

## La lista prohibida

El Consejo Superior de Deportes ha inaugurado este año 2009 con la aprobación de una nueva lista de sustancias y métodos prohibidos en el deporte, adecuada a la adoptada en el seno de la Convención Internacional contra el dopaje en el deporte de la UNESCO. La lista detalla las sustancias prohibidas en competición y fuera de ella y remarca que “el uso de cualquier fármaco debe limitarse a indicaciones con justificación médica”.

No se trata de un fenómeno nuevo. A lo largo de la historia muchos deportistas han recurrido a todo tipo de sustancias con la intención de superar su propio alcance y ganar a sus rivales: atletas de la Antigua Grecia, gladiadores romanos, luchadores incas... y más tarde los casos de dopaje arribaron hasta los Juegos Olímpicos modernos a principios del siglo XX. No obstante, las autoridades deportivas no adoptaron medidas serias contra el dopaje hasta 1967, año en que el Comité Olímpico Internacional estableció la Comisión Médica con el propósito de organizar y supervisar la lucha contra el dopaje y así se publicó la primera lista de sustancias prohibidas en el deporte, que contenía estimulantes y narcóticos solamente. Aunque suele ocurrir que el desarrollo de nuevas sustancias vaya un paso por delante, en

este sentido cabe reflexionar sobre la referencia que imprimen las marcas deportivas alcanzadas día a día en el alto rendimiento, que estimulan la búsqueda de nuevos métodos y técnicas para tratar de superar dichos parámetros.

Entre algunos de los casos de dopaje más sonados, se encuentra el del atleta Ben Johnson, despojado de su medalla de oro en los Juegos de Seúl tras su victoria fraudulenta en la carrera de 100 metros, conocida como “la más sucia de la historia”. Incluso Carl Lewis, heredero de ese oro, dio positivo por drogas tres veces en las pruebas de clasificación del equipo de Estados Unidos para los Juegos de 1988.

Pero más allá de la competición, se ha extendido el uso de sustancias dopantes en la práctica del deporte amateur, contagiado muchas veces por un profesionalismo extremo, y que son más accesibles que nunca gracias a Internet. Se trata de productos no sólo prohibidos por las federaciones deportivas, sino también por la justicia ordinaria, ya que pueden tener efectos muy dañinos en la salud de los deportistas.

En un sentido estricto, deporte y droga son términos contrarios. La promoción de una práctica sana y responsable del ejercicio físico se plantea en estos términos más necesaria que nunca.



### EL MATIZ

Es muy importante advertir a la población general sobre los riesgos que la ingestión de posibles ayudas al rendimiento deportivo puede ocasionar en deportistas de tiempo libre que han decidido aumentar su nivel de entrenamiento o participar en pruebas deportivas. La sumación de ayudas, incluso ergogénicas, en los deportistas que por su edad (mayores de 40 años) presentan mayor probabilidad de padecer enfermedades relacionadas con el aumento de riesgo cardiovascular (muchas no diagnosticadas aún) supone un riesgo adicional de desencadenar situaciones que causen la aparición de hipertensión arterial, diabetes mellitus, arritmias cardíacas, etc. Es necesario advertir a los deportistas mayores de 40 años, de que es conveniente el consejo especializado en deporte ante la intención de consumir cualquier producto activador del rendimiento, incluso los referenciados como ergogénicos.