

# BOLETIM ABCD

Especial  
Ciência e Educação



Edição nº 1 | ABRIL / 2020

## APRESENTAÇÃO

**Bem vindos ao Boletim ABCD Especial para Ciência e Educação Antidopagem.** Somos um veículo de aprofundamento de temas relevantes da área antidopagem, comentados por convidados especialistas e estudiosos. Para a nossa estreia, convidamos a coordenadora de Operações da ABCD, Maria Fernanda Carraca de Alcântara Frias, que atua na área de Operações de Controle de Dopagem, da Diretoria Técnica, a qual cuida em especial do planejamento e realização de missões de controle de dopagem, dentro e fora de competição. Dentre suas atribuições, a coordenadora exerce ações de recrutamento e treinamento de agentes de controle, acompanhamento de atividades via ADAMS, gerenciamento de desenvolvimento de programas de educação para atletas, oficiais de controle de dopagem e, também, entidades esportivas e pessoal de apoio ao atleta, relativos aos compromissos com entidades de combate a dopagem. Maria Fernanda é formada em nutrição pela Universidade de Brasília (UnB), com especialização em Clínica e Terapêutica Nutricional, além de estudiosa, é praticante e apaixonada por esportes.

O tema escolhido representa uma das principais missões da antidopagem mundial que é a saúde do atleta. Aqui representada pela boa alimentação, alimentação saudável, pela nutrição orgânica e natural preferencialmente aos suplementos alimentares artificiais, industrializados ou manipulados comercialmente. Em sede de julgamento há uma angústia muito grande, do atleta e da sua família principalmente, para tentar provar a não intenção de violação de regra com a defesa de contaminação. Frise-se que a não intenção não exclui a culpa e não decreta a inocência, pelo contrário, a sanção será aplicada com base no tamanho do risco assumido pelo atleta. E é isso que o artigo da nutricionista Maria Fernanda Alcântara detalha a seguir, para quem sabe ao final possamos refletir e responder intimamente à pergunta: Qual o valor de uma medalha? Vale o risco de perdê-la por violar a regra antidopagem? E ainda, qual o valor da minha saúde, hoje e daqui a 10 anos?

**Luisa Parente**  
Secretária Nacional

## O Risco no Consumo de Produtos Manipulados

A ABCD desaconselha o uso de qualquer marca de suplemento pelos atletas. É necessário avaliar bem se cabe arriscar suas carreiras com a manutenção desse hábito. Isso porque muitos suplementos podem estar contaminados com substâncias proibidas no esporte, sem que estejam listadas nos rótulos dos ingredientes conforme determina a legislação.

No entanto, sabemos que pode haver circunstâncias em que médicos ou nutricionistas recomendam suplementos ou atletas, que por conta própria, usam suplementos independentemente do risco. Dessa forma é importante conscientizar tanto atletas, como pessoal de apoio sobre as ameaças envolvidas nesse consumo.

### Os riscos envolvidos

As clínicas de bem estar e anti-envelhecimento, além dos médicos do esporte geralmente prescrevem receitas individualizadas para cada paciente, o que exige que uma farmácia de manipulação misture os componentes para formulação final do produto. Atletas que têm receita médica para um remédio ou suplemento manipulado devem estar cientes de que algumas farmácias podem fornecer riscos adicionais.

Os produtos ao serem manipulados têm maior probabilidade de contaminação do que aqueles com receita médica pré-embalados, porque são misturados à mão em bancadas de trabalho onde substâncias proibidas podem também ter sido misturadas e o local não ter sido apropriadamente higienizado.

Além disso, a regulação dessa atividade é distinta da produção industrial. Em muitos países, as empresas que produzem medicamentos ou suplementos em massa precisam seguir regras estritas, mas as farmácias de manipulação podem fabricar produtos com pouca ou nenhuma supervisão regulatória. Isso significa que produtos combinados, ou seja, manipulados, têm maior chance de serem contaminados ou não esterilizados em comparação com aqueles produzidos industrialmente e que encontramos nas prateleiras.

As farmácias podem, além do medicamento, comercializar suplementos manipulados como uma alternativa segura aos suplementos alimentares produzidos industrialmente. Infelizmente, o fato de um suplemento ter sido preparado em uma farmácia ou com base em receita médica não elimina o risco de contaminação e a consequente violação de regra antidopagem correspondente.

