

Podsumowanie najważniejszych zmian i objaśnienia

Lista zabroniona 2026

SUBSTANCJE I METODY ZABRONIONE W KAŻDYM CZASIE (PODCZAS ZAWODÓW I POZA ZAWODAMI)

SUBSTANCJE ZABRONIONE

S1. Środki anaboliczne

- W punkcie S1.1 doprecyzowano, że zakazem są objęte także estry zabronionych steroidów.

S2. Hormony peptydowe, czynniki wzrostu, substancje pokrewne i mimetyki

- Dodano pegmolezatyd jako przykład nowego środka o działaniu podobnym do erytropoetyny (mimetyku EPO).

S3. Beta-2 agoniści

- Wprowadzono odstępy między dawkami dla salmeterolu, aby uniknąć możliwego efektu ergogenicznego, wykraczającego poza działanie terapeutyczne¹. Maksymalna dopuszczalna dawka dobową pozostaje bez zmian i wynosi 200 mikrogramów.

S4. Modulatory hormonów i metabolizmu

- Do przykładów inhibitorów aromatazy dodano 2-fenilo-benzo[h]chromen-4-on, znany także jako α -naftoflawon lub 7,8-benzoflawon.
- Dodano również 5-N,6-N-bis(2-fluorofenilo)-[1,2,5]oksadiazolo[3,4-b]pirazyno-5,6-diaminę (BAM15) jako przykład aktywatora kinazy białkowej aktywowanej przez AMP (AMPK). Oba syntetyczne związki zostały wykryte w suplementach diety.

¹ Thoueille P, Danion A, Hostrup M, Petrou M, Deventer K, Buclin T, Girardin F, Mazzoni I, Rabin O, Guidi M. Pharmacometric-based evaluation of salmeterol and its metabolite α -hydroxysalmeterol in plasma and urine: practical implications for doping control. Submitted for publication.

METODY ZABRONIONE

M1. Manipulacje krwią i składnikami krwi

- Doprecyzowano, że pobieranie krwi lub jej składników jest zabronione, z wyjątkiem przypadków dotyczących 1) celów analitycznych (np. badań medycznych lub *kontroli dopingu*) oraz 2) oddawania krwi w punktach pobrań ośrodków akredytowanych przez odpowiedni organ regulacyjny kraju, w którym prowadzą działalność. Procedury z wykorzystaniem osocza bogatopłytkowego (PRP) nadal nie są zabronione.
- Dodano nowy punkt M1.4 obejmujący niediagnostyczne użycie tlenku węgla (CO). Takie działanie, w określonych warunkach, może zwiększać erytropoezę. Użycie tlenku węgla w celach diagnostycznych, np. oznaczenia całkowitej masy hemoglobiny lub określenia zdolności dyfuzyjnej płuc, nie jest zabronione. Zastosowany zapis ma na celu rozróżnienie niedozwolonego użycia tlenku węgla od przypadków narażenia na CO wynikających z naturalnych procesów spalania (np. palenia tytoniu), zanieczyszczenia środowiska (np. spaliny) lub wykonywania badań diagnostycznych.

M3. Doping genowy i komórkowy

- Zapis dotyczący zabronionego użycia komórek prawidłowych lub zmodyfikowanych genetycznie rozszerzono o składniki komórkowe (np. jądra i organelle komórkowe, jak mitochondria i rybosomy).

SUBSTANCJE I METODY ZABRONIONE PODCZAS ZAWODÓW

SUBSTANCJE ZABRONIONE

S6. Stymulanty

- Do przykładów stymulantów nieokreślonych, w części S6.A, dodano 2-[bis(4-fluorofenylo)metylosulfinylo]acetamid (flmodafinil) i 2-[bis(4-fluorofenylo)metylosulfinylo]-N-hydroksyacetamid (fladrafinil). Te niezatwierdzone do stosowania leczniczego substancje są silnymi analogami modafinilu i adrafinilu, i są sprzedawane jako suplementy diety

S9. Glikokortykoidy

- Do tabeli z okresami wymywania dodano przypis dotyczący preparatów o przedłużonym uwalnianiu, mówiący o tym, że ich stosowanie, ze względu na wydłużone wchłanianie ogólnoustrojowe, może spowodować obecność glikokortykoidów w próbkach moczu pobranych na potrzeby kontroli doping również po wskazanym okresie wymywania.

Droga podania	Glikokortykoid	Okres wymywania*
Doustnie**	Wszystkie glikokortykoidy;	3 dni
	Wyjątek: acetonid triamcynolonu	10 dni
Domięśniowo***	Betametazon; deksametazon; metyloprednizolon	5 dni
	Prednizolon; prednizon	10 dni
	Acetonid triamcynolonu	60 dni
Iniekcje miejscowe*** (w tym okołostawowe, dostawowe, okołoscięgnowe i dościęgnowe)	Wszystkie glikokortykoidy;	3 dni
	Wyjątki: acetonid triamcynolonu; heksacetonid triamcynolonu, prednizolon; prednizon	10 dni
Doodbytniczo	Wszystkie glikokortykoidy;	3 dni
	Wyjątki: dioctan triamcynolonu; acetonid triamcynolonu	10 dni

* „Okres wymywania” to czas od momentu podania ostatniej dawki leku do rozpoczęcia okresu *podczas zawodów* (tj. do godz. 23:59 w dniu poprzedzającym zawody, w których zaplanowano udział danego zawodnika, chyba że dla danego sportu WADA zatwierdziła inny czas definiujący ten okres). Eliminacja glikokortykoidu z organizmu w okresie wymywania powinna zmniejszyć jego stężenie do wartości poniżej poziomu raportowania.

**Doustne podawanie leków obejmuje również podawanie leków na śluzówkę jamy ustnej, dopoliczkowo, dodziąsłowo i podjęzykowo.

*** Stosowanie preparatów glikokortykoidów o przedłużonym uwalnianiu, ze względu na wydłużone wchłanianie ogólnoustrojowe, może spowodować obecność glikokortykoidów w próbkach moczu pobranych na potrzeby kontroli dopingu w stężeniu o wartości powyżej poziomu raportowania również po wskazanym okresie wymywania.

- Tabela z okresami wymywania jest dostępna na stronie WADA w sekcji pytań i odpowiedzi pod adresem <https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list#faq-anchor>, jak również w wytycznych WADA dotyczących wyłączeń dla celów terapeutycznych dla glikokortykoidów <https://www.wada-ama.org/en/resources/therapeutic-use-exemption/glucocorticoids-and-therapeutic-use-exemptions-guidelines>.

PROGRAM MONITORUJĄCY

- Doprecyzowano, że monitorowanie moczu pod kątem semaglutynu obejmuje także tirzepatyd.
- * Więcej informacji na temat wcześniejszych zmian i objaśnień można znaleźć w pytaniach i odpowiedziach (Q&A) dot. *listy zabronionej*, dostępnych na stronie <https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list#faq-anchor>.