

**3° Jornadas Nacionales de actividad física
y deportiva en el niño y el adolescente
6, 7 y 8 de junio de 2013**

Sede: Centro de Docencia y Capacitación Pediátrica "Dr. Carlos A. Gianantonio"

Mesa Redonda: Nutrición

Tema: Suplementación saludable vs. suplementación perjudicial en jóvenes deportistas

Autor: Dr. Hugo Rodríguez Papini

Fecha: Jueves 6 de junio de 2013

En concordancia con el tema que tratamos referente a **Suplementos Perjudiciales y falsas ayudas ergogénicas en los Adolescentes**, encuentro pertinente conversar sobre ciertas sustancias que, en ciertos productos de venta libre, se los encuentra en forma de "contaminantes o de "expresos" y que no son explicitados en la composición del suplemento. Asimismo en otros casos hemos verificado que las concentraciones en que se encuentran algunos compuestos explicitados en la formulación, no conciben con los realmente encontrados.

Dada la extraordinaria difusión y facilidad con que los jóvenes tienen acceso a los medios electrónicos para poder adquirir toda esta gama de suplementos, advertimos a la vez, que se hace la ponderación y difusión de sustancias que en nada tiene que ver con los Suplementos e inducen a confusiones en los adolescentes.

Tenemos que tener en cuenta que en las etapas etarias de la adolescencia, muchos de ellos practican deportes de competición estando en consecuencia alcanzados por la legislación en contra del consumo de Sustancias Prohibidas en el Deporte, incurriendo en problemas de dopaje con sus consecuencias (Ley Nacional 24819)

Lamentablemente el desconocimiento de esta situación hace que, en ciertos casos, los colegas pediatras puedan incurrir en errores con estos adolescentes-deportistas, al indicarles ciertas medicaciones no autorizadas para ser consumidas por ellos.

Es por esto que dedico este espacio para difundir y alertar a los colegas para que puedan tomar las precauciones necesarias. A la vez que les presento, para su orientación, la Lista de Sustancias Prohibidas en el Deporte. No debe perderse de vista el hecho que este Listado cambia todos los años. Ustedes pueden encontrarlo en el sitio de la Organización Mundial Antidopage, www.wada-ama.org

Buenos Aires, Junio 6, 2013