



UMA ENTIDADE
SEIS ESTRELAS



E-BOOK EDUCATIVO

de prevenção de
dopagem de atletas.

ELABORARAM ESSE E-BOOK EDUCATIVO

- ➡ Clayton Macedo
- ➡ Moisés Cohen
- ➡ Fernando A. Soléra
- ➡ Jorge Bitun
- ➡ Gustavo Arliani
- ➡ Bernardino Santi
- ➡ Ricardo Eid
- ➡ Carlos Alberto Eid
- ➡ Pedro Henrique Perez da Costa
- ➡ Sofia Macedo
- ➡ Andréa Fioretti
- ➡ Tathiana Parmigiano
- ➡ Médicos Residentes
de Medicina Esportiva da UNIFESP
- ➡ Equipe da Endocrinologia do Exercício
da UNIFESP
- ➡ Comitê médico e de controle de
Dopagem da Federação paulista de
futebol
- ➡ Bomba Tô Fora (FPF)

DEPARTAMENTO DE ENDOCRINOLOGIA DO ESPORTE E EXERCÍCIO

- ➡ Coordenadora:
Dra. Andréa Messias Britto Fiorreti (SP)
- ➡ Subcoordenador:
Rogério Friedman (RS)
- ➡ Diretor:
Alexis Dourado Guedes
- ➡ Diretora:
Cristina da Silva Schreiber de Oliveira (SC)
- ➡ Diretor:
Cristiano Roberto Grimaldi Barcellos (SP)
- ➡ Diretor:
João Carlos Ramos dias
- ➡ Diretor:
Dr. Fulvio Clemo Santos Thomazelli (SC)

DIRETORIA SBEM 2025-2026

- ➡ Presidente:
Neuton Dornelas Gomes (DF)
- ➡ Presidente Eleita:
Karen Faggioni de Marca Seidel (RJ)
- ➡ Secretária Executiva:
Flávia Coimbra Pontes Maia (MG)
- ➡ Tesoureiro Geral:
Fábio Ferreira Moura (PE)
- ➡ Diretora Científica:
Marise Lazaretti Castro
- ➡ Diretor de Comunicação
Clayton Luiz Dornelles Macedo



O que é
DOPING?



Segundo a
WADA - AMA
(AGÊNCIA MUNDIAL ANTIDOPING)



**DOPING É TODA A
CONDOTA QUE VIOLE AS
REGRAS ANTIDOPING**



1 OU + DESSAS VIOLAÇÕES

CARACTERIZAM O DOPING

- Presença de uma substância proibida na urina.
- Uso ou tentativa de uso de substância ou método proibido.
- Evitar, recusar ou não se submeter à coleta de amostra.

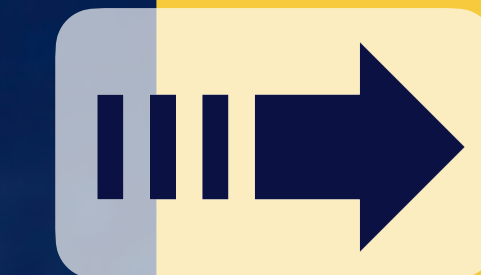
- Falha na localização, paradeiro ou no informe do WhereAbout (paradeiro) – Sistema para localização de atletas fora da competição
- Adulterar ou tentar adulterar qualquer parte do controle.
- Posse de uma substância ou método proibido.
- Tráfico ou tentativa de tráfico de uma substância ou método proibido.
- Administração ou tentativa de administração de uma substância ou método proibido.
- Ajudar, motivar, instigar, conspirar, encobrir, ocultar ou ser cúmplice em uma infração à regra.
- Associação proibida com atleta que está cumprindo suspensão
- Desencorajar ou retaliar atleta ou outra pessoa diante de uma denúncia.



O QUE É O EXAME **ANTIDOPING ?**

É um conjunto de exames laboratoriais obtido através da coleta da urina ou sangue do atleta, encaminhado para análise em laboratórios autorizados ou certificados pela Agência Mundial Antidopagem – WADA para pesquisa de substâncias proibidas.

