



I Encuesta sobre Consumo de productos psicoactivos y dopantes entre participantes de Juegos Deportivos Nacionales, 2024.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Mayo, 2026.



INSTITUTO
SOBRE ALCOHOLISMO
Y FARMACODEPENDENCIA

GOBIERNO DE COSTA RICA

Proceso de Investigación

William Chacón Serrano
Luis Carlos Hernández Mora
Gerardo Sánchez Chaverri

Créditos

Con la colaboración del



Consejo Editorial

Irene Alvarado Rojas
Natalia Fernández Rojas
Viviana Mora Morales
Dina Solano Meza
Ericka Trejos Gómez

Diagramación

Viviana Mora Morales

362.290.972.860.21

I59enc

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia

I Encuesta sobre consumo de productos psicoactivos y dopantes entre participantes de Juegos Deportivos Nacionales, 2024/ Proceso de investigación William Chacón Serrano, Luis Carlos Hernández Mora, Gerardo Sánchez Chaverri. --[1a. ed.]-- Costa Rica: IAFA, 2026.
98 h.

ISBN: 978-9930-510-51-3

1. CONSUMO DE DROGAS - DEPORTISTAS COSTA RICA - PRESENTACIÓN DE ESTADÍSTICAS I.

Chacón Serrano, William, investigador II. Hernández Mora, Luis Carlos, investigador III. Sánchez Chaverri, Gerardo, investigador IV. Título

Contenido

Introducción	6
Antecedentes	7
Identificación del problema	13
Justificación	14
Objetivos	16
Objetivo general	16
Objetivos específicos	16
Metodología.....	17
Marco muestral	17
Estratificación	17
Muestreo	17
Cuestionario.....	17
Implementación del cuestionario	18
Prueba piloto	18
Levantamiento de los datos.....	18
Consideraciones éticas	19
Procesamiento y análisis de datos.....	19
Resultados	21
1. Caracterización de las variables sociodemográficas y deportivas de los participantes en su preparación y competencia.	21

1.1 Aspectos sociodemográficos	21
1.2 Participación en Juegos Nacionales.....	24
1.3 Representación territorial	25
1.4 Formación académica.....	27
1.5 Condiciones laborales.....	30
1.6 Becas	32
1.7 Entrenamiento, relación con entrenadores y salud.....	33
1.8 Residencia y lugares de entrenamiento	39
1.9 Hábitos alimenticios.....	41
2. Estimación de los indicadores de prevalencia del consumo de sustancias psicoactivas o dopantes.	44
2.1 Bebidas energizantes.....	44
2.2 Estimulantes.....	46
2.3 Opioides.....	50
2.4 Cannabis.....	53
2.5 Bebidas alcohólicas	57
2.6 Nicotina y tabaco	63
2.7 Otros medicamentos psicoactivos	67
2.8 Otros dopantes.....	68
2.9 Alucinógenos y ketamina.....	72
3. Comparación con última encuesta de colegas	73
4. Comparaciones de indicadores por criterios de segmentación	77

4.1 Cafeína y energizantes.....	79
4.2 Medicamentos y productos estimulantes.....	83
4.3 Medicamentos y productos opioides.....	84
4.4 Productos de cannabis y cannabinoides sintéticos	88
4.5 Bebidas alcohólicas	91
4.6.4.6 Tabaco y nicotina	93
4.7 Otros medicamentos psicoactivos	96
4.8 Otros dopantes.....	97
Conclusiones	101
Referencias	105

Introducción

Este informe presenta los resultados de la encuesta realizada en el marco de los Juegos Deportivos Nacionales, un espacio fundamental para la formación integral de las personas jóvenes deportistas en el país. En este contexto, resulta esencial comprender los hábitos y comportamientos que pueden afectar su desempeño, su salud y la integridad del deporte. La Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales 2025, aplicada a una muestra de personas de 12 años en adelante que participaron en la edición 2024, tuvo como objetivo explorar los niveles, patrones y factores asociados al consumo en esta población; caracterizar sus condiciones sociodemográficas, así como sus opiniones y percepciones sobre el uso de sustancias psicoactivas; y generar insumos para análisis comparativos.

Los resultados revelan un predominio del consumo de sustancias legales y socialmente aceptadas, como el café y, en particular, las bebidas alcohólicas, identificadas como la segunda sustancia más consumida en este grupo poblacional. En contraste, el uso de sustancias ilegales, como los opioides o los alucinógenos, se mantiene con porcentajes bajos; no obstante, el cannabis emerge como la sustancia ilegal más reportada. Asimismo, se observa un uso ocasional de bebidas energizantes y de dispositivos de vapeo, con porcentajes bajos de prevalencia de consumo diario, y un uso muy limitado de medicamentos estimulantes o tranquilizantes, en su mayoría sin prescripción médica.

Otro de los hallazgos más relevantes fue la falta de conocimiento sobre las normas antidopaje, lo que representa un riesgo latente para la integridad deportiva y la salud de las personas participantes. Esta encuesta no solo permite caracterizar los patrones actuales de consumo, sino que también ofrece una base comparativa con la Encuesta Colegiales 2024, con el fin de comprender las tendencias en este ámbito y orientar acciones preventivas y educativas en el sistema deportivo nacional.

Antecedentes

El uso de sustancias psicoactivas y de dopantes, entendido como la práctica intencionada de utilizar métodos para mejorar artificialmente el rendimiento físico, no es un fenómeno exclusivo del deporte moderno; es tan antiguo como el deporte mismo. Desde la antigüedad, las sociedades, en general, han realizado prácticas destinadas a potenciar las capacidades humanas, ya sea en contextos de guerra, rituales o competencias atléticas.

El deseo de superar los límites y capacidades naturales del cuerpo, mediante el uso de sustancias para aumentar la resistencia, la fuerza y la agilidad, así como para reducir la fatiga, ha acompañado al ser humano a lo largo de la historia. Por ejemplo:

Los atletas olímpicos de la antigua Grecia, que se remontan al siglo III a. C., utilizaban diversas bebidas a base de brandy y vino, y consumían hongos alucinógenos y semillas de sésamo para mejorar su rendimiento. Se utilizaban diversas plantas para mejorar la velocidad y la resistencia, mientras que otras se consumían para disimular el dolor, lo que permitía a los atletas lesionados seguir compitiendo. Sin embargo, incluso en la antigüedad, el dopaje se consideraba poco ético. En la antigua Grecia, por ejemplo, los tramposos identificados eran vendidos como esclavos. (Reardon & Creado, 2014).

Con el desarrollo del deporte como actividad organizada, reglamentada y globalizada, el dopaje adquirió nuevas dimensiones éticas, médicas y legales. En la actualidad, representa uno de los desafíos más complejos para las instituciones deportivas, ya que compromete la equidad competitiva, la salud de las personas atletas y la integridad del deporte.

El dopaje moderno tiene sus inicios en el siglo XIX. Era habitual que ciclistas y atletas de alto rendimiento consumieran estricnina, cocaína y cafeína. Algunos de los casos conocidos de dopaje

fueron el del ciclista Andrew Linton, quien, en 1896, después de ganar la competencia Burdeos-París, falleció unos meses después por consumo de drogas, convirtiéndose en el primer caso registrado por dopaje. Asimismo, Tomás Hicks ganó la maratón de la olimpiada en 1904 con la ayuda de inyecciones de estricnina, la ingesta de huevos crudos y brandy.

En la década de 1920, instituciones como la Federación de Atletismo Amateur y la Federación de Fútbol Asociado establecieron un conjunto de restricciones que prohibían a las personas atletas el consumo de drogas. Sin embargo, estas medidas resultaron poco efectivas, ya que no se implementaban procedimientos para la realización de pruebas de detección.

En los años 30 del siglo pasado, se enfrentó un nuevo contexto con el surgimiento de las hormonas sintéticas, cuyo uso se extendió hasta los años 50. Por ejemplo, se dio el lanzamiento al mercado de la síntesis de la testosterona como un esteroide inyectado (Confesor Rivera, 2012).

En las Olimpiadas de Roma de 1960, falleció por consumo de anfetaminas y estimulantes (suministradas por su entrenador) el ciclista Knud Enemer Jensen, en la prueba contra reloj por equipos de 100 kilómetros. En 1963, murió el boxeador Billy Belto por consumo de heroína.

En los Juegos Olímpicos de Seúl de 1988, el ganador de los 100 metros planos, Ben Johnson, dio positivo por el uso de esteroides anabólicos. Por otra parte, el Tour de Francia de 1998 es recordado como “el Tour de la vergüenza”, debido a la incautación de una gran cantidad de sustancias prohibidas. Asimismo, a la atleta Marion Jones le fueron retiradas cinco medallas obtenidas en los Juegos Olímpicos de Sídney 2000, tras admitir que había consumido esteroides.

En la década de los 70 se produjo un uso creciente de esteroides anabólicos entre deportistas de levantamiento de pesas; mientras tanto, se desarrollaron otras formas de dopaje, como las transfusiones de sangre, así como el uso de la eritropoyetina (EPO), incluida en la lista de sustancias prohibidas por el Comité Olímpico Internacional en el año 1990.

El desencadenamiento de sucesos trágicos que provocaron la muerte de varias personas atletas en competencias deportivas durante las décadas de 1950 y 1960 constituyó el contexto para que organismos deportivos como la Unión Ciclista Internacional (UCI), en 1966, y la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), en 1970, comenzaran a desarrollar políticas antidopaje más estructuradas.

En 1967, el Comité Olímpico Internacional (COI) estableció su Comisión Médica y se implementaron las primeras pruebas de detección en los Juegos Olímpicos de 1968, en México. En 1972, en los Juegos Olímpicos de Múnich, se realizaron pruebas de orina, con un saldo de siete personas atletas con resultado positivo.

Desde entonces, las estrategias de control se han vuelto cada vez más sofisticadas, incorporando laboratorios acreditados y la elaboración de listas oficiales de sustancias prohibidas, lo cual derivó, décadas después, en la creación de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) en 1999.

Con el lema “Juego limpio”, la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) estableció en el Código Mundial Antidopaje los siguientes fundamentos:

- Los programas antidopaje se basan en el valor intrínseco del deporte, lo que con frecuencia se denomina “espíritu deportivo”: la búsqueda, por medios éticos, de la excelencia humana mediante el perfeccionamiento del talento natural de cada persona deportista.
- Los programas antidopaje tienen por objeto proteger la salud de las personas deportistas y ofrecerles la oportunidad de perseguir la excelencia sin el empleo de sustancias y métodos prohibidos.
- Estos programas se orientan a mantener la integridad en el deporte, en relación con el respeto a las normas, a otras personas competidoras, al juego limpio, a la igualdad de condiciones y al valor del deporte limpio para el mundo (AMA, 2021).

“El término “doping” tiene su origen en un dialecto sudafricano, el kafir, donde “dop” se refería a una bebida alcohólica elaborada con la piel de la uva y utilizada en rituales religiosos. Esta palabra pasó al holandés, especialmente en Ámsterdam, como “doop” o “doopen”, y se decía que los nadadores de las

carreras en los canales consumían esta bebida. En 1889, el Diccionario Inglés registró los términos “dope” y “doping” para describir la mezcla de narcóticos empleada para mejorar el rendimiento de los caballos de carrera.” (Atienza, López Frías y Pérez Triviño, 2014)

A comienzos del siglo XX, el concepto se trasladó al deporte, especialmente en disciplinas como el ciclismo y el atletismo. Las crecientes preocupaciones por sus efectos nocivos en la salud llevaron al Comité Olímpico Internacional (COI) a establecer, en 1967, las primeras regulaciones formales contra esta práctica, consolidando así el “doping” como una conducta prohibida en el deporte.

En la actualidad, el término “doping” se refiere al uso voluntario o involuntario de sustancias o métodos prohibidos con el fin de mejorar artificialmente el rendimiento deportivo. Este concepto abarca no solo el consumo de fármacos estimulantes, anabólicos u hormonales, sino también prácticas biológicas avanzadas, como la manipulación genética o el dopaje sanguíneo.

La Agencia Mundial Antidopaje (AMA) lo define de la siguiente manera:

Artículo 1. Definición de dopaje

El dopaje se define como la comisión de una o varias infracciones de las normas antidopaje según lo dispuesto en los apartados 1 a 11 del artículo 2 del Código, que se resumen a continuación. (AMA, 2021)

Artículo 2. Infracciones de las normas antidopaje

- 2.1 Presencia de una sustancia prohibida o de sus metabolitos o marcadores en la muestra de un deportista
- 2.2 Uso o intento de uso por parte de un deportista de una sustancia prohibida o de un método prohibido.
- 2.3 Evitar, rechazar o incumplir la obligación de someterse a la recogida de muestras por parte de un deportista.
- 2.4 Localización fallida del deportista.
- 2.5 Manipulación o intento de manipulación de cualquier parte del proceso de control de dopaje por parte de un deportista u otra persona.

- 2.6 Posesión de una sustancia o un método prohibido por parte de un deportista o persona de apoyo a los deportistas.
- 2.7 Tráfico o intento de tráfico de cualquier sustancia o método prohibidos por parte de un deportista u otra persona.
- 2.8 Administración o intento de administración, por parte de un deportista u otra persona a un deportista durante la competición, de una sustancia o método prohibidos, o administración o intento de administración a cualquier deportista fuera de competición de cualquier sustancia o método que estén prohibidos fuera de competición.
- 2.9 Complicidad o Intento de complicidad por parte de un deportista u otra persona.
- 2.10 Asociación prohibida de un deportista u otra persona.
- 2.11 Actos llevados a cabo por un deportista u otra persona para disuadir de informar a las autoridades o para tomar represalias contra quien lo haga, cuando dicha conducta no constituya una infracción del artículo 2.5.

En el ámbito nacional, Costa Rica, ha establecido disposiciones legales e institucionales relacionadas con la prevención y el control del dopaje en el deporte. En 1998, mediante la aprobación de la Ley N.º 7800, se creó el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER). En esta normativa se establece que el Consejo Nacional del Deporte y la Recreación, según lo dispuesto en el artículo 11, inciso k), tiene entre sus funciones promover e impulsar medidas de prevención, control y represión contra el dopaje en el deporte. Posteriormente, con la promulgación de la Ley N.º 8920, Costa Rica ratificó la Convención Internacional contra el Dopaje en el Deporte de la UNESCO, reafirmando así su compromiso con la lucha contra esta práctica a nivel nacional e internacional.

Como parte de este marco institucional, la Comisión Nacional Antidopaje fue creada el 10 de enero de 2008, según el Acuerdo N.º 18 del Consejo Nacional del Deporte y la Recreación, con el objetivo de actuar como la Organización Antidopaje de Costa Rica. Actualmente, la CONAD-CR se rige por las Normas Nacionales Antidopaje 2021, aprobadas por el Consejo Nacional del Deporte y la Recreación, las cuales se fundamentan en lo establecido en el Código Mundial Antidopaje y en sus diferentes Estándares Internacionales vigentes en cada año.

