



## **REGULAMENTO ANTIDOPAGEM**

### **Capítulo I**

#### **Disposições Gerais**

##### **Artigo 1.º**

###### **Objeto, âmbito e definições**

1. O presente regulamento, tem por objetivo estabelecer o quadro geral da luta contra a dopagem na modalidade, aplicando-se aos praticantes desportivos, entidades organizadoras de manifestações desportivas, agentes desportivos, associações e clubes filiados na Federação Portuguesa de Aikido (FPA), bem como aquele que, não se encontrando inscrito ou filiado, participe numa competição desportiva de Aikido, de qualquer natureza, realizada em território português.
2. Ficam igualmente abrangidos pelo presente regulamento todos aqueles praticantes que se encontrem em período fora de competições.

##### **Artigo 2.º**

###### **Definições**

Para efeitos do Regulamento, entende-se por:

- a) «ADAMS (Anti-Doping Administration Management System)», a ferramenta informática para registar, armazenar, partilhar e reportar informação, de modo a ajudar os outorgantes e a AMA nas suas atividades relacionadas com a luta contra a dopagem, respeitando a legislação de proteção de dados;
- b) «Administração», o fornecimento, disponibilização, supervisionamento, facilitação ou qualquer outra forma de participação no uso ou tentativa de uso por outra pessoa de uma substância ou método proibido, excluindo as ações realizadas de boa-fé por parte de pessoal médico envolvendo substância



## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE AIKIDO

proibida ou método proibido utilizados para fins terapêuticos genuínos e legais ou por outra justificação aceitável, bem como excluindo as ações envolvendo substâncias proibidas que não sejam proibidas em controlos de dopagem fora da competição, salvo se as circunstâncias no seu todo demonstrarem que essas substâncias não se destinam a fins terapêuticos genuínos e legais ou que têm por finalidade melhorar o rendimento desportivo;

c) «AMA», a Agência Mundial Antidopagem;

d) «Amostra ou amostra orgânica», qualquer material biológico recolhido para efeitos de controlo de dopagem;

e) «Autoridade Antidopagem de Portugal (ADoP)», a organização nacional antidopagem;

f) «Auxílio considerável», a revelação completa, através de declaração escrita e assinada, de toda a informação relevante conhecida relativamente a violações de normas antidopagem, bem como a cooperação com a investigação e nas decisões que forem tomadas em qualquer caso relacionado com essa investigação;

g) «Competição», manifestação desportiva em que dois ou mais praticantes executem técnicas de Aikido, pelas quais sejam pontuados por qualquer forma e em que são atribuídos prémios;

h) «Controlo de dopagem», o procedimento que inclui todos os atos e formalidades, desde a planificação e distribuição dos controlos até à decisão final, nomeadamente a informação sobre a localização dos praticantes desportivos, a recolha e o manuseamento das amostras, as análises laboratoriais, as autorizações de utilização terapêuticas, a gestão dos resultados, as audições e os recursos;

i) «Controlo», a fase do procedimento de controlo de dopagem que envolve a planificação da distribuição dos controlos, a recolha de amostras, o manuseamento de amostras e o seu transporte para o laboratório;





- j) «Controlo direcionado», a seleção não aleatória para controlo de praticantes desportivos ou grupos de praticantes desportivos, conforme os critérios estabelecidos na norma internacional de controlo e investigações da AMA;
- k) «Controlo em competição», o controlo do praticante desportivo selecionado no âmbito de uma competição específica;
- l) «Controlo fora de competição», qualquer controlo de dopagem que não ocorra em competição;
- m) «Culpa», a prática de um facto com dolo ou negligência; são fatores a ter em conta na avaliação do grau de culpa de um praticante desportivo ou de outra pessoa, por exemplo, o grau de experiência, a menoridade, a incapacidade, o grau de risco que deveria ter sido percecionado pelo praticante desportivo e o nível de cuidado utilizado na avaliação desse grau de risco; a avaliação do grau de culpa do praticante desportivo ou de outra pessoa deve ter em consideração as circunstâncias específicas e relevantes para explicar o seu desvio face ao comportamento esperado;
- n) «Em competição», o período que se inicia nas doze horas que antecedem uma competição em que o praticante desportivo irá participar e que termina com o final da mesma e do processo de colheita de amostras, a menos que seja definido de outra forma pelos regulamentos de uma federação desportiva internacional ou de outra organização antidopagem responsável;
- o) «Evento desportivo», a organização que engloba uma série de competições individuais que se realiza sob a égide da mesma entidade desportiva;
- p) «Evento desportivo internacional», o evento em que uma federação desportiva internacional, as organizações responsáveis por grandes eventos desportivos ou outra organização desportiva internacional constitua a entidade responsável pela sua realização ou nomeie os responsáveis técnicos;
- q) «Evento desportivo nacional», o evento que envolva praticantes desportivos de nível nacional ou internacional e que não constitua um evento desportivo internacional;
- r) «Fora de competição», qualquer período que não seja em competição;



- s) «Grupo alvo de praticantes desportivos», o grupo de praticantes desportivos, identificados pela federação desportiva internacional responsável pela competição e pela ADoP, no quadro do programa antidopagem;
- t) «Inexistência de culpa ou de negligência», a demonstração por parte do praticante desportivo, ou por outra pessoa, de que não sabia ou suspeitava, e não poderia razoavelmente saber ou suspeitar, mesmo atuando com a maior prudência, que usou ou lhe foi administrada uma substância proibida, utilizou um método proibido ou de outra forma violou uma norma antidopagem; caso ao praticante desportivo, exceto se menor, sejam detetadas substâncias, marcadores ou metabolitos, tem ainda de demonstrar como tais elementos entraram no seu organismo;
- u) «Inexistência de culpa ou de negligência significativa», a demonstração por parte do praticante desportivo, ou por outra pessoa, de que a sua culpa ou negligência, quando analisada no conjunto das circunstâncias e tendo em conta os critérios de inexistência de culpa ou de negligência, não foi relevante no que respeita à violação da norma antidopagem; caso ao praticante desportivo, exceto se menor, sejam detectadas substâncias, marcadores ou metabolitos, tem ainda de demonstrar como tais elementos entraram no seu organismo;
- v) «Lista de substâncias e métodos proibidos», as substâncias proibidas e métodos proibidos que constam da legislação nacional ou internacional que regula e previne o uso de dopagem na actividade desportiva;
- x) «Manipulação», a alteração com um fim ilegítimo ou de forma ilegítima; a influência de um resultado de forma ilegítima; a intervenção de forma ilegítima de modo a alterar os resultados ou impedir a realização de procedimentos normais; o fornecimento de informação fraudulenta a uma Organização Antidopagem;
- z) «Marcador», um composto, grupo de compostos ou parâmetros biológicos que indicia o uso de uma substância proibida ou de um método proibido;
- aa) «Metabolito», qualquer substância produzida através de um processo de biotransformação;





