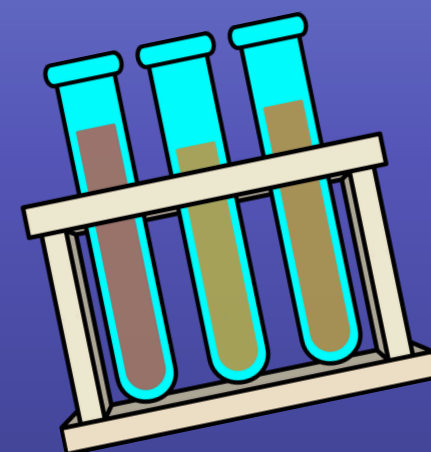
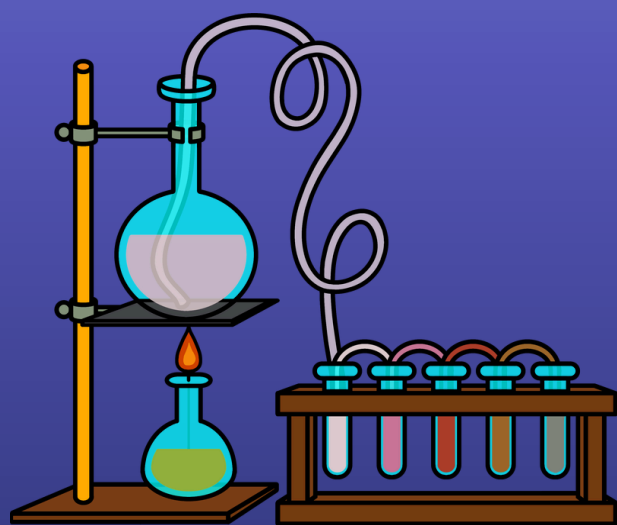


**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: RISCO DE EMBOLIAS,
INFEÇÕES, ESPESSAMENTO DO SANGUE, FALÊNCIA
CARDÍACA**

M2

MANIPULAÇÃO QUÍMICA E FÍSICA

Práticas usadas para adulterar amostras ou interferir com os controlos antidopagem (ex.: substituição de urina, adição de substâncias à amostra)



**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: VIOLAÇÕES AUTOMÁTICAS
DAS REGRAS ANTIDOPAGEM, RISCO DE CONTAMINAÇÃO E
DANOS CLÍNICOS NO LOCAL DA MANIPULAÇÃO**

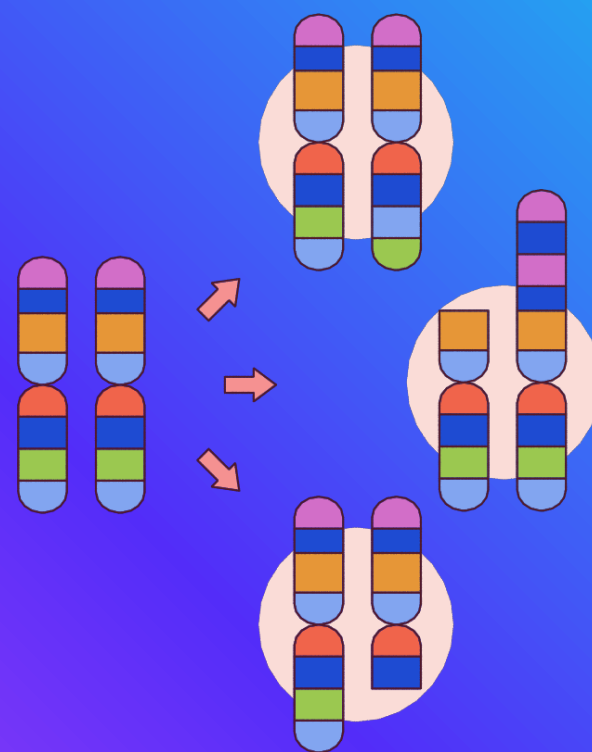
M3

DOPAGEM GENÉTICA



AUTORIDADE
ANTIDOPAGEM
DE PORTUGAL

Uso de técnicas genéticas para alterar capacidades fisiológicas (ex.: terapias génicas direcionadas ao músculo ou produção artificial de proteínas)



CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: RESPOSTAS IMPREVISÍVEIS DO ORGANISMO, MUTAÇÕES DESCONTROLADAS, RISCO ELEVADO PARA A SAÚDE E PARA A VIDA

P1

BETA-BLOQUEADORES (PROIBIDOS EM DETERMINADAS MODALIDADES)

Substâncias que reduzem a frequência cardíaca, tremores e ansiedade, podendo melhorar a precisão e o controlo motor fino (ex.: propranolol, atenolol, metoprolol)



**CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS: FADIGA INTENSA, TONTURAS,
RISCO DE DESMAIO, REDUÇÃO DA CAPACIDADE DE
ESFORÇO, PROBLEMAS RESPIRATÓRIOS E DIMINUIÇÃO
EXCESSIVA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA**