

CONTAMINACIÓN DE LA CARNE

RECOMENDACIONES PARA ATLETAS

Aviso legal: Este documento es una traducción del documento original en inglés. En caso de discrepancia, prevalecerá el significado y la intención del original en inglés.

Los atletas que viajen a países mencionados en la **Notificación de la Agencia Mundial Antidopaje sobre posible contaminación de la carne** – específicamente China, México y Guatemala – deben tomar las siguientes precauciones:

- 1 EVALÚA EL CONSUMO DE CARNE**
Considera fuentes de proteína alternativas, como opciones de origen vegetal, para eliminar el riesgo.
- 2 ELIGE FUENTES CONFIABLES**
Opta por consumir carne proveniente de establecimientos de confianza, como las villas de atletas u hoteles de buena reputación.
- 3 INFÓRMATE SOBRE EL ORIGEN**
Busca carnes importadas de regiones con regulaciones estrictas y considera opciones con certificación orgánica. Si es posible, solicita una prueba del origen de la carne.
- 4 LLEVA UN REGISTRO DETALLADO**
Mantén un registro exhaustivo de su viaje, incluyendo fechas, alojamientos, restaurantes (con direcciones), tipos y cantidades estimadas de carne consumida, fotos del menú y recibos.

En el caso de un resultado positivo para un contaminante conocido de la carne igual o inferior a 5 ng/mL, un laboratorio acreditado por la AMA (WADA) informará de ello como un Resultado Atípico, lo que dará lugar a una investigación. Cuanta más información puedas proporcionar sobre los pasos anteriores, más fácil será determinar que no se ha producido ninguna infracción de las normas antidopaje.

RECUERDA EL PRINCIPIO DE RESPONSABILIDAD OBJETIVA

El atleta es el único responsable de todo lo que consume y de lo que se encuentre en su organismo, sin importar si hubo intención de hacer trampa o si tuvo o no la culpa.