- bb) «Método proibido», qualquer método descrito como tal na lista de substâncias e métodos proibidos;
- cc) «Norma Internacional», uma norma adotada pela AMA como elemento de apoio ao Código Mundial Antidopagem;
- dd) «Organização Antidopagem», a entidade responsável pela adoção de regras com vista a desencadear, implementar ou aplicar qualquer fase do processo de controlo de dopagem, compreendendo, designadamente, o Comité Olímpico Internacional, o Comité Paralímpico Internacional, outras organizações responsáveis por grandes eventos desportivos, nos casos em que efetuam controlos, a AMA, as federações desportivas internacionais e as Organizações Nacionais Antidopagem;
- ee) «Organização Nacional Antidopagem», a entidade designada como autoridade responsável pela adoção e implementação de normas antidopagem, condução da recolha de amostras, gestão dos resultados das análises e realização de audições, a nível nacional;
- ff) «Organizações responsáveis por grandes eventos desportivos», as associações continentais de Comités Olímpicos Nacionais e outras organizações internacionais multidesportivas que funcionem como entidade responsável por qualquer evento desportivo continental, regional ou internacional;
- gg) «Outorgantes», as entidades que outorgam o Código Mundial Antidopagem, incluindo o Comité Olímpico Internacional, o Comité Paralímpico Internacional, as federações desportivas internacionais, os Comités Olímpicos Nacionais, os Comités Paralímpicos Nacionais, as organizações responsáveis por grandes eventos desportivos, as Organizações Nacionais Antidopagem e a AMA;
- hh) «Participante», todo o praticante desportivo bem como o seu pessoal de apoio;
- ii) «Passaporte biológico do praticante desportivo», o programa e os métodos de recolha e compilação de dados, conforme descrito na norma internacional de controlo e investigações e na norma internacional de laboratórios, ambas da AMA;



- jj) «Pessoa», uma pessoa singular, uma organização ou outra entidade;
- kk) «Pessoal de apoio», a(s) pessoa(s) singular(es) ou coletiva(s) que trabalhe(m), colabore(m) ou assista(m) o praticante desportivo que participe ou se prepare para participar em competição desportiva, nomeadamente qualquer treinador, dirigente, membro da equipa, profissional de saúde, paramédico, pai, mãe e demais agentes;
- ll) «Posse», a detenção atual, física, ou a detenção de facto de qualquer substância ou método proibido;
- mm) «Praticante desportivo», aquele que, inscrito numa federação desportiva, nacional ou estrangeira, treine ou compita em território nacional, bem como aquele que, não se encontrando inscrito, participe numa competição desportiva realizada em território português;
- nn) «Praticante desportivo de nível internacional», o praticante desportivo que compete a nível internacional, nos termos definidos pela respectiva federação desportiva internacional, conforme previsto na norma internacional de controlo e investigações da AMA;
- oo) «Praticante desportivo de nível nacional», o praticante desportivo inscrito na FPA que compete a nível nacional ou internacional, mas não seja considerado como praticante desportivo de nível internacional;
- pp) «Produto contaminado», um produto que contém uma substância proibida que não é referida no respetivo rótulo ou em informação disponível através de uma razoável pesquisa na Internet;
- qq) «Resultado analítico positivo», o relatório proveniente de um laboratório ou de uma outra entidade aprovada pela AMA, no qual, de acordo com a Norma Internacional de Laboratórios e Documentos Técnicos Relacionados, é identificada a presença numa amostra orgânica de uma substância proibida ou dos seus metabolitos ou marcadores (incluindo elevadas quantidades de substâncias endógenas) ou prova do uso de um método proibido;
- rr) «Resultado analítico atípico», o relatório proveniente de um laboratório ou de uma outra entidade aprovada pela AMA, no qual, de acordo com a Norma





Internacional de Laboratórios e Documentos Técnicos Relacionados, se demonstra a necessidade de investigação complementar;

ss) «Substância específica», qualquer substância proibida, exceto as substâncias pertencentes às classes de agentes anabolizantes e hormonas e os estimulantes e hormonas antagonistas e moduladores, identificados como tal na lista de substâncias e métodos proibidos, sendo que a categoria de substâncias específicas não inclui os métodos proibidos;

tt) «Substância proibida», qualquer substância ou grupo de substâncias descritas como tal na lista de substâncias e métodos proibidos;

uu) «Tentativa», a acção voluntária que constitui um passo substancial no âmbito de uma conduta com o propósito de transgredir uma norma antidopagem, salvo se a pessoa renunciar à mesma antes de descoberto por terceiros nela não envolvidos;

vv) «Tráfico», a venda, o fornecimento, o transporte, o envio, a entrega ou a distribuição de uma substância proibida ou de um método proibido, quer de modo direto quer pelo recurso a sistemas eletrónicos ou outros, por um praticante desportivo, seu pessoal de apoio ou por qualquer pessoa sujeita à jurisdição de uma organização antidopagem, excluindo as ações de boa-fé de pessoal médico envolvendo uma substância proibida utilizada para fins terapêuticos genuínos e legais ou por outra justificação aceitável, em face do que preceitua a AMA e a sua prática, bem como as ações envolvendo substâncias proibidas que não sejam proibidas em controlos de dopagem fora da competição, a menos que as circunstâncias no seu todo demonstrem que esses produtos não se destinam a fins terapêuticos genuínos e legais ou se destinam a melhorar o rendimento desportivo;

ww) «Uso», a utilização, aplicação, ingestão, injeção ou consumo, sob qualquer forma, de qualquer substância proibida ou o recurso a métodos proibidos.



### **Artigo 3º**

#### **Proibição de dopagem e violação das normas antidopagem**

1 - É proibida a dopagem a todos os praticantes desportivos dentro e fora das competições desportivas.