- Estándar Internacional de Autorizaciones de Uso Terapéutico
- Estándar Internacional de Gestión de Resultados
- Estándar Internacional de Educación
- Estándar Internacional de Lista de Prohibiciones
- Estándar Internacional de Laboratorios,
- Estándar Internacional de Controles e Investigaciones
- Estándar Internacional para el Cumplimiento del Código por los Signatarios
- Estándar Internacional para la Protección de la Privacidad e Información Personal (ICODER, 2023)

En cuanto a las acciones de control implementadas, en el Informe de Gestión 2023 de la Comisión Nacional Antidopaje del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación se señala que, durante ese año, se realizaron 123 controles de orina y 10 de sangre, tanto en eventos de competición como fuera de competición. En estos controles se evaluó a personas deportistas de diversas disciplinas, entre ellas: halterofilia, triatlón, paraatletismo, fútbol, fútbol sala, ciclismo MTB, ciclismo de ruta, baloncesto, atletismo, natación, karate, taekwondo, judo, powerlifting y voleibol de sala. Además, se aplicaron 74 controles de dopaje en orina en la XL Edición de los Juegos Deportivos Nacionales 2022–2023.

En materia de sanciones, se han hecho públicos diversos casos de personas atletas nacionales que han sido penalizadas por infringir las normas antidopaje. De igual forma, la Comisión Nacional Antidopaje mantiene en su sitio web un registro actualizado de las sanciones aplicadas a las personas deportistas que han cometido alguna infracción al Código Mundial Antidopaje de la AMA.

En síntesis, la evolución histórica, normativa y ética del dopaje pone de manifiesto la creciente preocupación por salvaguardar la integridad y la equidad deportivas. Este contexto resalta la necesidad de fortalecer los mecanismos de control y prevención en eventos como los Juegos Nacionales, con el propósito de consolidar una cultura deportiva basada en la honestidad, la transparencia y el juego limpio.

Identificación del problema

El consumo de sustancias psicoactivas se presenta en todos los estratos de la sociedad, incluyendo a personas que practican deporte de forma competitiva. En ese sentido, el Ministerio de Salud, en el marco de su responsabilidad por la salud integral de la población, en conjunto con el IAFA, ha identificado la necesidad de contar con información actualizada, desagregada y comparativa sobre el consumo de sustancias psicoactivas en personas deportistas.

En este contexto, se desconoce en qué medida las personas atletas y paratletas de los Juegos Deportivos Nacionales tienen acceso a sustancias psicoactivas y a productos dopantes. Asimismo, no se ha evaluado si las mujeres deportistas experimentan desventajas en comparación con sus pares masculinos, en términos de mayor o menor consumo.

Además, no existe una línea base clara que permita comparar los resultados actuales con los de la VII Encuesta Nacional sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas entre Personas Estudiantes de Educación Secundaria 2024, lo que dificulta evaluar si los programas de prevención en la educación básica están logrando efectos positivos. Por otro lado, se carece de evidencia sobre el consumo de sustancias psicoactivas entre quienes practican deportes individuales (como atletismo o natación) y quienes participan en deportes colectivos (como fútbol o baloncesto), lo que limita la capacidad de diseñar intervenciones específicas y efectivas.

Esta falta de información desagregada y comparable obstaculiza la formulación de políticas públicas inclusivas, equitativas y basadas en evidencia, que respondan a las necesidades reales de todas las personas participantes en los Juegos Nacionales. Por tanto, se hace urgente identificar, medir y analizar estas diferencias, a fin de contribuir a que el deporte nacional sea un espacio verdaderamente inclusivo y saludable para todas las personas deportistas.

Justificación

La realización de la Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales 2024 responde a una solicitud expresa del Ministerio de Salud, en el marco de su compromiso por promover políticas públicas basadas en evidencia que fortalezcan la salud física, mental y social de la población deportista en el país. Dado el creciente interés por comprender los factores que influyen en el bienestar integral de quienes participan en los Juegos Nacionales, esta encuesta se diseñó con un enfoque integral que permita no solo caracterizar a las personas deportistas, sino también identificar brechas, oportunidades y necesidades específicas de esta población.

Por otra parte, el consumo de sustancias psicoactivas y el uso de dopantes evidencian la necesidad de contar con datos estadísticos que describan el comportamiento de estos fenómenos en esta población. Para ello, uno de los ejes centrales de la encuesta es la comparación entre personas atletas y paratletas, con el fin de identificar si existen diferencias significativas en términos de consumo de sustancias psicoactivas y uso de dopantes. Esta comparación resulta fundamental para orientar políticas y acciones de prevención del consumo en el ámbito deportivo.

Además, se estableció una comparación directa con los resultados de la VII Encuesta Nacional sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas entre Personas Estudiantes de Educación Secundaria 2024, con el fin de identificar tendencias de consumo y los niveles de prevalencia en ambas encuestas.

Otro componente clave es el análisis por género, contrastando las experiencias y necesidades de hombres y mujeres. Este enfoque busca visibilizar posibles diferencias en el consumo de sustancias psicoactivas.

Finalmente, la encuesta incluye una comparación entre deportes individuales y colectivos, a fin de explorar diferencias de consumo según la modalidad deportiva. Esta dimensión es esencial para adaptar intervenciones, programas de prevención y estrategias de acompañamiento, de acuerdo con las particularidades de cada disciplina.

En conjunto, los hallazgos de esta encuesta servirán como insumo para el diseño de políticas públicas, la asignación eficiente de recursos y la mejora continua del ambiente deportivo nacional, contribuyendo a que tanto personas atletas como paratletas puedan desarrollar su máximo potencial en un entorno saludable, inclusivo y equitativo.

Objetivos

Objetivo general

Aplicar la Primera Encuesta Nacional sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas en personas atletas y paratletas, participantes en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, con el fin de explorar los niveles, patrones y factores asociados al consumo en esta población; caracterizar sus condiciones sociodemográficas, así como sus opiniones y percepciones sobre el uso de sustancias psicoactivas; y generar insumos para análisis comparativos, tanto a nivel nacional como internacional, que contribuyan a enriquecer el conocimiento sobre las personas competidoras de 12 años o más.

Objetivos específicos

- Caracterizar las variables sociodemográficas y deportivas de las personas participantes (edad, género, disciplina deportiva, nivel competitivo, entre otras) en su preparación y competencia.
- Estimar los indicadores de prevalencia del consumo de sustancias psicoactivas o dopantes en esta población.
- Comparar las estimaciones de los indicadores de prevalencia del consumo de sustancias psicoactivas de la Primera Encuesta de los Juegos Deportivos Nacionales en personas atletas y paratletas 2024, con las correspondientes de la VII Encuesta Nacional sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas entre Personas Estudiantes de Educación Secundaria 2024
- Comparar las estimaciones de los indicadores de prevalencia de consumo entre subgrupos de personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales 2024.

Metodología

Marco muestral

El Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER) aportó el listado de más de 16.000 personas atletas que se habrían inscrito para participar en la edición 2024 de los Juegos Deportivos Nacionales. Este marco muestral incluía, además del nombre de las personas inscritas, información sobre la modalidad de participación (atleta o paratleta), el deporte en el que competían, el cantón representado, el sexo, la edad (en años cumplidos al momento de la inscripción), la fecha de nacimiento, la dirección de residencia y otros datos de contacto, como números telefónicos y correos electrónicos. El marco se redujo a más de 15.000 personas, debido a la exclusión de quienes, al mes de mayo de 2025, contaban con menos de 12 años cumplidos.

Estratificación

Las personas participantes registradas en el marco muestral adaptado para la selección de la muestra fueron estratificadas en nueve estratos. Estos estratos se definieron según la cantidad de personas participantes en las

distintas disciplinas deportivas y por sexo. Por ejemplo, los estratos 1 y 2 correspondieron a futbolistas hombres y futbolistas mujeres, respectivamente, en virtud de la gran cantidad de personas registradas en esa disciplina. En total, se consideraron cuatro estratos de hombres, cuatro estratos de mujeres y un estrato conformado por las personas paratletas registradas para participar en las competencias paradeportivas.