É importante ressaltar, que pela legislação vigente, o atleta é o responsável por qualquer substância proibida encontrada em seu corpo e mesmo que os produtos sejam avaliados a posteriori e seja constatada a contaminação, a sanção pode até ser atenuada em alguma medida, mas ainda assim o atleta será sancionado sob as regras da antidopagem. Dessa forma não se recomenda o consumo de produtos manipulados se o atleta não puder obter garantias objetivas quanto ao processo de produção.

### Reduzindo o risco

Se o médico deseja prescrever um medicamento a ser manipulado para você, primeiro pergunte se um medicamento preparado comercialmente está disponível. Se o seu medicamento precisar ser manipulado devido a alergias ou outras preocupações, peça para conversar com o farmacêutico responsável sobre a farmácia de manipulação e suas políticas. Esse farmacêutico está lá para garantir que a empresa atenda aos padrões de qualidade para manter os pacientes seguros. Diga ao farmacêutico que você é um atleta e precisa saber se algum ingrediente consta na **Lista Proibida da Agência Mundial Antidopagem**.

### Razões pelas quais as farmácias de manipulação podem ser arriscadas

Em geral, os ingredientes usados para a composição dos medicamentos são regulamentados e aprovados pelo governo, mas não é necessária uma pré-aprovação para as misturas finais. Os medicamentos manipulados podem estar contaminados com testosterona, DHEA ou outros hormônios que podem levar a um teste positivo.

Já alguns suplementos podem estar contaminados com diuréticos, estimulantes e até testosterona. Cabe lembrar dos inúmeros casos de atletas em todo mundo que testaram positivo para higenamina, por exemplo, entre 2015 e 2016. Muitos deles foram suspensos dos Jogos Rio 2016 devido a tal contaminação.

Cada medicamento ou suplemento ao ser manipulado é único e, apesar de algumas alegações em contrário, a ABCD não tem conhecimento da existência de ensaios clínicos que comprovem que um medicamento ou suplemento manipulado individualmente é mensuravelmente mais seguro ou mais eficaz do que um medicamento comercial.

As farmácias de manipulação podem não seguir consistentemente as mesmas leis estritas que os fabricantes de produtos industrializados e comercializados em larga escala. Além disso, algumas farmácias de medicamentos não confiáveis podem criar misturas inseguras de ingredientes que nunca foram testados em seres humanos. Outra preocupação é que as farmácias de manipulação podem inadvertidamente comprar matérias primas contaminadas ou de baixa qualidade.

Há farmácias de manipulação que não possuem bons processos de controle de qualidade e podem contaminar produtos com microrganismos, partículas de poeira ou resíduos de outros ingredientes. Eventos graves como cegueira, paralisia e morte foram causados por contaminação bacteriana acidental de medicamentos compostos para injeção. Não existe um sistema de detecção ou aviso para notificar rapidamente o público ou proteger os atletas sobre produtos manipulados inseguros ou para impedir a continuação das vendas desses produtos.

Desse modo, os medicamentos manipulados podem ser mais suscetíveis ao erro humano do que os medicamentos fabricados industrialmente, o que pode resultar em doses mais baixas ou mais altas do que o esperado, ou medicamentos completamente diferentes do pretendido. Por outro lado, todos os medicamentos produzidos industrialmente em larga escala por empresas farmacêuticas devem fornecer muitos estudos clínicos que comprovem segurança e eficácia antes que possam ser comercializados em qualquer país.

Por fim, cabe ressaltar que ganhos incríveis podem acontecer se treinamento, descanso e recuperação estiverem associados a uma alimentação balanceada e proporcional aos requerimentos fisiológicos da modalidade praticada. Devido o atleta, sempre que possível, aproveitar ao máximo os benefícios da sua dieta. Se não souber por onde começar, consulte um especialista em nutrição para que em conjunto organizem a alimentação adequada ao desempenho. As melhoras acontecerão não só na performance, mas na saúde geral do esportista e os riscos serão assim minimizados.

### Maria Fernanda Carraca de Alcântara Frias

Nutricionista e Coordenadora de Operações da ABCD

CRN 1ª Região - 14033

WWW.ABCD.GOV.BR  
@rededoesporte

AUTORIDADE  
BRASILEIRA DE  
CONTROLE DE  
DOPAGEM

## CANAIS EXCLUSIVOS



**Tira dúvidas ABCD**  
Informações antidopagem em geral



**Operações**  
Solicitação de Controle



**ADAMS**  
Atleta GAT - Localização/ Whereabouts



**Autorização de Uso Terapêutico**  
preencher formulário e enviar para  
aut@abcd.gov.br



**Gestão de Resultados**  
pós notificação



**Denúncia sobre potenciais violações**  
denuncia@abcd.gov.br / www.abcd.gov.br