2 - Constitui violação das normas antidopagem por parte dos praticantes desportivos ou do seu pessoal de apoio, consoante o caso:

- a) A mera presença de uma substância proibida, dos seus metabolitos ou marcadores, numa amostra A de um praticante desportivo, quando o praticante desportivo prescinda da análise da amostra B e a amostra B não seja analisada, quando a análise da amostra B confirme a presença de uma substância proibida, dos seus metabolitos ou marcadores, encontrada na amostra A ou quando a amostra B seja separada em dois recipientes e a análise do segundo recipiente confirme a presença da substância proibida, dos seus metabolitos ou marcadores, presente no primeiro recipiente;
- b) O recurso a um método proibido;
- c) O uso ou a tentativa de uso de uma substância proibida ou de um método proibido por um praticante desportivo, demonstrado por confissão do mesmo, por declarações de testemunhas, por prova documental, por conclusões resultantes de perfis longitudinais, incluindo dados recolhidos no âmbito do passaporte biológico do praticante desportivo, ou por outras informações analíticas que não preencham os critérios estabelecidos para a verificação de uma violação das normas antidopagem descritas nas alíneas a) e b);
- d) A fuga, a recusa, a resistência ou a falta sem justificação válida a submeter-se a um controlo de dopagem, em competição ou fora de competição, após a notificação;
- e) A adulteração do controlo de dopagem que não seja considerada como método proibido, nomeadamente, a perturbação ou tentativa de perturbação do elemento responsável pelo controlo de dopagem, a entrega de informação fraudulenta a uma organização antidopagem ou a intimidação ou tentativa de intimidação de uma potencial testemunha;





- f) A ausência do envio dentro do prazo estabelecido, ou o envio de informação incorreta, nos termos do disposto no artigo 7.º da Lei 38/2012, de 28 de Agosto, por três vezes, por parte do praticante desportivo no espaço de 12 meses consecutivos, sem justificação válida, após ter sido devidamente notificado pela ADoP em relação a cada uma das faltas;
- g) A verificação de três controlos declarados como não realizados com base nas regras definidas pela ADoP, num período com a duração de 12 meses consecutivos, sem justificação válida, após o praticante desportivo referido no artigo 7.º da Lei 38/2012, de 28 de Agosto ter sido devidamente notificado por aquela autoridade em relação a cada um dos controlos declarados como não realizados;
- h) A posse em competição por parte do praticante desportivo de qualquer substância ou método proibido, bem como a posse fora da competição de qualquer substância ou método proibido que não seja consentido fora de competição, exceto se for demonstrado que decorre de uma autorização de utilização terapêutica ou de outra justificação aceitável;
- i) A posse em competição, por parte de um membro do pessoal de apoio ao praticante desportivo, que tenha ligação com este, com a competição ou local de treino, de qualquer substância ou método proibido, ou, fora de competição, de substância ou método proibido que seja interdito fora de competição, exceto se for demonstrado que decorre de uma autorização de utilização terapêutica a praticante desportivo ou de outra justificação aceitável;
- j) A assistência, o encorajamento, o auxílio, a instigação, a conspiração, o encobrimento ou qualquer outra forma de colaboração para a violação de uma norma antidopagem, ou tentativa de violação de uma norma antidopagem, ou para a violação da proibição de participar em competição desportiva durante um período de suspensão, por outra pessoa;
- k) A associação, na qualidade de profissional ou outra de âmbito desportivo, salvo se conseguir demonstrar que a associação não ocorreu nessa qualidade,



depois de devidamente notificado pela ADoP, a membro do pessoal de apoio que:

- i) Estando sujeito à autoridade de uma organização antidopagem, esteja a cumprir um período de suspensão da atividade desportiva;
- ii) Não estando sujeito à autoridade de uma organização antidopagem, tenha sido sancionado criminal ou disciplinarmente, nos últimos seis anos ou em período superior, caso a sanção seja superior, por uma conduta que teria sido qualificada como violação de norma antidopagem, caso a esse comportamento tivesse sido aplicado o regime jurídico da luta contra a dopagem;
- iii) Actue como representante ou intermediário de pessoa que se encontre numa das situações previstas nas subalíneas anteriores.

3 - Qualquer combinação de três situações constantes das alíneas f) e g) do número anterior, no espaço de 12 meses consecutivos, constitui igualmente uma violação das normas antidopagem.

4 - A ADoP deve comunicar à AMA os factos que constituam violação de normas antidopagem nos termos da alínea k) do n.º 2.

5 - Os praticantes desportivos e seu pessoal de apoio não podem alegar desconhecimento das normas que constituam uma violação antidopagem nem da lista de substância e métodos proibidos.

#### **Artigo 4.º**

##### **Lista de substâncias e métodos proibidos**

- 1. A lista de substâncias e métodos proibidos em vigor é aprovada por portaria do membro do Governo responsável pela área do desporto e publicada no Diário da República, que constitui Anexo I ao presente regulamento.
- 2. A ADoP divulga a lista de substâncias e métodos proibidos junto da FPA que, no âmbito do Aikido, a deve adotar e dar publicidade.





### **Artigo 5.º**

#### **Deveres do praticante desportivo**

1. Cada praticante desportivo tem o dever de se assegurar de que não introduz ou é introduzido no seu organismo qualquer substância proibida ou que não existe recurso a qualquer método proibido.
2. O praticante desportivo não deve abandonar os espaços desportivos nos quais se realizou esse evento ou competição sem se assegurar que não é alvo do controlo.

### **Artigo 6.º**

#### **Responsabilidade**

Incorre em responsabilidade civil, criminal ou disciplinar, nos termos previsto na Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto, todo o praticante desportivo, pessoal de apoio ao praticante desportivo, dirigente ou pessoal da FPA que, por qualquer forma infrinja as normas legais ou regulamentares que previnem e proíbem o uso de dopagem ou recurso a qualquer método proibido, bem assim como, aquele que viole as regras relativas à confidencialidade do procedimento de controlo de dopagem.

### **Artigo 7.º**

#### **Obrigações de submissão a controlo de dopagem**

1. Os praticantes desportivos, bem como todos aqueles que se encontrem abrangidos pela proibição de dopagem, que participem em competições desportivas oficiais, independentemente da sua nacionalidade, estão obrigados a submeter-se ao controlo de dopagem, nos termos da legislação em vigor.
2. O disposto no número anterior aplica-se aos controlos fora de competição, devendo as respetivas ações de controlo de dopagem processar-se sem aviso prévio.



## **Capítulo II**

### **Ações e Tramitação do Controlo**

#### **Artigo 8.º**

##### **Ações de controlo**

1. As ações de controlo são realizadas nos termos previstos na legislação em vigor.
2. A FPA comunica à ADoP todas as acções de controlo a que os seus praticantes filiados forem submetidos no estrangeiro.
3. Podem ser realizadas ações de controlo no estrangeiro a cidadãos nacionais, bem como a cidadãos estrangeiros em território português, nomeadamente no âmbito de acordos bilaterais celebrados com organizações antidopagem de outros países.
4. As acções de controlo em competição ou fora são realizadas por sorteio, devendo, ainda, ser sujeitos ao controlo os praticantes cujo comportamento, em competição ou fora desta, se tenha revelado anómalo do ponto de vista médico ou desportivo.