POR QUE EXISTE O **EXAME ANTIDOPING ?**



Para manter a filosofia do **FAIR PLAY**
(jogo limpo)

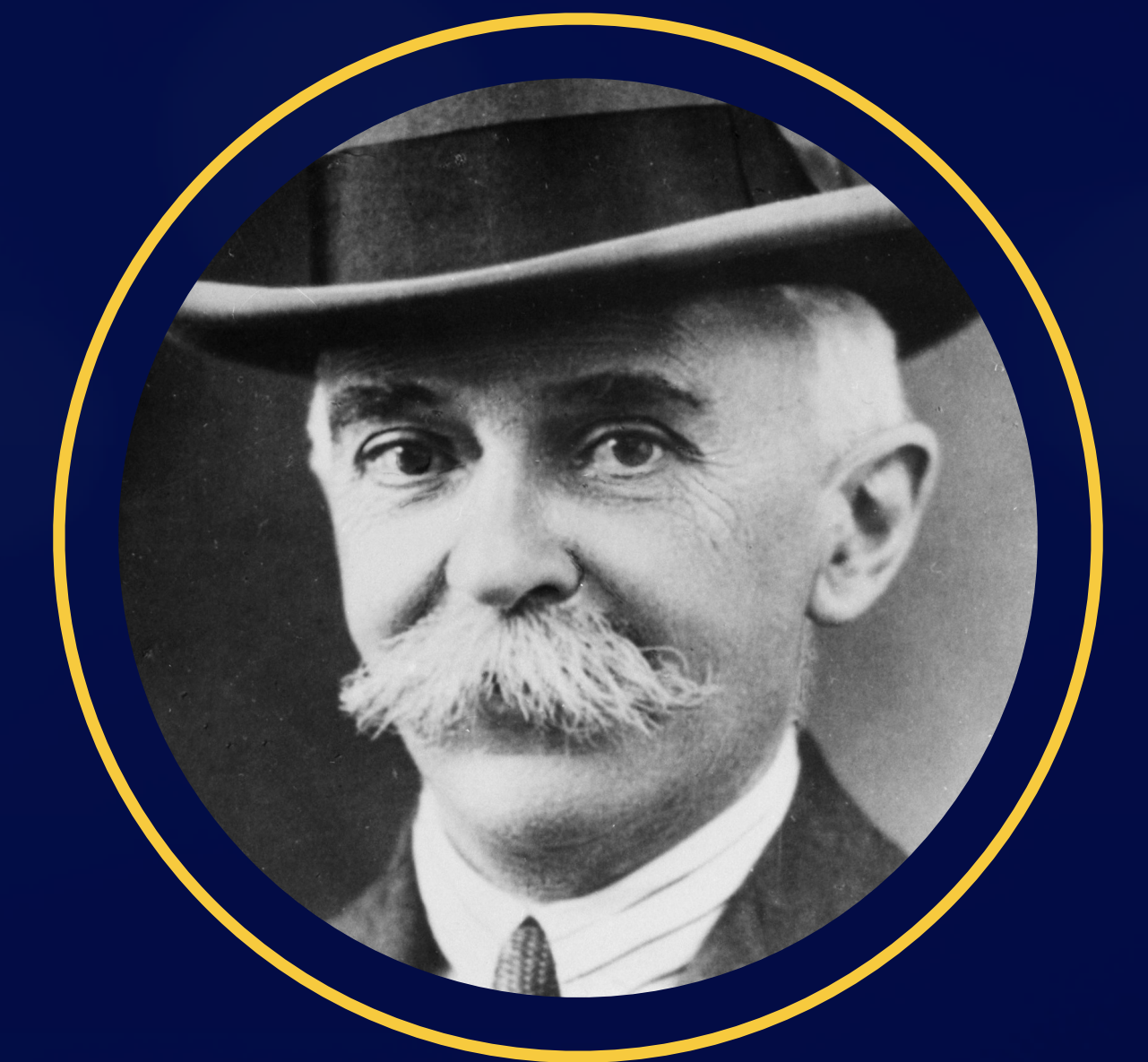
Essa filosofia foi preconizada pelo Barão de Coubertin, pai dos Jogos Olímpicos modernos, e é baseada em