Muestreo

En total, se seleccionaron 2.901 personas deportistas, las cuales fueron asignadas proporcionalmente según el tamaño de los estratos conformados. En el caso del estrato de personas paratletas, debido a su reducido tamaño y al interés de contar con resultados específicos para este grupo, se procedió a seleccionar a todas las personas que lo integraban. En total, se contó con la participación efectiva de 1.222 personas informantes.

Cuestionario

El cuestionario aplicado en la I Encuesta de los Juegos Deportivos Nacionales sobre el

consumo de sustancias psicoactivas en personas atletas y paratletas, 2024, fue el resultado de diversas consultas entre personal funcionario del ICODER y del IAFA. Para su elaboración, se aprovecharon antecedentes del IAFA relacionados con el diseño de cuestionarios dirigidos a población adolescente, y se incorporaron ítems a partir de versiones recientes de instrumentos utilizados para medir variables de salud pública en población adolescente y en personas adultas jóvenes, en ámbitos deportivos, alimentarios y de salud mental.

Asimismo, se utilizó material generado por la WADA (Agencia Mundial Antidopaje), en lo relativo a la determinación de productos dopantes y a la estructura de clasificación de estos, con el fin de garantizar coherencia tanto desde el punto de vista competitivo como respecto de su carácter psicoactivo. Además, se incorporaron ítems de la prueba CRAFT+N, con el propósito de evaluar la gravedad de los riesgos de trastornos mentales y del comportamiento asociados al uso de productos psicoactivos, así como las proporciones de personas participantes expuestas a dichos niveles de riesgo. Los resultados derivados de esta sección se presentarán en un documento posterior.

Implementación del cuestionario

El cuestionario se implementó en formato electrónico y se aplicó mediante dispositivos tipo *tablet*. La versión electrónica fue probada reiteradamente, en conjunto con su versión en texto, para asegurar su correcto funcionamiento. La versión final utilizada correspondió al número 9. Una vez recopilada la información de las personas informantes, esta se enviaba, mediante transmisión inalámbrica, a una central de datos desde la zona en que se recababa la información del cuestionario.

Prueba piloto

Se llevó a cabo una prueba piloto, para la cual se seleccionaron 15 personas participantes adicionales, con el fin de evaluar las condiciones de selección, ubicación y aplicación del cuestionario a las personas participantes seleccionadas.

Levantamiento de los datos

El levantamiento de los datos se realizó durante un período de 16 semanas y permitió obtener las respuestas de 1.222 personas participantes seleccionadas.

Consideraciones éticas

Las personas informantes menores de edad únicamente fueron entrevistadas cuando alguno de sus padres, madres o personas encargadas autorizó, mediante un documento escrito debidamente firmado, la participación de la persona deportista seleccionada en la muestra. Posteriormente, al inicio de la entrevista, se solicitaba de manera explícita el asentimiento de la persona deportista seleccionada, fuese mayor o menor de edad.

Procesamiento y análisis de datos

Los datos se procesaron de manera que se garantizara la uniformidad en las mediciones obtenidas para cada variable. El procesamiento se realizó en SPSS y Excel. Debido al carácter perentorio de la elaboración del presente informe, los datos se procesaron bajo el supuesto de una muestra aleatoria simple. Una versión definitiva considerará la ponderación de los registros que conforman la muestra efectiva.



I Encuesta sobre Consumo de productos psicoactivos y dopantes entre participantes de Juegos Deportivos Nacionales, 2024.

COSTA RICA.



INSTITUTO
SOBRE ALCOHOLISMO
Y FARMACODEPENDENCIA

GOBIERNO DE COSTA RICA

Resultados

1. Caracterización de las variables sociodemográficas y deportivas de los participantes en su preparación y competencia.

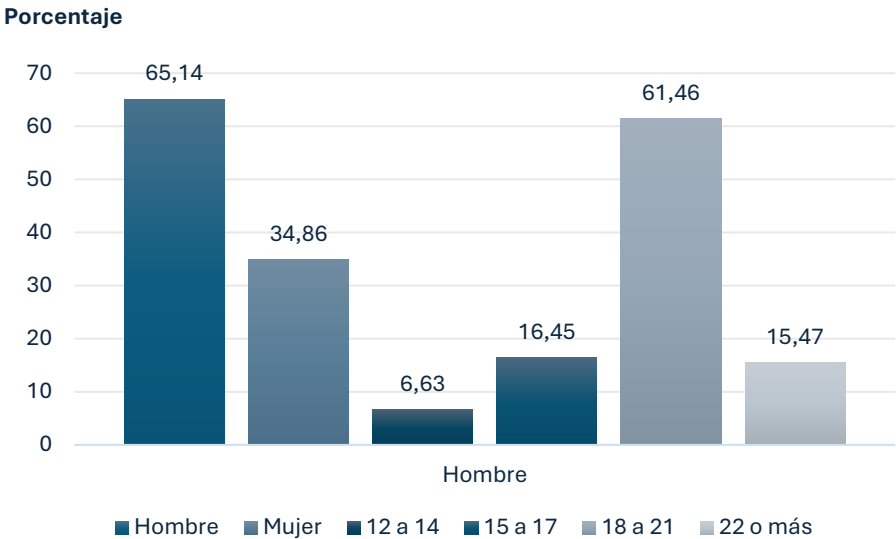
1.1 Aspectos sociodemográficos

Esta sección presenta una descripción de las características sociodemográficas de la población objeto de estudio. El objetivo es ofrecer un panorama general que permita contextualizar los resultados y facilitar su interpretación. Para ello, se incluyen variables como sexo, grupo etario, formación académica, experiencia deportiva, representación territorial, situación laboral, apoyos económicos, condiciones de entrenamiento, hábitos alimenticios y actividades deportivas realizadas.

El Gráfico 1.1 presenta la distribución de las personas informantes por sexo y grupo etario. Del total de personas participantes, el 65,14% correspondió a hombres y el 34,86% a mujeres. En cuanto a la estructura etaria, se identificó una mayor concentración en el grupo de 18 a 21 años (61,46%), seguido por los grupos de 15 a 17 años (16,45%) y de 22 años o más (15,47%). Por su parte, el grupo de 12 a 14 años representó el 6,63%. La población deportista está compuesta principalmente por personas jóvenes en formación, con predominio masculino en la participación. Esta brecha por sexo podría asociarse con factores socioculturales, carencia de referentes femeninos y menor acceso de las mujeres a recursos deportivos.

Gráfico 1.1

Distribución de las personas participantes, según sexo y grupo etario, Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.

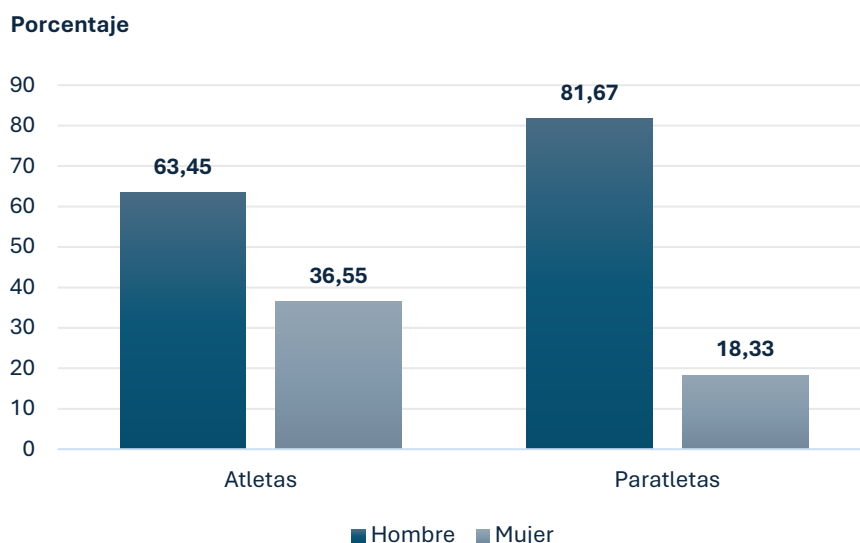


Fuente: IAFA. I Encuesta sobre consumo de productos psicoactivos y dopantes entre participantes de Juegos Deportivos Nacionales, 2024 (encuesta aplicada en 2025).