#### **Artigo 9.º**

##### **Ações de controlo em competição**

1. As competições de âmbito nacional nas quais, em cada época desportiva, se podem realizar controlos são:
  - a) Campeonato Nacional;
  - b) Campeonatos Nacionais de Categorias.
2. Para cada uma das competições referidas no número anterior, a FPA designa um elemento como delegado para o controlo de dopagem.





**Artigo 10.º**

**Seleção dos praticantes desportivos**

1. A seleção dos praticantes desportivos a submeter a controlos em competição é realizada de acordo com os seguintes critérios:
  - a) Os três melhores classificados;
  - b) Os três atletas a sortear, entre todos os praticantes do Campeonato.
2. A metodologia referida no número anterior respeita os princípios definidos na norma internacional para controlo da AMA e no regulamento antidopagem da International Aikido Federation.
4. A seleção do praticante desportivo a submeter a controlo fora de competição é realizada pela ADoP, podendo ocorrer por sorteio ou de forma direcionada.

**Artigo 11.º**

**Taxa de alcoolemia**

1. O controlo da quantidade de álcool existente no sangue de um praticante desportivo é realizado através do método de análise expiratória.
2. O procedimento utilizado na deteção do álcool no ar expirado baseia-se no modelo de boas práticas da AMA e no procedimento técnico de deteção do álcool no ar expirado aprovado pela ADoP.
3. O praticante desportivo que apresente uma taxa de alcoolemia acima do limite permitido na lista de substâncias e métodos proibidos fica automaticamente proibido de participar nessa competição e sujeito obrigatoriamente a procedimento disciplinar.



### **Capítulo III**

#### **Regime Sancionatório e Procedimento Disciplinar**

##### **Artigo 12.º**

###### **Ilícitos**

A violação das normas que proíbem o uso de dopagem e o recurso a qualquer método proibido constitui ilícito criminal, contra-ordenacional ou disciplinar, conforme as disposições da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto.

##### **Artigo 13.º**

###### **Ilícitos disciplinares**

1. Constitui ilícito disciplinar a violação do disposto no n.º 2 do artigo 3.º, bem como a violação do n.º 2 do art.º 37º da Lei n.º 38/2012, de 28 de Agosto.
2. O disposto nos artigos 44.º, 45.º e 46.º da Lei n.º 38/2012, de 28 de Agosto, constituem igualmente ilícitos disciplinares quando o infractor for um praticante desportivo, um elemento do seu pessoal de apoio ou se encontre inscrito na FPA.
3. A tentativa e a negligência são puníveis.

##### **Artigo 14.º**

###### **Denúncia**

Caso, no âmbito dos processos de inquérito ou disciplinares previstos na Lei n.º 38/2012, de 28 de Agosto, sejam apurados factos suscetíveis de indiciarem a prática de um crime, devem os mesmos ser comunicados pela FPA ao Ministério Público e à ADoP.

##### **Artigo 15.º**

###### **Abertura de procedimento disciplinar**

A existência de indícios de uma infração às normas antidopagem determina automaticamente a abertura de um procedimento disciplinar pelo órgão disciplinar federativo, adequado a determinar a eventual existência de envolvimento e o grau de participação por parte do pessoal de apoio ao





praticante desportivo, devendo, nomeadamente, averiguar quanto ao modo de obtenção pelo praticante desportivo da substância ou método proibido.

### **Artigo 16.º**

#### **Procedimento disciplinar**

1. A notificação, pela ADoP, de uma violação de norma antidopagem determina que a Federação envie a mesma ao respetivo órgão disciplinar federativo, no prazo máximo de cinco dias úteis a contar da sua receção, de forma a que este proceda à abertura do respetivo procedimento disciplinar.
2. A entidade responsável pela elaboração da instrução do procedimento disciplinar emite a nota de culpa, no prazo de dez dias úteis, contados após o envio do processo para o respetivo órgão disciplinar federativo.
3. O visado dispõe de vinte dias úteis para deduzir a sua defesa e requerer a produção de prova.
4. Findas as diligências de prova, o órgão disciplinar profere decisão em 30 dias
5. O recurso da decisão é interposto no prazo de vinte dias a contar da notificação desta para o Conselho de Justiça, o qual delibera em trinta dias.
6. São admissíveis todas as provas em Direito permitidas.

### **Artigo 17.º**

#### **Aplicação de sanções disciplinares**

1. A aplicação das sanções disciplinares previstas no presente regulamento compete à ADoP e encontra-se delegada na FPA titular do estatuto de utilidade pública desportiva, a quem cabe igualmente a instrução dos processos disciplinares.
2. A FPA dispõe de uma instância de recurso, para a qual o agente desportivo sancionado pode recorrer, sem efeito suspensivo, a qual é uma entidade diversa e independente da que o sancionou em primeira instância.
3. Entre a comunicação de uma violação de norma antidopagem e a aplicação da correspondente sanção disciplinar não pode mediar um prazo superior a 120



dias, de acordo com o previsto no n.º 5 do artigo 59.º da Lei n.º 38/2012, de 28 de Agosto.

4. O prazo definido no número anterior inicia-se na data da receção da notificação de uma violação de norma antidopagem por parte da ADoP à FPA.

5. Em caso de incumprimento do prazo referido no n.º 3, a FPA remete no prazo máximo de cinco dias o processo disciplinar à ADoP, que fica responsável pela instrução e ou aplicação da sanção disciplinar.

### **Artigo 18.º**

#### **Impugnação de sanções disciplinares**

1. Sem prejuízo do disposto no n.º 3, as decisões dos órgãos disciplinares federativos, ou da ADoP, que impliquem um procedimento disciplinar são recorríveis para o Tribunal Arbitral do Desporto, tendo a ADoP sempre legitimidade para recorrer se a decisão não tiver sido por si proferida.

2. A Federação Desportiva internacional respetiva e a AMA podem intervir no processo para defender os interesses relativos ao combate à dopagem no desporto, nos termos gerais de direito e, em particular, nos termos da Convenção Internacional contra a Dopagem no Desporto da UNESCO.

3. As decisões emergentes de violações praticadas por praticante desportivo de nível internacional, ou em eventos internacionais, são recorríveis para o Tribunal Arbitral do Desporto de Lausanne, nos termos previstos no Código Mundial Antidopagem.

### **Artigo 19.º**

#### **Presença ou uso de substâncias ou métodos proibidos**

1. Em caso de violação de normas antidopagem previstas nas alíneas a) a c) e h) do n.º 2 do artigo 3.º, o praticante desportivo é punido, tratando-se de primeira infração, com pena de suspensão por um período de 4 ou 2 anos, consoante a infração for praticada a título doloso ou de negligência.