3 PRINCÍPIOS

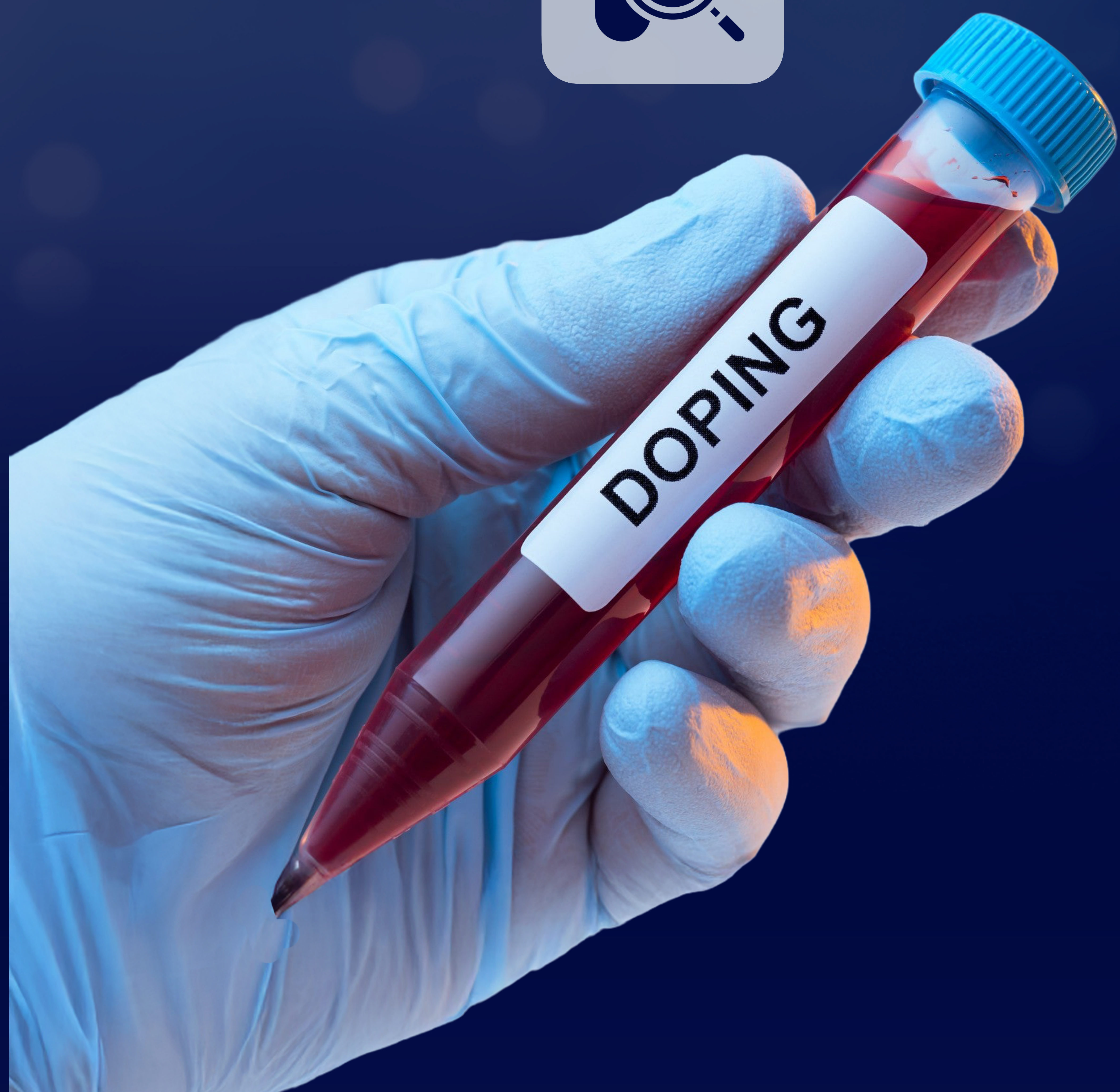
01 IGUALDADE

02 SAÚDE DO ATLETA

03 ÉTICA



BARÃO DE
COUBERTIN



QUE LABORATÓRIO FAZ **EXAME ANTIDOPING ?**

No Brasil e em toda a América do Sul, o LBCD – Laboratório Brasileiro de Controle de Dopagem (Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ) é o único laboratório certificado pela Agência Mundial Antidoping (WADA-AMA).

QUAIS OS TIPOS DE EXAME ANTIDOPING ?



NA URINA

Exemplo:

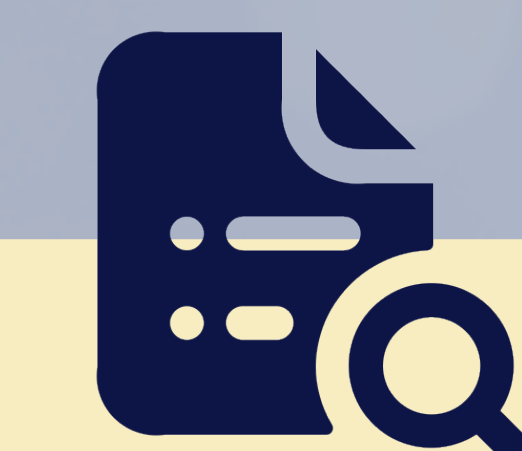
- Esteroides
- Anabolizantes



NO SANGUE

Exemplo:

- Estimulantes da eritropoiese
- Formação de glóbulos vermelhos (eritropoetina)
- Hormônio do crescimento – GH
- PBA – passaporte biológico do atleta (com perfil bioquímico e hematológico do atleta para comparações)



“EVIDÊNCIA ANALÍTICA”

Exemplo:

- A presença de substância da lista proibida da WADA



QUEM PRECISA **FAZER EXAME ANTIDOPING ?**

Todo(a) atleta que estiver inscrito(a) em uma competição pode ser chamado(a) para fazer o exame antidoping (sorteado, escolhido ou selecionado).



