

REGLAS GENERALES

Regla 1: Los atletas que residan en un país donde exista un requisito de competencia Regional natural deben competir primero en un Regional natural de su país antes de participar en un Pro Qualifier natural.

Regla 2: Cuando el país del atleta tenga requisito Regional natural, pero el primer Regional natural del año se realice después de un Pro Qualifier natural, el atleta podrá competir en ese Pro Qualifier únicamente si se cumplen ambas condiciones:

1. El atleta compitió en un Regional natural de su país durante el año anterior.
2. El Pro Qualifier natural se realiza antes del primer Regional natural del año en su país.

Después de que se realice el primer Regional natural del año en su país, el atleta no podrá competir en otro Pro Qualifier natural sin haber cumplido el requisito Regional correspondiente a ese año.

Regla 3: Los atletas que residan en países sin requisito de competencia Regional natural pueden competir en un Pro Qualifier natural en cualquier parte del mundo.

Regla 4: Los países que actualmente tienen requisito de competencia Regional natural son:

Australia, Austria, Bélgica, China, Francia, Hong Kong (China), Hungría, Israel, Japón, Malasia, México, Mongolia, Nueva Zelanda, Portugal, Corea del Sur, España, Taiwán (China) y Reino Unido.

Regla 5: Un atleta no puede clasificar a un Pro Qualifier natural por haber competido en un Regional open.

Regla 6: Un atleta no puede clasificar a un Pro Qualifier open por haber competido en un Regional natural.

Regla 7: Si un atleta obtiene una tarjeta IFBB PRO en un Pro Qualifier natural y, antes de registrar su cuenta de miembro en la IFBB Professional League, compite en otro Regional o Pro Qualifier, o participa en un evento no sancionado por NPC Worldwide o la IFBB Professional League, la obtención de su tarjeta IFBB PRO quedará anulada.

La participación incluye, entre otras actividades: competir, juzgar, actuar como oficial, promover, publicitar—incluido el uso del nombre o la imagen del atleta— o respaldar de cualquier otra manera un evento no sancionado.

REGLAS TÉCNICAS

Una desviación de carácter técnico no implica necesariamente que la regla deje de ser aplicable o válida.

Regla 8: Las categorías mínimas que deberán analizarse son Agentes Anabólicos (S1) y Diuréticos y Agentes Enmascarantes (S5). Los métodos de control permitidos son análisis de orina, análisis de sangre y polígrafo.

Documento oficial: [Lista de Sustancias y Métodos Prohibidos](#)

Regla 9: Los atletas que hayan utilizado o estén utilizando terapia de reemplazo hormonal o terapia de reemplazo de testosterona no pueden competir en eventos naturales de NPC Worldwide.

Regla 10: No se permiten exenciones por uso terapéutico (TUE) en los eventos naturales de NPC Worldwide.

Regla 11: Debe realizarse, como mínimo, la siguiente cantidad de controles, sin perjuicio de lo establecido en la Regla 12:

Regional natural: el ganador del overall de cada división open.

Pro Qualifier natural: los dos primeros puestos del overall de cada división open.

En este contexto, “open” significa que no se trata de una categoría Masters.

Regla 12: Cuando una división tenga menos de cinco competidores, todos deberán competir en una sola clase y los dos primeros puestos deberán ser testeados.

Regla 13: El primer puesto del overall de una división solo puede adjudicarse a un competidor cuyo resultado haya sido negativo. Por este motivo, el organizador de un Regional natural puede optar por testear a los dos primeros del overall de cada división open.

Regla 14: En un Regional natural, el juez principal tiene la facultad de disponer que también se testee al segundo puesto del overall de una división open.

Regla 15: El promotor puede realizar una cantidad de controles superior al mínimo exigido, siempre que se cumplan las siguientes condiciones:

1. Las categorías de sustancias prohibidas que serán analizadas y la cantidad total de controles previstos para cada división deben indicarse claramente en el formulario de inscripción.
2. NPC Worldwide debe recibir, con anticipación, la información sobre las categorías y la cantidad de controles por división —incluido el overall— que superen el mínimo obligatorio.