2. No caso de violação das normas antidopagem previstas nas alíneas a) a c) do n.º 2 do artigo 3.º, relativas a substâncias não específicas proibidas em competição, presume-se que aquela foi praticada com negligência, se o praticante desportivo provar que ocorreu fora de competição num contexto não relacionado com o rendimento desportivo, sem prejuízo da possibilidade de eliminação ou redução do período de suspensão nos termos do disposto no artigo 67.º da Lei nº 38/2015, de 28 de Agosto
3. A tentativa é punível.

### **Artigo 20.º**

#### **Substâncias específicas**

1. Tratando-se de substâncias específicas, aplica-se o disposto no artigo anterior, cabendo à ADoP a demonstração da conduta dolosa do praticante desportivo.
2. No caso de violação das normas antidopagem previstas nas alíneas a) a c) do n.º 2 do artigo 3.º, relativas a substâncias específicas proibidas em competição, presume-se, de forma inilidível, que aquela foi praticada com negligência, se o praticante desportivo provar que ocorreu fora de competição, sem prejuízo da possibilidade de eliminação ou redução do período de suspensão nos termos do disposto no artigo 67.º da Lei nº 38/2015, de 28 de Agosto.

### **Artigo 21.º**

#### **Outras violações às normas antidopagem**

1. Ao praticante desportivo que violar as normas antidopagem previstas nas alíneas d), e) e j) do n.º 2 do artigo 3.º é aplicada a seguinte sanção de suspensão da actividade desportiva, tratando-se de primeira infracção:
  - a) 4 anos, se a conduta for praticada a título doloso;
  - b) 2 anos, se a conduta for praticada a título de negligência.



2. Ao praticante desportivo que violar as normas antidopagem previstas nas alíneas f), g) e k) do n.º 2 do artigo 3.º é aplicada a seguinte sanção de suspensão da actividade desportiva, tratando-se de primeira infracção:

a) 2 anos, se a conduta for praticada a título doloso;

b) 1 ano, se a conduta for praticada a título de negligência.

3. Ao praticante desportivo que participe em eventos ou competições desportivas durante o período de suspensão preventiva ou efectiva, são anulados os resultados obtidos e será iniciada a contagem do período de suspensão inicialmente imposto, desde a data da violação do período de suspensão.

4. O praticante desportivo que violar o disposto nos artigos 44.º, 45.º e 46.º da Lei nº 38/2015, de 28 de Agosto é igualmente punido disciplinarmente com pena de suspensão de 4 até 25 anos, tratando-se da primeira infracção.

## **Artigo 22.º**

### **Sanções ao pessoal de apoio ao praticante desportivo**

1. Ao pessoal de apoio do praticante desportivo que violar as normas antidopagem previstas nas alíneas e), i), e j) do n.º 2 do artigo 3.º é aplicada a seguinte sanção de suspensão da actividade desportiva, tratando-se de primeira infracção:

a) 4 anos, se a conduta for praticada a título doloso;

b) 2 anos, se a conduta for praticada a título de negligência.

2. Ao pessoal de apoio do praticante desportivo que violar a norma antidopagem prevista na alínea k) do n.º 2 do artigo 3.º é aplicada a seguinte sanção de suspensão da actividade desportiva, tratando-se de primeira infracção:

a) 2 anos, se a conduta for praticada a título doloso;

b) 1 ano, se a conduta for praticada a título de negligência.

3. Para o pessoal de apoio do praticante desportivo que for profissional de saúde, as sanções descritas nos números anteriores são agravadas, nos seus limites mínimo e máximo, para o dobro.





4. O disposto no n.º 1, relativamente à violação da norma antidopagem prevista na alínea i) do n.º 2 do artigo 3.º, aplica-se às substâncias específicas, cabendo à ADoP a demonstração da conduta dolosa do pessoal de apoio do praticante desportivo.
5. Ao pessoal de apoio do praticante desportivo que violar o período de suspensão preventiva ou efectiva, será iniciada a contagem do período de suspensão inicialmente imposto, desde a data da violação do período de suspensão.
6. Ao pessoal de apoio do praticante desportivo que praticar os ilícitos criminais previstos nos artigos 44.º, 45.º e 46.º da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto é aplicada a sanção de suspensão da actividade desportiva pelo período de 4 a 25 anos, para a primeira infracção.

### **Artigo 23.º**

#### **Múltiplas violações**

1. No caso de segunda violação de norma antidopagem por um praticante desportivo ou outra pessoa, é aplicada a mais gravosa das seguintes sanções:
  - a) Seis meses de suspensão da actividade desportiva;
  - b) Metade do período de suspensão da actividade desportiva aplicado à primeira violação de norma antidopagem, sem qualquer atenuação resultante do disposto no artigo 67.º da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto;
  - c) O dobro do período de suspensão da actividade desportiva aplicável à segunda violação de norma antidopagem, caso esta fosse considerada como primeira violação, sem qualquer atenuação resultante do disposto no artigo 67.º da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto.
2. Tratando-se de terceira infracção, o praticante desportivo ou o pessoal de apoio ao praticante desportivo é punido com pena de suspensão por um período de 25 anos.
3. No caso mencionado no número anterior, se a terceira violação envolver uma violação de norma antidopagem de acordo com o disposto nas alíneas f), g) e k)



do n.º 2 e no n.º 3 do artigo 3.º, o praticante desportivo é punido com pena de suspensão por um período de 8 a 25 anos.

4. Consideram-se múltiplas violações, para efeitos do presente artigo, aquelas que ocorrerem dentro de um intervalo de tempo de 10 anos relativamente à data em que ocorrer a primeira violação, devendo ainda observar-se as disposições da AMA e a sua prática.

#### **Artigo 24.º**

##### **Sanções por violação da obrigação de confidencialidade**

1. Todos os intervenientes no processo de controlo de dopagem estão sujeitos ao dever de confidencialidade referente aos assuntos que conheçam em razão da sua atividade.

2. Quem violar o dever de confidencialidade previsto no número anterior é punido com uma pena de suspensão da atividade desportiva:

a) Tratando-se de primeira infração, com pena de suspensão por um período de 6 meses a 2 anos.

b) Tratando-se de segunda infração, com pena de suspensão por um período de 2 a 4 anos.

3. Sem prejuízo da responsabilidade prevista em lei específica, a violação da confidencialidade no tratamento de dados pessoais ou de outra informação sensível relativa ao controlo de dopagem por parte do responsável ou por qualquer dirigente, funcionário ou agente da Administração Pública constitui infração disciplinar.

#### **Artigo 25.º**

##### **Determinação da medida da sanção**

1. A determinação da medida da sanção, dentro dos seus limites, faz-se em função da gravidade da infração, da culpa, da situação económica do agente e do benefício económico ou desportivo que este retirou da prática da infração.