MAS AFINAL.... **O QUE É PROIBIDO?**

A lista de substâncias e métodos proibidos é publicada no dia **1 de janeiro de cada ano**

CONSULTE:

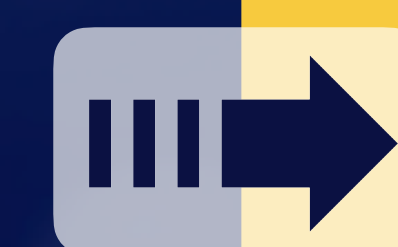
III ➡ www.wada-ama.org

III ➡ www.abcd.gov.br
(Em português)

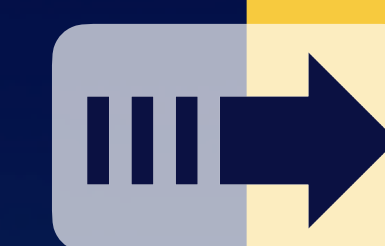
POR QUE UMA **SUBSTÂNCIA** **ENTRA PARA** **A LISTA ?**



2 desses critérios
caracterizam a entrada da
substância para a lista



É ergogênica, com potencial de
afetar o resultado da competição.



É questionável a ética no uso/
comercialização.



Interfere na saúde do atleta.

CONFIRA A LISTA

DE SUBSTÂNCIAS
E MÉTODOS
PROIBIDOS



<https://www.gov.br/abcd/pt-br/composicao/atletas/substancias-e-metodos-proibidos/arquivos-lista-de-substancias-proibidas/Lista2024v.02.pdf>



Remédio **PODE SER DOPING ?**

PODE SER QUE **SIM**



CUIDADO: Só use medicamentos
com o OK do médico do Clube

AUT - AUTORIZAÇÃO DE USO TERAPÊUTICO

A AUT é a sigla para AUTORIZAÇÃO DE USO TERAPÊUTICO. Autoriza o atleta a usar uma substância proibida para tratar uma condição médica específica.

Uma comissão médica formada por especialistas de diversas áreas é quem vai analisar o pedido. Cada pedido é encaminhado para o médico especialista no diagnóstico do atleta.

A ABCD orienta iniciar o tratamento após a autorização. O pedido pode ser negado se a documentação for insuficiente, houver substâncias alternativas ou falta de evidências científicas.

Em casos urgentes, solicite uma AUT retroativa com documentos médicos. Todos os atletas que usam medicações proibidas com fins terapêuticos devem estar protegidos com uma AUT.



**Não brinque
com a sua
saúde,
mantenha-se no
jogo de forma
segura e legal!**

Mais informações sobre AUT em:

III ➡ gov.br/abcd

Solicitação de AUT

PASSO A PASSO

- ➡ Faça uma busca por: AUT ABCD
- ➡ Clique em: autorização de uso terapêutico – Governo Federal
- ➡ Escolha: formulário de solicitação AUT 2021
(preenchimento manual ou por digitação)
- ➡ Preencha e imprima as 8 páginas
- ➡ Anexe relatório(s) consistente(s) de atendimento ao atleta
- ➡ Anexe exames laboratoriais e de imagem pertinentes ao tratamento pleiteado
- ➡ Envie os documentos digitalizados para: **aut@abcd.gov.br**



QUAL É A RESPONSABILIDADE DO ATLETA?

É DEVER PESSOAL DO ATLETA

Garantir
que nenhuma
substância
proibida
entre em
seu corpo.



Ser responsável
por qualquer
substância proibida
ou seus metabólitos
encontrados nas suas
amostras de
urina ou sangue.



Não é necessário que
sejam demonstrados:
intenção, culpa,
negligência e
conhecimento



Inciso 2.11.1
do artigo 2.1 do Código Mundial Antidoping 2.021



MUITA ATENÇÃO E CUIDADO

NAS SEGUINTESSITUAÇÕES:



Auto
medicação
receitas de
médicos
particulares



Infiltrações
(corticóides)



Suplementos e
termogênicos



Chás e / ou
infusões



Bebidas
abertas ou
de terceiros



E OS MÉTODOS CONTRACEPTIVOS?

Os contraceptivos podem ser divididos em:



Hormonais: orais (pílulas), injetáveis (injeção), transdérmicos (adesivo), subdérmicos (implante), intrauterinos (sistema intrauterino-SIU) e vaginais (anel vaginal).



Não Hormonais: barreira (condom e diafragma), intrauterinos (dispositivo intrauterino-DIU) e métodos comportamentais.