Regla 16: El laboratorio utilizado para los análisis de orina y el profesional que realice el polígrafo deben contar con acreditación profesional.

Regla 17: El control debe incluir análisis de orina o análisis de sangre, y puede combinarse con polígrafo. En un mismo evento no pueden utilizarse simultáneamente análisis de orina y de sangre. El control no puede consistir únicamente en polígrafo.

Regla 18: Los atletas no deben haber utilizado drogas o sustancias para mejorar el rendimiento durante los períodos de limpieza establecidos en el Apéndice 1.

Regla 19: Cuando el método de control sea análisis de orina o de sangre, deberán cumplirse estas condiciones:

1. El oficial de control antidopaje y el atleta deben completar y firmar un formulario de toma de muestra, ya sea impreso, mediante PDF editable o a través de una aplicación. El atleta debe recibir una copia del formulario como parte del proceso de toma de muestra de NPC Worldwide.
2. Todas las muestras deben enviarse a un único laboratorio.
3. Si el análisis arroja un hallazgo atípico (ATF) sin identificar la sustancia, metabolito o marcador que lo provoca, el laboratorio debe efectuar estudios adicionales para determinar si se trata de un hallazgo analítico adverso (AAF) capaz de originar una infracción antidopaje (ADRV).

ATF	Hallazgo que requiere investigación adicional — por ejemplo, por testosterona elevada u otras sustancias endógenas— antes de poder confirmarse como AAF. Se considera un resultado inconcluso.
AAF	Informe que confirma la presencia de una sustancia prohibida o de sus metabolitos en una muestra. Suele denominarse “resultado positivo” y puede dar lugar a una infracción antidopaje.
ADRV	Infracción antidopaje que puede ser analítica — por presencia de una sustancia, metabolito o marcador— o no analítica.

SANCIONES

Regla 20: Las sanciones por un análisis de orina o de sangre positivo, o por no aprobar el polígrafo, son:

Primera infracción: suspensión de dos años.

Segunda infracción: suspensión de por vida.

GESTIÓN DE RESULTADOS

Regla 21: La gestión de resultados es responsabilidad exclusiva de NPC Worldwide. Entre otras tareas, incluye:

Recibir los informes del laboratorio y del polígrafo.

Notificar a los atletas sobre las infracciones antidopaje derivadas de análisis de orina o sangre, o sobre la desaprobación del polígrafo.

Aplicar las sanciones correspondientes.

Regla 22: El organizador debe enviar a NPC Worldwide una copia del informe de laboratorio y del formulario de control antidopaje cuando exista un hallazgo atípico, un hallazgo analítico adverso o una infracción antidopaje. En el caso del polígrafo, debe remitir el informe si hubo descalificación durante la entrevista previa o si el examen fue desaprobado.

Regla 23: Salvo que NPC Worldwide lo solicite, el organizador no está obligado a remitir los informes de resultados negativos de orina o sangre ni los informes de polígrafo aprobados. Sin embargo, el promotor sí debe informar a NPC Worldwide cuando todos los atletas testeados hayan obtenido resultado negativo o hayan aprobado el polígrafo.

Regla 24: El organizador puede decidir publicar los resultados positivos. En ese caso, únicamente podrá divulgarse la siguiente información:

Nombre del evento, ciudad, país y fecha.

Tipo de evento: Regional natural o Pro Qualifier natural.

Número de competidor, división, clase y la indicación “DQ por ADRV”. No se publicará el nombre del competidor.

“DQ” significa descalificado.

Regla 25: No aprobar el polígrafo produce la descalificación inmediata del evento y la misma sanción prevista para una infracción antidopaje.

Regla 26: La declaración voluntaria de una sustancia prohibida durante la entrevista previa al polígrafo —antes de conectarse al equipo— producirá la descalificación del evento y una suspensión cuya duración será determinada por NPC Worldwide.

Regla 27: Salvo que estas reglas establezcan expresamente otra cosa, el atleta queda suspendido provisionalmente, de forma automática y sin notificación previa, desde la fecha de la toma de la muestra de orina o sangre hasta que NPC Worldwide reciba los resultados oficiales y adopte una decisión definitiva.