2. Tratando-se de negligência, os limites mínimo e máximo da sanção aplicáveis são reduzidos a metade.
3. A tentativa é punível com a sanção aplicável à infracção consumada, especialmente atenuada.

### **Artigo 26.º**

#### **Direito a audiência prévia**

O praticante desportivo ou outra pessoa tem o direito, em qualquer dos casos, antes de ser aplicada qualquer sanção, a ser ouvido com vista a apresentar os seus argumentos de forma a tentar eliminar ou reduzir a sanção a aplicar.

### **Artigo 27.º**

#### **Parecer prévio**

A aplicação de qualquer sanção inferior a uma suspensão da actividade desportiva de 2 anos, a eliminação ou redução do período de suspensão, bem como a decisão de arquivamento do processo, tem que ser precedida, para efeitos de aprovação da mesma, de parecer prévio emitido pelo CNAD.

### **Artigo 28.º**

#### **Início do período de suspensão**

1. O período de suspensão tem início na data da notificação da decisão disciplinar da primeira instância.
2. Qualquer período de suspensão preventiva é deduzido no período total de suspensão a cumprir.
3. Tendo por base o princípio da equidade, no caso de existência de atrasos no processo de instrução ou noutros procedimentos do controlo de dopagem não imputáveis ao praticante desportivo ou outra pessoa alvo do processo, a instância que aplicar a sanção pode declarar como data de início do período de suspensão uma data anterior, que pode recuar até à data de recolha das amostras ou à data em que ocorreu a última violação da norma antidopagem.



4. Caso o praticante desportivo ou outra pessoa, quando confrontado com a prova da violação de uma norma, admitir tal infracção, pode iniciar o período sancionatório na data da recolha da amostra ou da violação da norma, desde que metade do período sancionatório daí resultante seja cumprido a partir da data da imposição da pena.
5. Qualquer período de suspensão cumprido no seguimento de decisão que venha a ser objecto de recurso é deduzido no período total de suspensão que venha, a final, a ser aplicado.
6. O praticante desportivo não pode beneficiar de qualquer redução do seu período de suspensão pelo facto de, em data anterior à sua suspensão preventiva, ter decidido não competir ou ter sido suspenso pela sua equipa.

### **Artigo 29.º**

#### **Estatuto durante o período de suspensão**

1. Quem tenha sido objecto da aplicação de uma sanção de suspensão não pode, durante o período de vigência da mesma, participar, em que qualidade for, numa competição ou evento desportivo ou em qualquer actividade realizada sobre a égide de um signatário do Código Mundial Antidopagem, de qualquer dos seus associados ou por clubes ou associações desportivas, tanto a nível nacional como internacional.
2. Excepciona-se do disposto no número anterior a participação em programas autorizados de formação antidopagem e em programas de reabilitação autorizados pela ADoP.
3. O praticante desportivo ou outra pessoa sujeito a um período de suspensão de duração superior a 4 anos, pode, após cumprir quatro anos do período de suspensão, participar em competições ou eventos desportivos locais de uma modalidade diferente daquela na qual foi cometida a violação da norma antidopagem, desde que, cumulativamente:
  - a) A competição ou o evento não tenham um nível competitivo que possa qualificar, directa ou indirectamente, para competir, ou acumule pontos para





poder competir num campeonato nacional ou numa competição ou evento desportivo internacional e não envolva o contacto, seja em que condição for, com menores de idade;

b) Permaneça sujeito a controlos de dopagem.

4. O praticante desportivo sujeito a um período de suspensão pode retomar o treino com a equipa ou utilizar as instalações do clube ou da FPA durante os últimos dois meses do período de suspensão ou no último quarto do período de suspensão, consoante o que seja menor.

5. Para além do disposto no artigo 72.º da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto, o praticante desportivo que viole uma norma antidopagem não pode beneficiar, durante o período de suspensão, de apoios ou participações por parte do Estado, das regiões autónomas e das autarquias locais ou de qualquer entidade por aquelas financiada, salvo se conseguir reduzir o período de suspensão, nos termos do artigo 67.º da Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto.

### **Artigo 30.º**

#### **Comunicação das sanções aplicadas e registo**

1. Para efeitos de registo e organização do processo individual, a FPA comunica à ADoP, no prazo de oito dias, todas as decisões proferidas no âmbito do controlo de dopagem, independentemente de as mesmas poderem ser susceptíveis de recurso.

2. A FPA deve igualmente comunicar à ADoP todos os controlos a que os praticantes desportivos filiados tiverem sido submetidos por outras organizações antidopagem.

### **Artigo 31.º**

#### **Invalidação de resultados individuais**

1. A violação de uma norma antidopagem no âmbito de um controlo em competição conduz automaticamente à invalidação do resultado individual obtido



nessa competição com todas as consequências daí resultantes, incluindo a retirada de quaisquer medalhas, pontos e prémios.

2. A violação de uma norma antidopagem que ocorra durante um evento desportivo conduz, mediante decisão da entidade responsável pela organização, à invalidação de todos os resultados individuais obtidos pelo praticante desportivo durante o mesmo, incluindo a perda de todas as medalhas, pontos e prémios que haja conquistado.

3. O disposto no número anterior não se aplica se o praticante desportivo demonstrar que na origem da infracção em causa não esteve qualquer conduta culposa ou negligente da sua parte.

4. A invalidação dos resultados referida no n.º 2 aplica-se igualmente nos casos em que, ainda que demonstrada a ausência de culpa ou negligência, os resultados do praticante desportivo noutras competições do mesmo evento desportivo, que não aquela em que ocorreu a infracção aos regulamentos antidopagem, tiverem sido influenciados por esta.

5. A participação, em que qualidade for, numa competição ou evento desportivo em violação do disposto no n.º 1 do artigo 70.º da Lei nº 38/2012 de 28 de Agosto conduz à invalidação do resultado obtido e à aplicação, por parte da entidade que procedeu à aplicação da sanção inicial, de um novo período de suspensão no final do período inicialmente previsto.

### **Artigo 32.º**

#### **Efeitos para equipas, clubes ou sociedades anónimas desportivas**

1. Caso mais de um praticante desportivo de uma equipa, clube ou sociedade anónima desportiva tenha sido notificado da possibilidade de violação de uma norma antidopagem no âmbito de uma competição desportiva, a equipa, clube ou sociedade anónima desportiva deve ser sujeito a um controlo direccionado.

2. Se se apurar que mais de um praticante desportivo da mesma equipa, clube ou sociedade anónima desportiva incorreu na violação de uma norma





antidopagem durante um evento desportivo, podem as entidades atrás mencionadas ser desclassificadas ou ficar sujeitas a outra medida disciplinar.