La distribución según el sexo, Gráfico 1.2 muestra un patrón consistente por tipo de participación, según sexo. La proporción de hombres predominó sobre la de mujeres. En el grupo de personas atletas, casi dos tercios de las personas participantes fueron hombres (63,45%), mientras que las mujeres representaron el 36,55%. Esta diferencia fue aún más notable en el caso de las personas paratletas, donde la participación de hombres llegó al 81,67%, mientras que en las mujeres fue de 18,33%.

Gráfico 1.2

Distribución total de las personas participantes, por tipo de participación (atleta y paratleta), según sexo, Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.

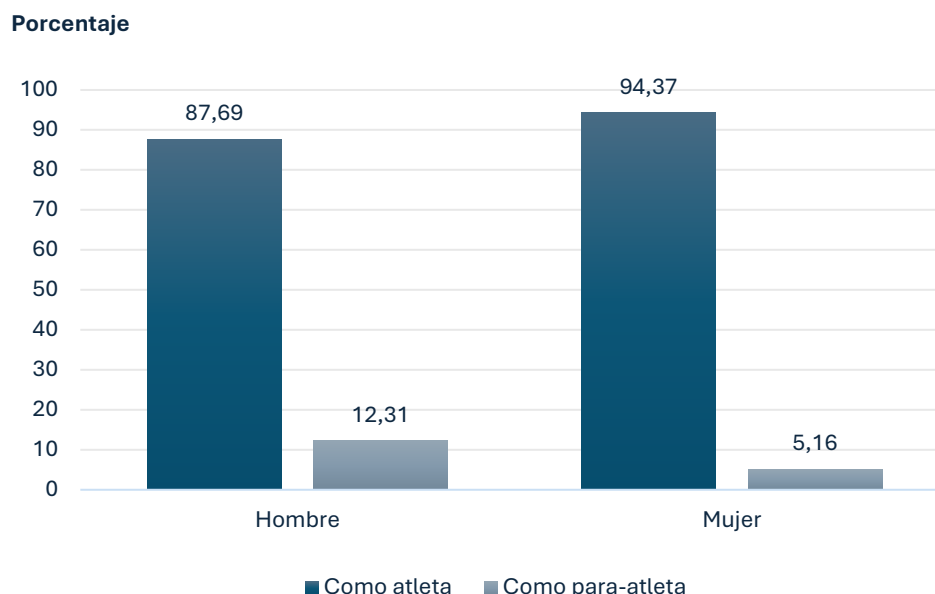


Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El Gráfico 1.3 muestra la distribución de las personas participantes según su condición de atleta o paratleta, por sexo. Entre los hombres, la gran mayoría (87,69%) participó como atleta, mientras que el 12,31% correspondió al grupo de paratletas. En el caso de las mujeres, la diferencia fue aún más marcada: el 94,37% participó como atleta y el 5,16% como paratleta. Esta distribución refleja una presencia considerablemente menor de personas paratletas en ambos sexos, con una brecha particularmente amplia en la población femenina.

Gráfico 1.3

Distribución de las personas deportistas, según sexo, por tipo de participación (atleta y paratleta), Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



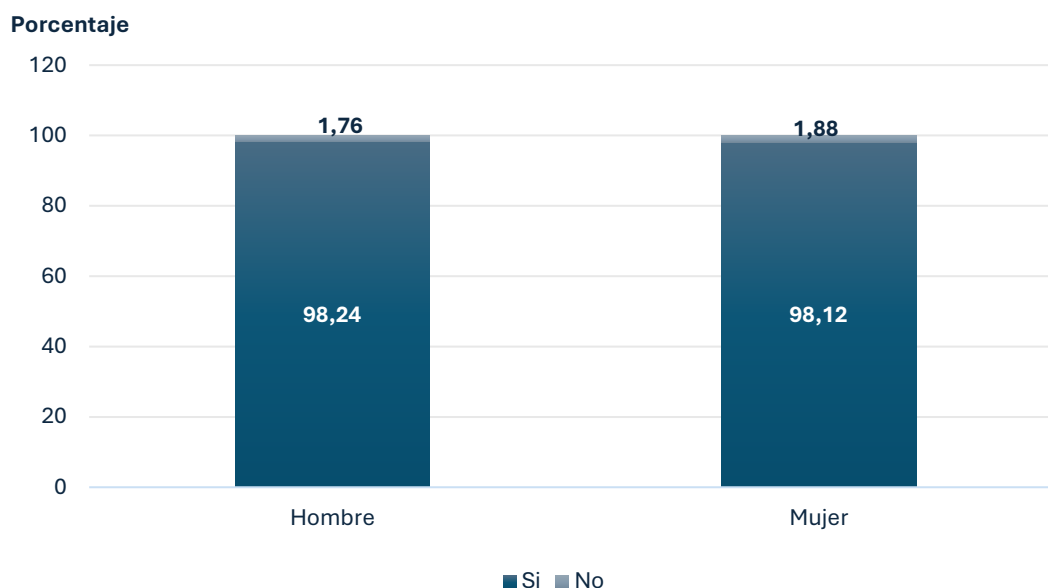
Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

1.2 Participación en Juegos Nacionales

En relación con la experiencia competitiva de las personas participantes, los datos muestran una alta participación en el ámbito nacional. El 98% de las personas informantes, tanto hombres como mujeres, reportó haber participado previamente en alguna edición de los Juegos Deportivos Nacionales, mientras que alrededor del 2% indicó no haberlo hecho. Este resultado evidencia una continuidad en la práctica deportiva, así como un nivel de compromiso y estabilidad en la participación competitiva de la población estudiada. Además, sugiere la existencia de procesos de preparación y seguimiento que favorecen la permanencia de las personas atletas en el sistema deportivo nacional. (véase Gráfico 1.4)

Gráfico 1.4

Distribución de las personas deportistas, según sexo, que alguna vez participaron en Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



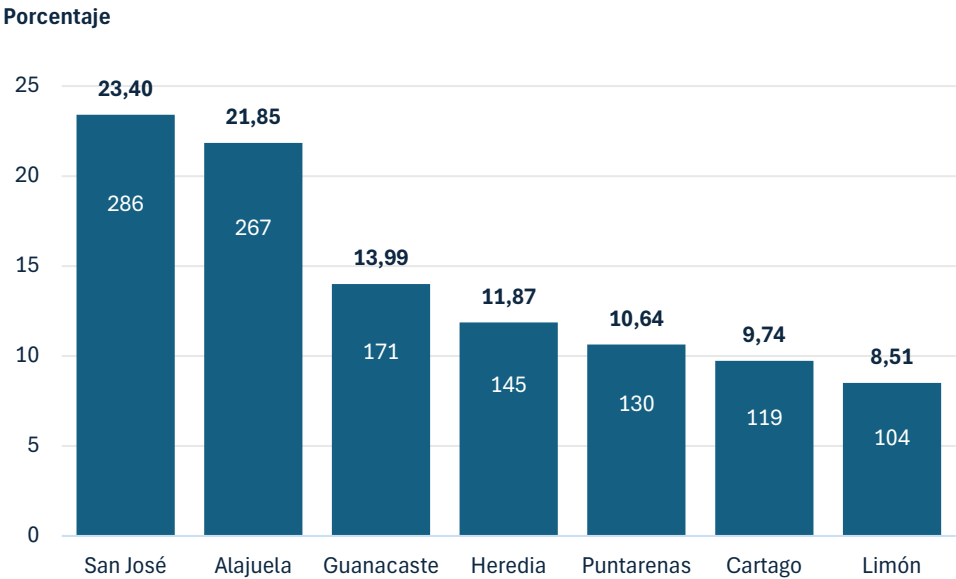
Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

1.3 Representación territorial

En el Gráfico 1.5 se presentan las provincias con mayor representación deportiva. San José registró la participación más alta, con 286 personas participantes (23,40%), seguida por Alajuela con 267 (21,85%). En tercer lugar, se ubicó Guanacaste, con 171 (13,99%). Por el contrario, la provincia con menor representación fue Limón, que aportó 104 (8,51%). Esta distribución evidencia una concentración significativa de personas participantes en algunas provincias, mientras que otras muestran una presencia inferior o más limitada.