Nenhum desses métodos nas composições atuais, produzidos pela indústria farmacêutica, aprovados pela ANVISA e vendidos são considerados proibidos para as atletas.

**MAS
CUIDADO!**

A gestrinona, a testosterona e seus derivados, independente da dose e meio de uso (oral, transdérmico, implante subdérmico ou vaginal), são consideradas substâncias proibidas e tornam as atletas suscetíveis a um exame positivo adverso, ou seja, terão um exame antidoping positivo e sofrerão punição pertinente, mesmo que a substância tenha sido prescrita por um profissional da saúde.

E A MACONHA É DOPING?

CDB isolado: Canabidiol é um medicamento e saiu da lista proibida

THC: O tetrahydrocannabinol é uma substância entorpecente presente nos cigarros de maconha e está na lista de substâncias proibidas na competição. A grande maioria dos produtos de CBD comercializados conterá uma mistura de substâncias derivadas presentes naturalmente na planta, principalmente o THC, que é proibido e, a partir de uma certa concentração, poderá ser reportado como um Resultado Analítico Adverso (RAA). Além disso, outros canabinoides da Lista Proibida não têm limite de notificação, ou seja, qualquer quantidade detectada na amostra de um atleta será considerada um RAA, e o atleta pode ser sancionado por isso.

Assim, os produtos à base de CBD devem ser considerados da mesma forma que todos os outros fármacos e suplementos nutricionais. Caso seja apontado um resultado analítico adverso, será aplicado o devido processo legal e, se for o caso, as sanções apropriadas pelo Tribunal de Justiça Desportiva Antidopagem, exatamente como acontece com todos os outros casos para testagem positiva em controles de doping.

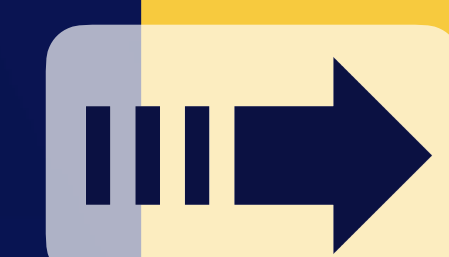
O tempo que leva para a maconha ou canabinóides de algum tipo de cannabis ou produto de cânhamo serem completamente eliminados do corpo depende de muitos fatores, incluindo a dosagem e pureza, a frequência, peso, metabolismo geral, função hepática, saúde geral e uso de outros medicamentos. Muitos canabinoides se acumulam na gordura e, para usuários crônicos, podem levar semanas ou meses para serem completamente eliminados do corpo.

Cocaína, MDMA (ecstasy), heroína: Também são proibidos.

Confira com o médico do Clube as exceções e demais cuidados em relação a drogas de abuso
<https://www.cob.org.br/pt/galerias/noticias/antidoping-perguntas-e-respostas-sobre-o-consumo-de-canabidiol/>

Several pills and capsules of various colors (orange, yellow, blue, red and white) are scattered around the text on the left side of the image.

SUPLEMENTOS ALIMENTARES **NÃO SÃO PROIBIDOS!**



MAS MUITO...CUIDADO!





ATENÇÃO

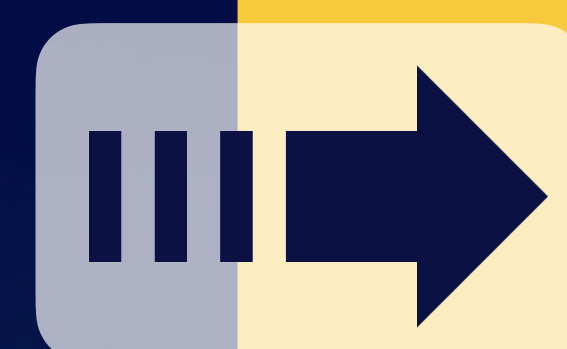
para a política de
compra e
armazenamento
de suplementos

- ➡ Só comprar em loja física idônea (com CNPJ)
- ➡ Não comprar na internet
- ➡ Não aceitar doações
- ➡ Pedir a nota fiscal do produto comprado no seu nome
- ➡ Ter um segundo frasco lacrado do mesmo lote armazenado em local seguro
- ➡ Declarar o uso do suplemento em um formulário de controle de doping
- ➡ Ter indicação do médico ou nutricionista do Clube

FIQUE LIGADO!



OS DANOS PODEM SER BEM MAIORES QUE OS GANHOS...