Regla 28: Cada atleta es el único responsable de conocer el período de limpieza durante el cual no debe haber utilizado una sustancia o método prohibido. Los períodos se detallan en el Apéndice 1.

Regla 29: Un resultado positivo en orina o sangre, o la desaprobación del polígrafo, se reflejará en los resultados de la siguiente manera:

1. Si se trata del ganador del overall de una división open en un Regional natural, el competidor figurará como “DQ” en el overall y en todas las demás divisiones o clases en las que haya participado. El segundo puesto solo recibirá el primer lugar del overall o de cualquier otra división o clase si obtuvo resultado negativo o aprobó el polígrafo.
2. Si se trata del ganador del overall de una división open en un Pro Qualifier natural, el competidor figurará como “DQ” en el overall y en todas las demás divisiones o clases en las que haya participado. El segundo puesto solo recibirá el primer lugar del overall o de cualquier otra división o clase si obtuvo resultado negativo o aprobó el polígrafo.

Regla 30: Todos los premios que hubiera recibido un competidor posteriormente descalificado deben devolverse al organizador dentro de los 30 días. El incumplimiento puede generar sanciones adicionales.

Regla 31: Negarse a realizar el control, alterar una muestra o intentar afectar la integridad o validez del proceso de toma de muestras produce las mismas sanciones que un test fallido.

Regla 32: Un resultado positivo en orina o sangre, o la desaprobación del polígrafo, no puede impugnarse ni apelarse. Tampoco se permite ni se reconoce un nuevo análisis.

EVENTOS CONSECUTIVOS (BACK-TO-BACK)

Regla 33: Cuando un Regional natural y un Pro Qualifier natural sean eventos consecutivos y los resultados del primer evento aún no estén disponibles antes del segundo, el atleta podrá competir en el Pro Qualifier bajo estas condiciones:

1. Si no aprueba el control del Regional natural, pero sí aprueba el del Pro Qualifier natural, será descalificado de ambos eventos y suspendido desde la fecha del Regional natural.
2. Si aprueba el control del Regional natural, pero no aprueba el del Pro Qualifier natural, será descalificado del Pro Qualifier y suspendido desde la fecha de ese evento.
3. Si no aprueba ninguno de los dos controles, será descalificado de ambos eventos y suspendido desde la fecha del Regional natural.

“Back-to-back” se refiere a dos eventos naturales en los que el segundo se realiza antes de que NPC Worldwide conozca los resultados del primero. Esta regla también se aplica a dos Pro Qualifier naturales consecutivos.

REGLAS SOBRE LA TARJETA IFBB PRO

Regla 34: Los atletas que obtengan una tarjeta IFBB PRO en un Pro Qualifier natural no podrán crear su cuenta de miembro en la IFBB Professional League —es decir, completar la adquisición de su tarjeta IFBB PRO— hasta que NPC Worldwide reciba los resultados del control y determine el resultado definitivo.

REGLAS ADICIONALES

Regla 35: Cuando una división natural de un Pro Qualifier tenga menos de cinco competidores, el ganador podrá solicitar a la IFBB Professional League la concesión de una tarjeta IFBB PRO, siempre que se cumplan las siguientes condiciones:

1. Si la división tiene más de un competidor pero menos de cinco, deben testearse los dos primeros finalistas. Si existe un único competidor, ese atleta debe ser testeado.
2. La solicitud debe presentarse por escrito a info@ifbb-proleague.com.
3. La IFBB Professional League debe recibir la solicitud dentro de los 14 días posteriores a la fecha de las Finales.
4. El solicitante debe incluir fotografías de escenario de las poses individuales y de las comparaciones.
5. Si la división es Fitness, debe incluirse un video de la rutina.
6. La decisión de otorgar o denegar la tarjeta IFBB PRO no se adoptará hasta que NPC Worldwide reciba los resultados del control y determine el resultado definitivo.