### **Artigo 33.º**

#### **Anulação de resultados em competições realizadas após a recolha das amostras**

Para além do disposto no artigo 31.º, todos os outros resultados desportivos alcançados a partir da data em que a amostra positiva foi recolhida, quer em competição quer fora de competição, ou em que ocorreram outras violações das normas antidopagem, são anulados com todas as consequências daí resultantes, até ao início da suspensão preventiva ou da suspensão, excepto se outro tratamento for exigido por questões de equidade.

### **Artigo 34.º**

#### **Denúncia obrigatória**

Os titulares dos órgãos e os funcionários da FPA, associações e agrupamentos de clubes nela filiados devem transmitir ao Ministério Público notícia dos crimes previstos na Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto de que tenham conhecimento no exercício das suas funções e por causa delas.

## **Capítulo IV**

### **Disposições finais**

### **Artigo 35.º**

#### **Casos Omissos**

Aos casos omissos aplicam-se as normas legais ou regulamentares, nacionais ou internacionais, que directamente previnam o caso omissos, nomeadamente, a Lei nº 38/2012, de 28 de Agosto e a Portaria nº 11/2013, de 11 de Janeiro.



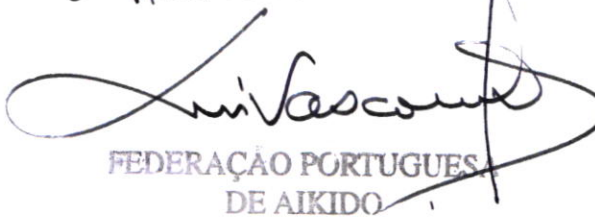
## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE AIKIDO

### Artigo 36.º

#### Norma revogatória

São revogadas quaisquer normas regulamentares relativas a dopagem anteriormente emitidas pela FPA.

APROVADO EM REUNIÃO DE DIRECÇÃO DE 28 DEZEMBRO DE 2016

O Presidente da FPA  
  
FEDERAÇÃO PORTUGUESA  
DE AIKIDO  
Rua de Coimbra, 59-3.º Dto  
2775-539 CARCAVELOS



# Lista de Substâncias e Métodos Proibidos

Código Mundial Antidopagem

1 de janeiro de 2016

(data de entrada em vigor)

O texto oficial da Lista de Substâncias e Métodos Proibidos é mantido pela AMA e é publicado em Inglês e Francês. Em caso de conflito entre a versão Portuguesa e as versões originais, a versão em Inglês prevalece.

De acordo com o Artigo 4.2.2. do Código Mundial Antidopagem, todas as *Substâncias Proibidas* serão consideradas "*Substâncias Específicas*" exceto as substâncias previstas nas classes **S1**, **S2**, **S4.4**, **S4.5** e **S6.a** e os Métodos Proibidos **M1**, **M2** e **M3**.

## SUBSTÂNCIAS E MÉTODOS PROIBIDOS EM COMPETIÇÃO E FORA DE COMPETIÇÃO

### SUBSTÂNCIAS PROIBIDAS

#### S0. SUBSTÂNCIAS NÃO APROVADAS OFICIALMENTE

Qualquer substância farmacológica que não seja referida em qualquer das subseqüentes seções da presente Lista e que não tenha sido objeto de aprovação por qualquer autoridade reguladora governamental de saúde pública para uso terapêutico em humanos (e.g. substâncias sob desenvolvimento pré-clínico ou clínico, ou que foram descontinuadas, drogas de síntese, medicamentos aprovados apenas para uso veterinário) é proibida em competição e fora de competição.

#### S1. AGENTES ANABOLISANTES

Os agentes anabolisantes são proibidos.

##### 1. Esteroides androgénicos anabolisantes

a. Esteroides androgénicos anabolisantes exógenos\* incluindo:

**1-androstenediol** (5 $\alpha$ -androst-1-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); **1-androstenediona** (5 $\alpha$ -androst-1-ene-3,17-diona); **bolandioli** (estr-4-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); **bolasterona**; **boldenona**; **boldiona**

(androst-1,4-diene-3,17-diona); **calusterona**; **clostebol**; **danazol** ([1,2]oxazolo[4',5':2,3]pregna-4-en-20-yn-17 $\alpha$ -ol); **dehidroclormetiltestosterona** (4-cloro-17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metilandro-1,4-dien-3-ona); **desoximetiltestosterona** (17 $\alpha$ -metil-5 $\alpha$ -androst-2-ene-17 $\beta$ -ol); **drostanolona**; **estanozolol**; **estembolona**; **etilestrenol** (19-norpregna-4-en-17 $\alpha$ -ol); **fluoximesterona**; **formebolona**; **furazabol** (17 $\alpha$ -metil[1,2,5]oxadiazolo[3',4':2,3]-5 $\alpha$ -androst-17 $\beta$ -ol); **gestrinona**; **4-hidroxitestosterona** (4,17 $\beta$ -dihidroxiandro-4-en-3-ona); **mestanolona**; **mesterolona**; **metandienona** (17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metilandro-1,4-diene-3-ona); **metandriol**; **metasterona** (17 $\beta$ -hidroxi-2 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -dimetil-5 $\alpha$ -androst-3-one); **metenolona**; **metildienolona** (17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metilestra-4,9-diene-3-ona); **metil-1-testosterona** (17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metil-5 $\alpha$ -androst-1-ene-3-ona); **metilnortestosterona** (17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -metilestra-4-ene-3-ona); **metiltestosterona**; **metribolona** (methyltrienolona, 17 $\beta$ -hidroxi-17 $\alpha$ -methylestra-4,9,11-trien-3-ona); **mibolona**; **nandrolona**; **19-norandrostenediona** (estr-4-ene-3,17-diona); **norboletona**; **norclostebol**; **noretandrolona**; **oxabolona**; **oxandrolona**; **oximesterona**; **oximetolona**; **prostanazol** (17 $\beta$ -[(tetrahydropyran-2-yl)oxy]-1'H-pyrazolo[3,4:2,3]-5 $\alpha$ -androstane); **quimbolona**; **1-testosterona** (17 $\beta$ -hidroxi-5 $\alpha$ -androst-1-ene-3-ona); **tetrahidrogestrinona** (17-hidroxi-18 $\alpha$ -homo-19-nor-17 $\alpha$ -pregna-4,9,11-trien-3-one); **trembolona** (17 $\beta$ -hidroxiestr-4,9,11-trien-3-one) e outras substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similar(es).