**Conheça as consequências do
abuso de esteroides anabolizantes
e similares**



ESTEROIDES **ANABOLIZANTES**

(hormônios derivados da testosterona)

Os esteroides anabolizantes são usados de forma não científica e clandestinamente porque:



- ➡ Aceleram o aumento de massa muscular
- ➡ Podem aumentar a força muscular
- ➡ Podem melhorar o desempenho na atividade física

- ➡ Podem diminuir o tempo de recuperação após o exercício ou eventuais lesões
- ➡ Podem facilitar a vitória em competições



MAS QUEM **PAGA A CONTA?**

Sua saúde, desenvolvendo:

- ➡ Dependência química
- ➡ Irritabilidade e agressividade
- ➡ Ansiedade
- ➡ Alteração na memória
- ➡ Síndrome de abstinência
- ➡ Alteração da percepção da sua imagem corporal
- ➡ Aumento do risco de infecções, AIDS e hepatites virais pelo compartilhamento de seringas contaminadas
- ➡ Infecções e feridas nos locais das aplicações
- ➡ Acne

MAS QUEM **PAGA A CONTA?**

Seu coração, desenvolvendo:

- ➡ Aumento da pressão arterial
- ➡ Aumento do colesterol ruim
- ➡ Diminuição do colesterol bom
- ➡ Risco aumentado de trombooses e embolias
- ➡ Risco aumentado de infarto cardíaco
- ➡ Arritmias
- ➡ Risco de morte súbita

Seu fígado, desenvolvendo:

- ➡ Sobrecarga e deterioração do metabolismo
- ➡ Hepatite medicamentosa com icterícia (amarelão)
- ➡ Câncer



MAS QUEM **PAGA A CONTA?**

Seus ossos, tendões e músculos, desenvolvendo:

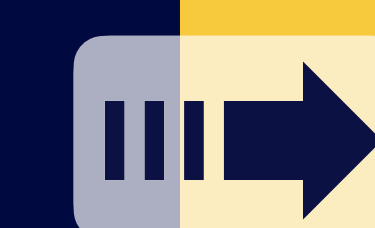
- ➡ Fechamento precoce das cartilagens de crescimento (provocando baixa estatura)
- ➡ Espamos, câibras e infecções
- ➡ Contraturas
- ➡ Lesões de tendões e de músculos pela alteração do metabolismo e da relação de força entra eles
- ➡ Hérnia de disco

Seu cérebro:

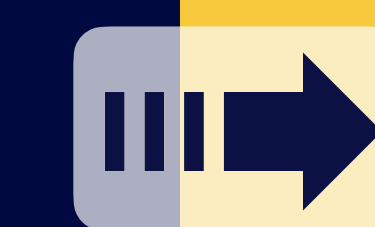
- ➡ Mais ansiedade, irritabilidade, agressividade.
- ➡ Causa dependência física e psíquica e abstinência



NO HOMEM CAUSA



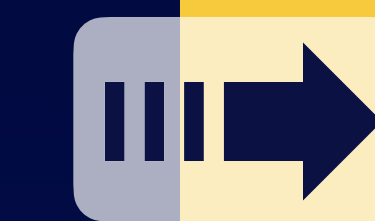
Aumento das mamas
(Ginecomastia)



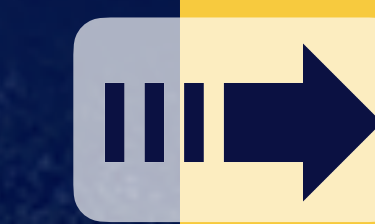
Redução do tamanho e do
funcionamento dos testículos



