

Si conoces o crees conocer algún caso de dopaje, de abuso o de venta ilegal de sustancias prohibidas...

Si sospechas de algún suplemento nutricional...

Los medicamentos solo se obtienen en las **farmacias**

La persona que los venda **fuera del circuito legal** podría estar cometiendo un **delito** y poniendo en peligro tu **salud**

Los **medicamentos** sirven para **prevenir**, diagnosticar, paliar o **curar** enfermedades y sus **síntomas**

Los medicamentos los receta el médico sólo si tienes diagnosticada alguna de las enfermedades para las que están indicados

Consulta a tu farmacéutico. El te aconsejará **sobre cualquier medicamento que vayas a utilizar**

La actividad física y una alimentación sana y equilibrada en nutrientes son tu fuente de **salud**

El uso de medicamentos sin control médico y en **dosis NO terapéuticas** puede llevar a desarrollar efectos adversos **NEFASTOS** para tu **SALUD**

COLABORA

900 10 35 86

(L-V de 9 a 15 h.)

o accede al formulario online 24h



<http://www.aepsad.gob.es/aepsad/formulario-contacto.html>



CONSEJO GENERAL  
DE COLEGIOS OFICIALES  
DE FARMACÉUTICOS

[www.portalfarma.com](http://www.portalfarma.com)

Síguenos en:

**AEPSAD**

AGENCIA ESPAÑOLA DE PROTECCIÓN  
DE LA SALUD EN EL DEPORTE

Plaza de Valparaíso 4, 28016 Madrid  
917 58 57 50  
[aepsad.gob.es](http://aepsad.gob.es)



AEPSAD

YouTube AEPSAD



@AEPSAD



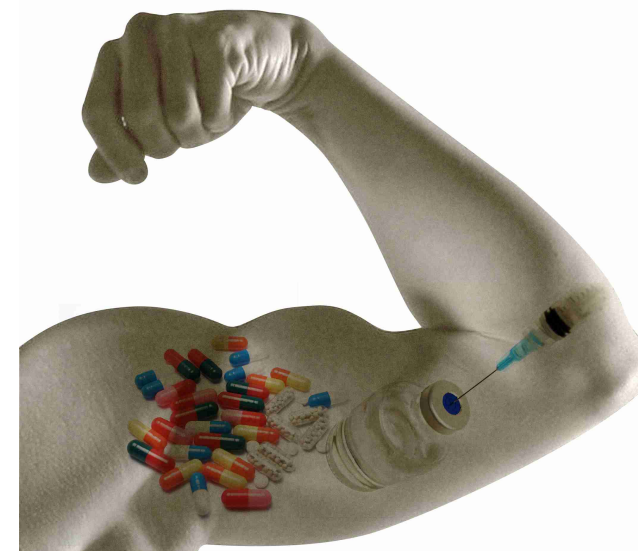
GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE EDUCACIÓN, CULTURA  
Y DEPORTE



CSD  
Consejo Superior de  
Deportes

# Protege tu salud, di **NO** al dopaje



Conoce los riesgos para tu salud de las sustancias y métodos prohibidos en el deporte

# COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS

## ¿Necesitas consumir complementos alimenticios?

Una alimentación sana y equilibrada es suficiente.  
¿REALMENTE LOS NECESITAS?

En caso necesario, tu **farmacéutico** te orientará y aconsejará sobre los complementos alimenticios disponibles en farmacias con todas las garantías para tu salud

## Riesgos del consumo no responsable

Si adquieres productos en establecimientos o fuentes no autorizadas, corres el riesgo de que los productos estén adulterados

**¡EVITA LOS COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS NUTRICIONALES CONTAMINADOS CON PRODUCTOS DOPANTES!**

¿Sabías que los potenciadores y los quemadores de grasas son los productos que incorporan más medicamentos no declarados?

## Precauciones para adquirir complementos alimenticios de manera segura

Compra los productos en establecimientos seguros, huye de las compras sin garantías por internet y en el mercado negro

El etiquetado es importante y debe cumplir la legislación vigente. Comprueba que el etiquetado está en tu idioma, composición, fecha de caducidad, lote,...



Revisa el **sistema de alertas publicado por AEPSAD** para saber los productos que han sido retirados



# USO DE MEDICAMENTOS DE MANERA NO CONTROLADA<sup>(1)</sup>

**CORTICOIDES:** Antiinflamatorios, Betametasona, Triamcinolona, Dexametasona, Metilprednisolona

**Medicamentos con efectos sobre el sistema hormonal:** Hormonas y moduladores, EPO, Hormona del Crecimiento, Anastrozol, Tamoxifeno...

**ESTIMULANTES:** Metilfenidato, Efedrina

**ESTEROIDES ANABOLIZANTES:** Nandrolona, Estanozolol, Metenolona, Testosterona, Mesterolona

<sup>(1)</sup> La seguridad y eficacia de los medicamentos depende, en buena medida, de una utilización ajustada a las indicaciones autorizadas por las Autoridades Sanitarias y de la correspondiente prescripción, indicación y dispensación de los profesionales sanitarios.

# EFECTOS ADVERSOS

La utilización de medicamentos no ajustada a las indicaciones oficiales o el empleo de medicamentos ilegales puede producir efectos no deseados

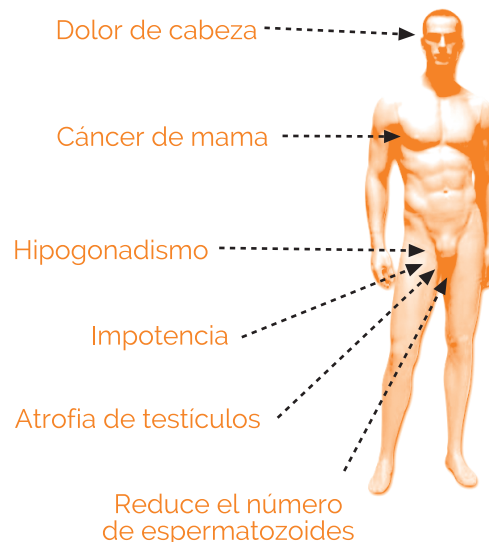
El uso de técnicas no estériles en la aplicación de medicamentos puede producir **DOLOR, INFECCIONES** y formación de **ABSCEOS**

Comprueba sustancias dopantes en los medicamentos



# EFECTOS SECUNDARIOS

## hombres



## ambos sexos

Accidentes cerebro vasculares y coágulos de sangre  
Acné severo en cara y espalda  
Presión arterial alta y enfermedades del corazón  
Calvicie  
Problemas de crecimiento  
Psicológicos: furia, agresión, manías y delirios  
Náuseas y problemas intestinales  
Muerte súbita  
Daño hepático: tumores y quistes  
Problemas urinarios  
Incrementa el riesgo de lesiones en los tendones y el dolor articular

## mujeres