**b. Esteroides androgénicos anabolisantes endógenos\*\***, quando administrados exogenamente:

**Androstenediol** (androst-5-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); **androstenediona** (androst-4-ene-3,17-diona); **dihidrotestosterona** (17 $\beta$ -hidroxi-5 $\alpha$ -androstane-3-ona); **prasterona** (dehidroepiandrosterona, DHEA, 3 $\beta$ -hydroxyandrost-5-en-17-one); **testosterona** e os seus metabolitos e isómeros, incluindo, mas não limitado a:

**5 $\alpha$ -androstane-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol**; **5 $\alpha$ -androstane-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol**; **5 $\alpha$ -androstane-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol**; **5 $\alpha$ -androstane-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol**; **5 $\beta$ -androstane-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol**; **androst-4-ene-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol**; **androst-4-ene-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol**; **androst-4-ene-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol**; **androst-5-ene-3 $\alpha$ ,17 $\alpha$ -diol**; **androst-5-ene-3 $\alpha$ ,17 $\beta$ -diol**; **androst-5-ene-3 $\beta$ ,17 $\alpha$ -diol**; **4-androstenediol** (androst-4-ene-3 $\beta$ ,17 $\beta$ -diol); **5-androstenediona** (androst-5-ene-3,17-diona); **androsterona** (3 $\beta$ -hydroxy-5 $\alpha$ -androst-17-one); **epi-dihidrotestosterona**; **epitestosterona**; **etiocolanolona**; **7 $\alpha$ -hidroxi-DHEA**; **7 $\beta$ -hidroxi-DHEA**; **7-keto-DHEA**; **19-norandrosterona**; **19-noreticoliocolanolona**.

## **2. Outros agentes anabolisantes, incluindo mas não limitados a:**

**Clenbuterol**, **moduladores seletivos dos recetores dos androgénios** (SARMs, e.g. **andarina** e **ostarina**), **tibolona**, **zeranol** e **zilpaterol**.

*Para efeitos desta seção:*

\* "Exógeno" refere-se a uma substância que não é normalmente produzida naturalmente pelo organismo.

\*\* "Endógeno" refere-se a uma substância que é normalmente produzida naturalmente pelo organismo.



## **S2. HORMONAS PEPTÍDICAS, FATORES DE CRESCIMENTO, SUBSTÂNCIAS RELACIONADAS E MIMÉTICOS**

As seguintes substâncias e outras substâncias com estrutura química similar ou efeito(s) biológico(s) similar(es), são proibidas:

### **1. Agonistas dos Recetores de Eritropoietina**

#### **1.1 Agentes Estimulantes da Eritropoiese (ESAs) incluindo e.g.**

**darbopoietina (dEPO);  
eritropoietinas (EPO);  
EPO-Fc;  
peptídeos EPO-miméticos (EMP), e.g. CNTO 530 e peginesatida;  
metoxi polietileno glicol-epoiteína beta (CERA).**

#### **1.2 Agonistas dos Recetores de EPO não eritropoiéticos, e.g.**

**ARA-290;  
asialo EPO;  
EPO carbamilada.**

**2. Estabilizadores dos fatores indutores de hipoxia (HIF), e.g. cobalto e FG-4592; e ativadores HIF, e.g. xénon, árgon;**

**3. Gonadotrofina Coriónica (CG) e Hormona Luteinizante (LH) e os seus fatores de libertação, e.g. buserelina, gonadorelina e leuprorelina, proibidos apenas nos praticantes desportivos do sexo masculino;**

**4. Corticotrofinas e os seus fatores de libertação, e.g. corticorelina;**

**5. Hormona de crescimento (GH) e os seus fatores de libertação incluindo:**

**Hormona de libertação da Hormona de crescimento (GHRH) e seus análogos, e.g. CJC1295, sermorelina e tesamorelina;**

**Secretagogos da Hormona de crescimento (GHS), e.g. grelina e miméticos da grelina, e.g. anamorelina e ipamorelina;**

**Peptídicos Libertadores de GH (GHRPs), e.g. alexamorelina, GHRP-6, hexarelina, e pralmorelina (GHRP-2).**

Para além disso, os seguintes fatores de crescimento são proibidos:

**Fatores de crescimento fibroblásticos (FGFs); Fatores de crescimento hepatocitários (HGF); Fatores de crescimento insulina-like (IGF-1) e seus análogos; Fatores de crescimento mecânicos (MGFs); Fatores de crescimento plaquetários (PDGF); Fatores de crescimento vaso-endoteliais (VEGF) e quaisquer outros fatores de crescimento que afetem a síntese proteica/degradação ao nível dos músculos, tendões ou ligamentos, a vascularização, a utilização energética, a capacidade regenerativa ou a mudança de tipo de fibra.**

## **S3. BETA-2 AGONISTAS**

Todos os **beta-2 agonistas**, incluindo todos os isómeros óticos (por ex. **d-** e **l-**) quando relevante, são proibidos.

Excetua-se:

- O **salbutamol** quando administrado por via inalatória (máximo de 1600 microgramas num período de 24 horas);
- O **formoterol** quando administrado por via inalatória (máximo de 54 microgramas num período de 24 horas); e
- O **salmeterol** quando administrado por via inalatória de acordo com o regime terapêutico recomendado pelo fabricante.

A presença de salbutamol na urina numa concentração superior a 1000 ng/mL ou do formoterol numa concentração superior a 40 ng/mL faz presumir que não se trata de um uso terapêutico da substância e será considerada como um resultado analítico positivo a não ser que o praticante desportivo prove, através de um estudo farmacocinético controlado, que o resultado anormal foi a consequência de uma utilização terapêutica administrada por via inalatória dentro dos limites máximos acima indicados.

#### **S4. HORMONAS E MODULADORES METABÓLICOS**

As seguintes **hormonas e moduladores metabólicos** são proibidos:

**1. Inibidores da aromatase** incluindo, mas não limitados a: **aminoglutetimida; anastrozol; androsta-1,4,6-triene-3,17-diona** (androstatrienediona); **4-androstene-3,6,17 triona** (6-oxo); **exemestano; formestano; letrozol** e **testolactona**.

**2. Moduladores seletivos dos recetores dos estrogénios** (SERMs) incluindo, mas não limitados a: **raloxifeno; tamoxifeno** e **toremifeno**.

**3. Outras substâncias antiestrogénicas** incluindo, mas não limitadas a: **ciclofenil; clomifeno** e **fulvestrant**.

**4. Agentes modificadores da(s) função(ões) da miostatina**, incluindo, mas não limitadas a: **inibidores da miostatina**.

**5. Moduladores metabólicos:**

**5.1 Agonistas do eixo da proteína quinase dependente do AMP** (AMPK), *e.g.* **AICAR**; **agonistas do recetor ativado  $\delta$  por proliferadores peroxisomais** (PPAR $\delta$ ), *e.g.* **GW 1516**;

**5.2 Insulinas e miméticos da insulina;**

**5.3 Meldonium** (Mildronato)

**5.4 Trimetazidina.**