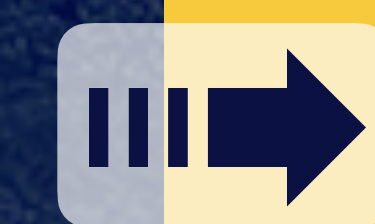
Impotência sexual



Infertilidade



Aumento da próstata



Calvice

NA MULHER CAUSA



Aumento do clitóris



Irregularidade na menstruação



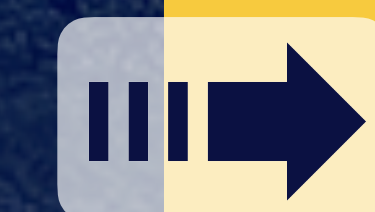
Infertilidade



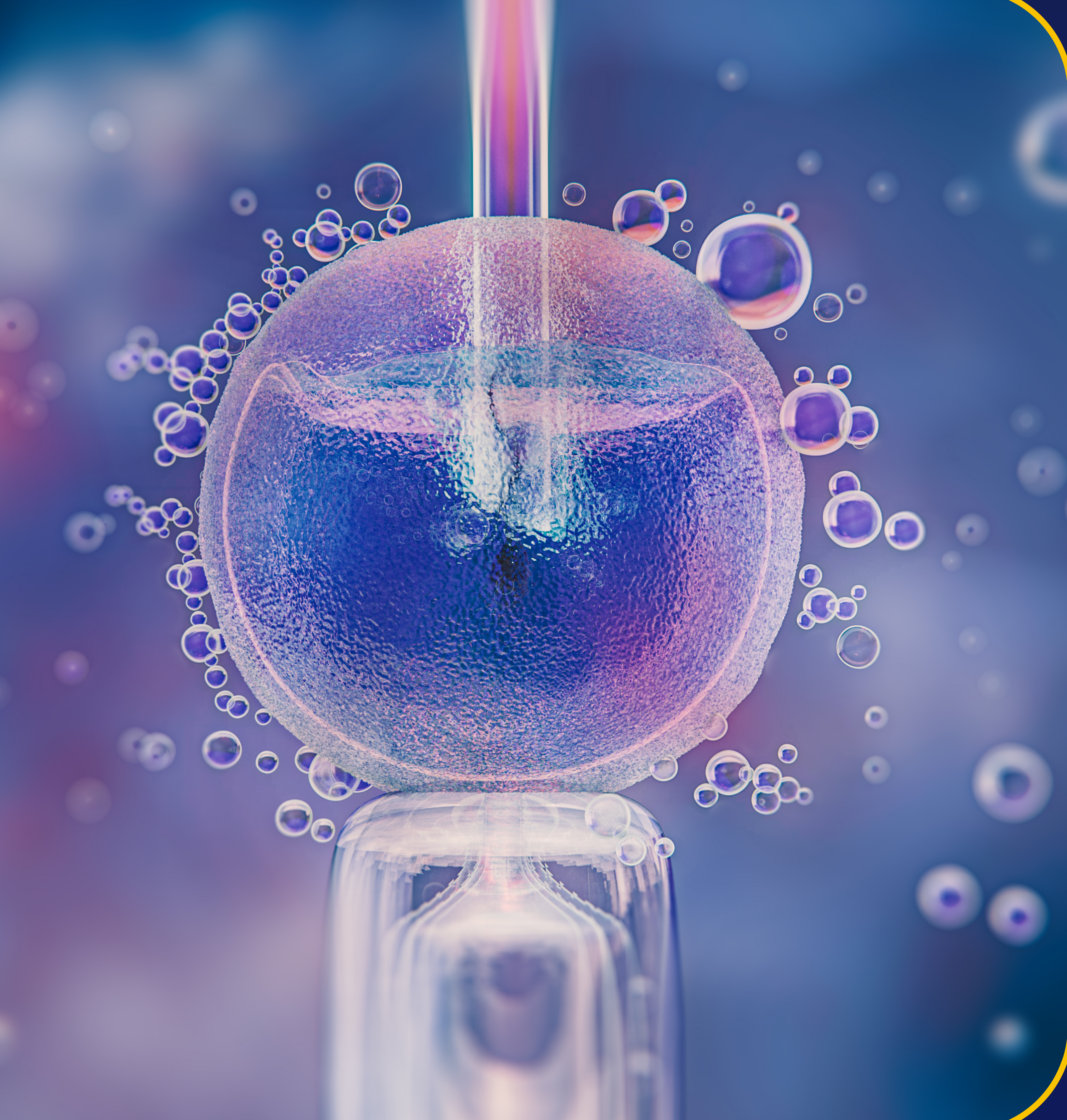
Engrossamento da voz
e rouquidão (irreversível)



Atrofia das mamas



Calvice



E O GH ?

(Hormônio do crescimento)