Gráfico 1.5

Provincias con mayor representación en los Juegos Deportivos Nacionales Costa Rica, 2024.

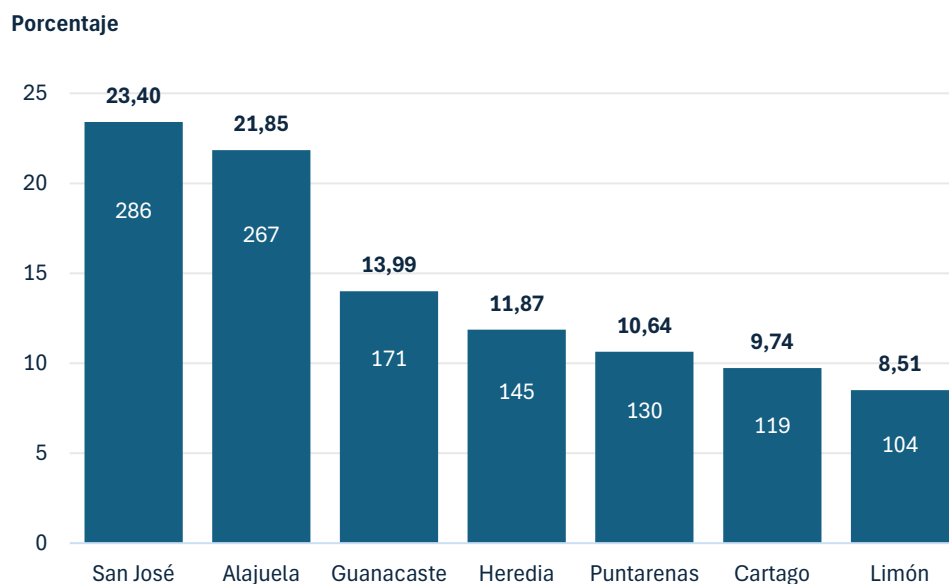


Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

En cuanto a la representación territorial de las personas participantes, los resultados evidencian una participación amplia que abarca a la mayoría de los cantones del país. Entre ellos, los de mayor representación fueron San José (6,71%), San Carlos (5,40%) y Alajuela (5,32%). Esta distribución sugiere que, si bien existe una presencia cantonal diversa, ciertos territorios concentran una proporción más elevada de las personas, lo que podría asociarse con factores como la disponibilidad de infraestructura deportiva, la existencia de programas de desarrollo consolidados o una tradición local en la formación de talento. Estas diferencias invitan a profundizar en las condiciones que favorecen el desarrollo deportivo en algunos cantones y a explorar oportunidades para fortalecer la participación en aquellos con menor presencia.

Gráfico 1.6

Cantones con mayor representación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

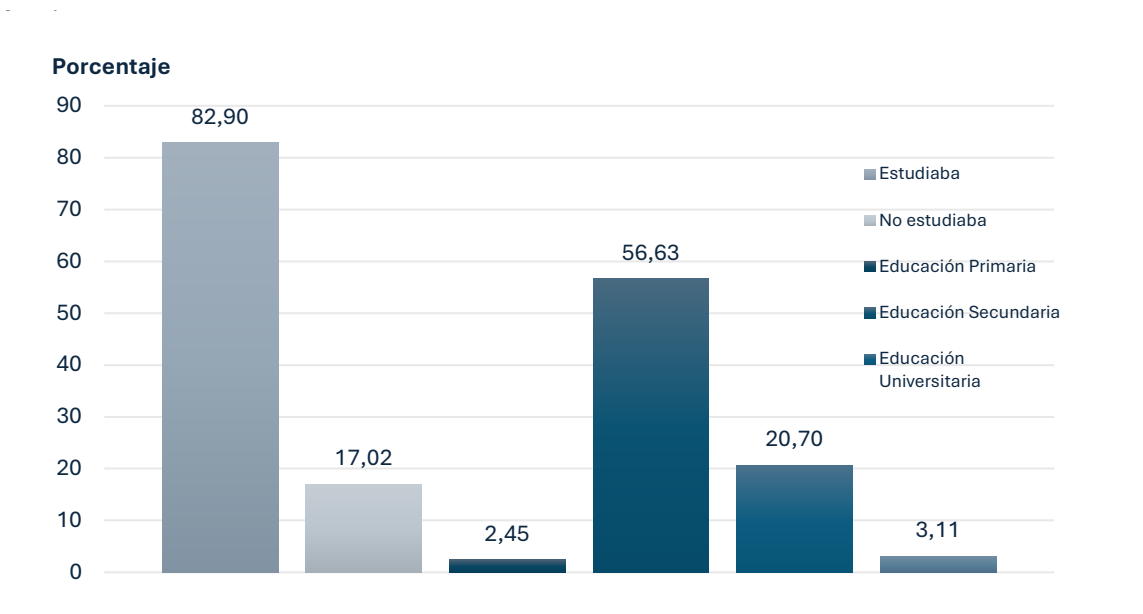
1.4 Formación académica

Del total de personas participantes, el 82,90% cursaba estudios durante su proceso de entrenamiento, mientras que el 17,02% no estudiaba, de éstos una persona (0,08%) no supo, no respondió. Dentro de la población estudiantil, la mayor proporción correspondió a educación secundaria, (56,63%), seguida por quienes cursaban estudios universitarios (20,70%).

La representación de personas participantes con educación primaria fue del 2,45%, mientras que la categoría técnica y otras alcanzó de 3,11%. La alta participación de personas estudiantes en las justas deportivas podría sugerir que una parte significativa de la población participante se desarrolla en entornos estructurados, con rutinas académicas que pueden funcionar como factores protectores frente a conductas de riesgo, al ofrecer supervisión adulta, organización del tiempo y redes de apoyo.

Gráfico 1.7

Nivel académico que cursaban las personas participantes durante su preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales, por tipo de educación, Costa Rica, 2024.