Regla 36: Cuando un Regional natural y un Pro Qualifier natural se realicen el mismo día, deberán organizarse de acuerdo con estas pautas:

1. Deben figurar como eventos separados en el calendario oficial.
2. Pueden desarrollarse como dos eventos independientes o como un único evento combinado.
3. Si se organizan como dos eventos separados, deben completarse todas las divisiones del Regional antes de comenzar el Pro Qualifier.
4. Si se organizan como un evento combinado, debe completarse cada división del Regional antes de comenzar la división correspondiente del Pro Qualifier.

5. Cuando el país anfitrión tenga requisito Regional natural, únicamente los atletas residentes en ese país cumplirán ese requisito mediante dicho Regional.
6. Los promotores pueden ofrecer una o más de estas categorías: True Novice, Novice, Juniors, Masters y Open.

Regla 37: A los efectos de estas reglas, las categorías se definen así:

True Novice: competidor que nunca participó en NPC Worldwide.

Novice: competidor que, durante el año competitivo en curso, no ganó un overall en Novice, Masters u Open, ni ganó una clase Open con tres o más competidores.

Junior: competidor de 18 a 23 años.

Master: competidor de 35 años o más.

Regla 38: Para competir en un Regional natural o un Pro Qualifier natural, el atleta debe contar con una membresía vigente de NPC Worldwide. La edad mínima para obtenerla es 18 años. La membresía solo tiene validez durante el año calendario correspondiente —del 1 de enero al 31 de diciembre— y se verifica antes de cada evento.

Regla 39: Los atletas deben competir bajo las reglas del país en el que residen. Para participar en un Pro Qualifier natural deben haber residido en ese país durante, al menos, los cuatro meses anteriores al evento. Cuando se solicite, deberán presentar documentación que lo acredite, como una factura de servicios, contrato de alquiler o licencia de conducir. Los estudiantes extranjeros deben presentar identificación estudiantil o constancia de inscripción en una institución educativa. Los requisitos Regionales continúan siendo aplicables.

Regla 40: Una vez que un atleta se registra ante NPC Worldwide como residente de un país, solo podrá cambiar el país de residencia si se muda a otro país por motivos laborales o educativos, y deberá presentar la documentación que lo demuestre.

APÉNDICE 1 — PERÍODOS DE LIMPIEZA

Los períodos indicados a continuación son los plazos mínimos durante los cuales el atleta no debe haber utilizado la sustancia o el método correspondiente antes de competir.

N.º	Sustancia o método	Período	Notas
1	Agentes anabólicos	3 años	Esteroides anabólicos androgénicos — exógenos y endógenos administrados de manera exógena— y otros agentes anabólicos, como clenbuterol, tibolona, zeranol y zilpaterol.
2	Moduladores hormonales y metabólicos	3 años	

N.º	Sustancia o método	Período	Notas
3	Insulina	3 años	Cuando se utiliza con fines de fisicoculturismo. La insulina prescrita está permitida según la nota del artículo oficial.
4	Hormonas peptídicas, factores de crecimiento, sustancias relacionadas y miméticos	3 años	Incluye, entre otras, EPO, hormonas peptídicas y moduladores hormonales, hormona de crecimiento, factores de crecimiento y moduladores de factores de crecimiento.
5	SARMs —moduladores selectivos del receptor androgénico—	3 años	Ejemplos: andarina, LGD-4033, ostarina y RAD140.
6	Hormonas tiroideas	3 años	Cuando se utilizan con fines de fisicoculturismo. Incluye, entre otras, Synthroid, T3 y T4. Las hormonas tiroideas prescritas están permitidas según la nota del artículo oficial.
7	Agonistas beta-2	6 meses	
8	Diuréticos y agentes enmascarantes	6 meses	
9	Manipuladores de la insulina	6 meses	Cuando se utilizan exclusivamente para bajar de peso. Ejemplos: Wegovy, Ozempic, metformina y Rybelsus.
10	Estimulantes	6 meses	
11	Sustancias intoxicantes	12 horas	Cannabis, alcohol y narcóticos.
12	Implantes musculares o inyecciones de cualquier tipo	No indicado	Incluye Synthol. La tabla oficial no establece un período de limpieza específico para este ítem.

Advertencia: los ejemplos incluidos en las notas no constituyen una lista completa. El atleta es responsable de verificar la lista oficial vigente de sustancias y métodos prohibidos.