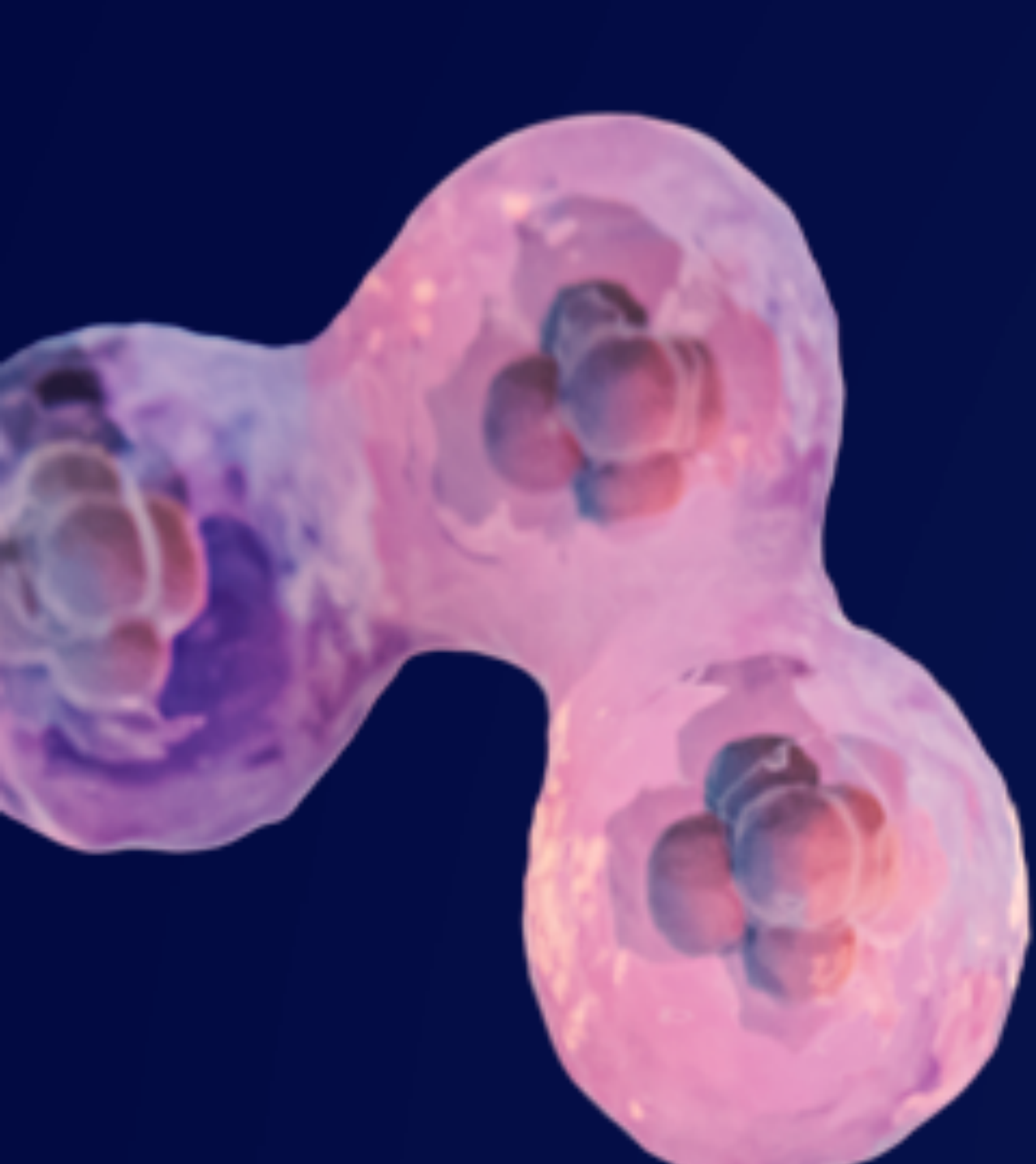
Pode ser usado somente se você tem deficiência comprovada desse hormônio

FIQUE LIGADO!

Se você tem baixa estatura, converse com seu médico, você precisa consultar com um especialista.

Você precisa fazer exames que comprovem essa deficiência.

Para competir usando GH, é preciso uma AUT (autorização para uso terapêutico).



VEJA O QUE PODE ACONTECER SE VOCÊ USAR O GH SEM TER DEFICIÊNCIA

O GH também é uma bomba e pode lhe prejudicar bastante

- ➡ Crescimento desproporcional das mãos, pés, testa e queixo.
- ➡ Alterações dentárias e de oclusão da boca.
- ➡ Edema (inchaço) do corpo
- ➡ Dores e deformidades articulares
- ➡ Aumento da pressão arterial, colesterol e glicose (diabetes)
- ➡ Aumento do risco de câncer





LEMBRE-SE:

**JOGO BONITO É
JOGO LIMPO - A
MELHOR VITÓRIA É
AQUELA MERECIDA**

- ➡ Você é responsável por qualquer substância que você use.
- ➡ Conheça a lista das substâncias proibidas da Organização Mundial Antidopagem.
- ➡ Você pode ser submetido a um exame antidoping mesmo fora do período de competição.
- ➡ Você estará violando as regras antidopagem se usar, ajudar, motivar, ocultar ou for cúmplice de uma infração às regras.
- ➡ Só use qualquer tipo de medicamento com a autorização do médico do Clube.
- ➡ Suplementos alimentares não são proibidos, mas podem estar contaminados com substâncias proibidas – informe-se sobre os cuidados na compra e no armazenamento de uma embalagem lacrada do mesmo lote. Só use suplementos prescritos pelo médico ou nutricionista do Clube.

**VALE A PENA
CORRER TODOS
ESSES RISCOS?**

COLOCOU NA BALANÇA?
ENTÃO REPETE AÍ:





UMA ENTIDADE
SEIS ESTRELAS