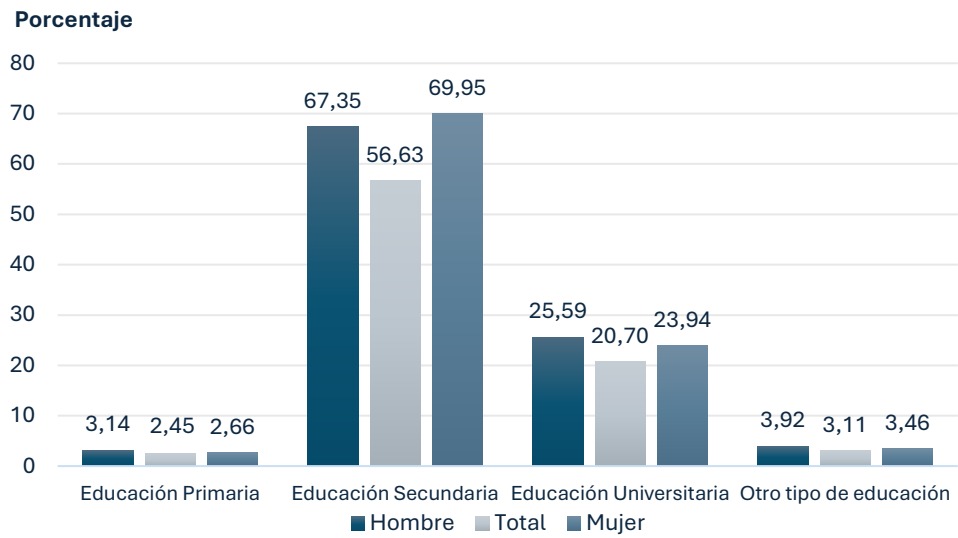


Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Asimismo, los datos según sexo y tipo de educación (Gráfico 1.8) muestran que, entre quienes cursaban estudios secundarios, la participación de las mujeres fue ligeramente superior a la de los hombres (69,95% y 67,35%, respectivamente). En cambio, entre quienes cursaban estudios universitarios, el porcentaje más alto correspondió a hombres (25,59%) y fue levemente menor en mujeres (23,94%). Además, entre las personas participantes que cursaban estudios primarios y otros tipos de formación académica, los porcentajes fueron inferiores al 4%.

Gráfico 1.8

Nivel académico que cursaban las personas participantes durante su preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales, por tipo de educación, según sexo, Costa Rica, 2024.



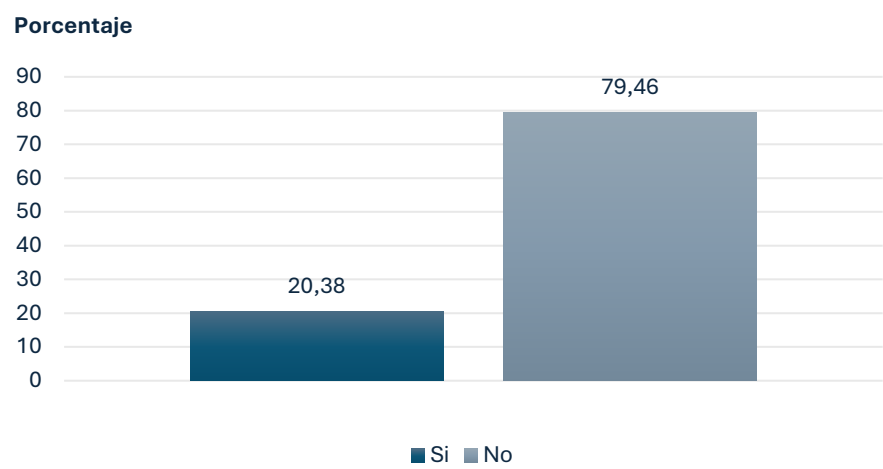
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

1.5 Condiciones laborales

Los datos indican que una de cada cinco personas participantes tenía un empleo remunerado mientras se preparaba para los Juegos Deportivos Nacionales. En concreto, 249 personas (20,38%) realizaban algún trabajo remunerado, frente a 971 (79,46%) que no lo hacían. Entre quienes sí trabajaban, los tipos de empleo fueron variados: el 44,18% estaba contratado por empresas o instituciones (110 personas), el 25,70% colaboraba en negocios familiares (63 personas), el 16,06% realizaba actividades independientes (40 personas) y el 14,06% efectuaba labores de temporada (35 personas). Este comportamiento muestra que, pese a las exigencias deportivas y académicas, una parte importante de la población participante asume responsabilidades laborales, lo cual puede influir en el tiempo y los recursos disponibles para sus entrenamientos.

Gráfico 1.9

Personas participantes que realizaban algún trabajo remunerado durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

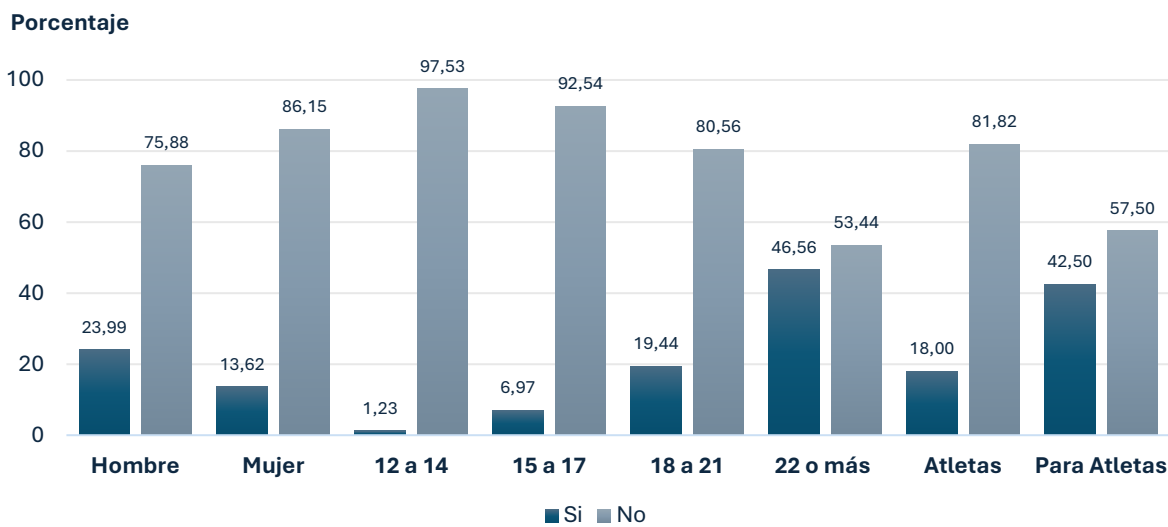
Por sexo, se observó que el 23,99% de los hombres tenía algún trabajo remunerado, mientras que, en el caso de las mujeres, esta proporción fue menor (13,62%). Según los rangos etarios, los porcentajes más altos de personas participantes con trabajo remunerado se registraron en quienes tenían 22 años o más (46,56%), seguidos por el grupo de 18 a 21 años (19,44%).

En relación con el tipo de participación, el 18% de las personas atletas reportó tener un trabajo remunerado, mientras que, entre las personas paratletas, esta proporción ascendió al 42,50%.

Pese a las exigencias deportivas y académicas, el 20,38% de las personas participantes asumía responsabilidades laborales, lo cual podría influir en el tiempo y los recursos disponibles para sus entrenamientos.

Gráfico 1.10

Personas participantes que realizaban algún trabajo remunerado durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo, rango etario y tipo de participación atleta y paratleta, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFa. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

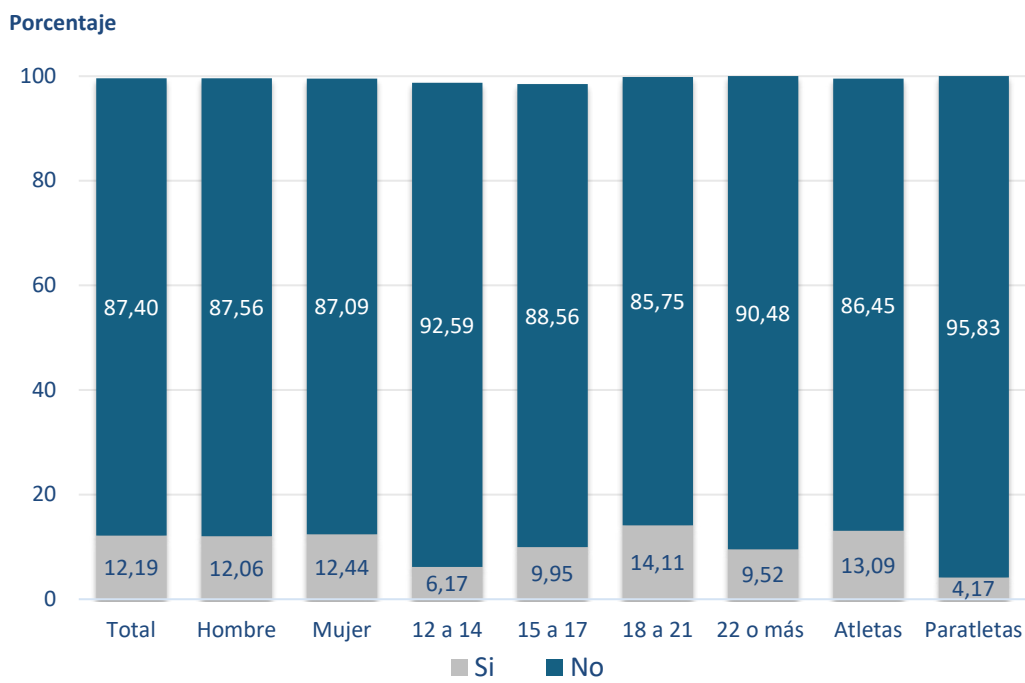
1.6 Becas

El acceso a becas es limitado: solo 149 personas participantes (12,19%) afirmaron recibir alguna beca, mientras que 1.068 (87,40%) no contaban con ese tipo de apoyo económico. Quienes sí recibían becas señalaron como principales fuentes al IMAS (29,53%), el MEP (22,82%), a los Comités Cantonales de Deporte (9,40%) y a “otras entidades” (41%)

Por rango etario, el grupo de 18 a 21 años fue el que recibió mayor apoyo económico (14,11%). Por tipo de participación, el 13,09% de las personas atletas obtuvo una beca, en contraste con el 4,17% de las personas paratletas.

Gráfico 1.11

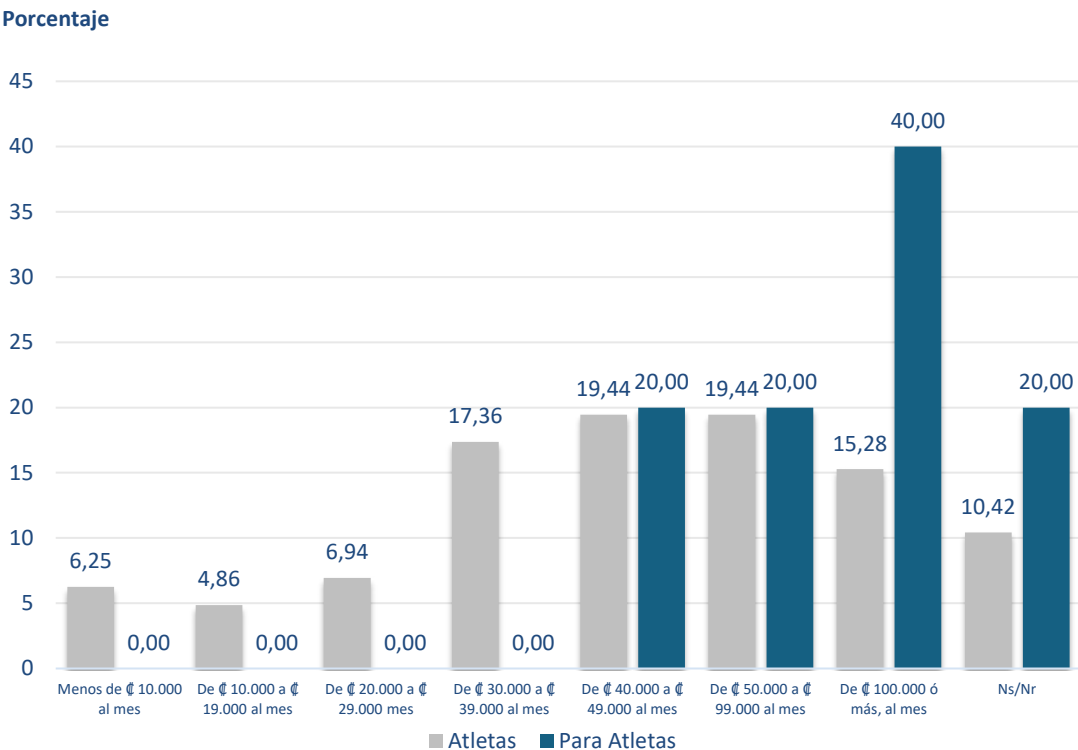
Personas participantes que recibían beca durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo, rango etario y tipo de participación (atleta y paratleta), Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Gráfico 1.12

Monto de dinero que recibían por concepto de beca durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, según tipo de participación (atleta y paratleta), Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

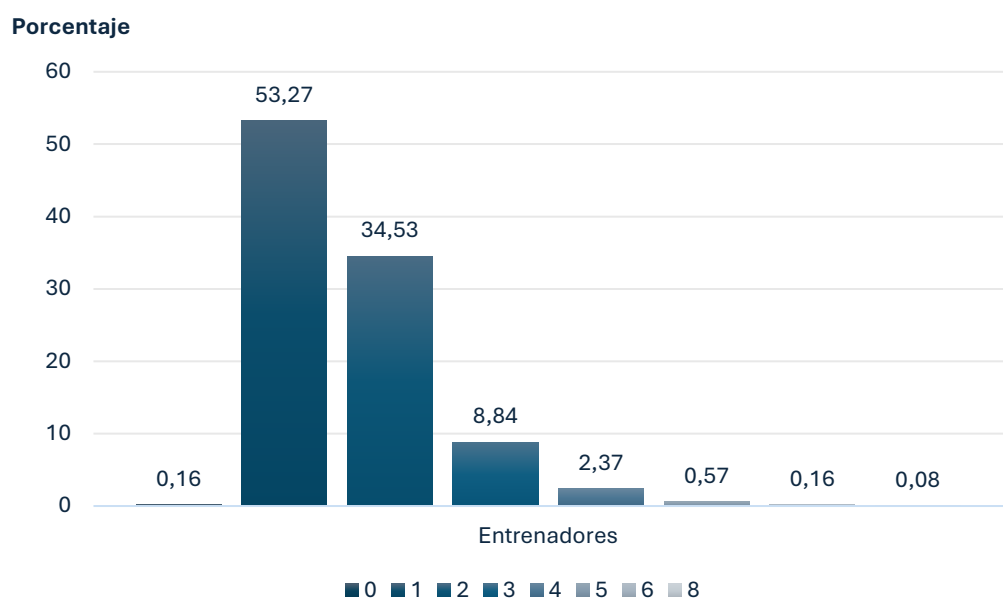
1.7 Entrenamiento, relación con entrenadores y salud

Los datos (Gráfico 1.13) muestran que la mayoría de las personas participantes trabaja con un número reducido de personas entrenadoras. En concreto, 651 personas atletas (53,27%) contaban con una persona entrenadora, 422 (34,53%) entrenaban con dos y 108 (8,84%) con tres. Solo una proporción muy

pequeña reportó cuatro o más personas entrenadoras (29; 2,37%), mientras que los casos con cinco, seis u ocho representaron menos del 1%. Esta distribución indica que más del 87% de las personas participantes se desarrolló en entornos técnicos que favorecen la regularidad y la optimización de los procesos de entrenamiento.

Gráfico 1.13

Cantidad de personas entrenadoras con las que contaron las personas participantes durante su preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



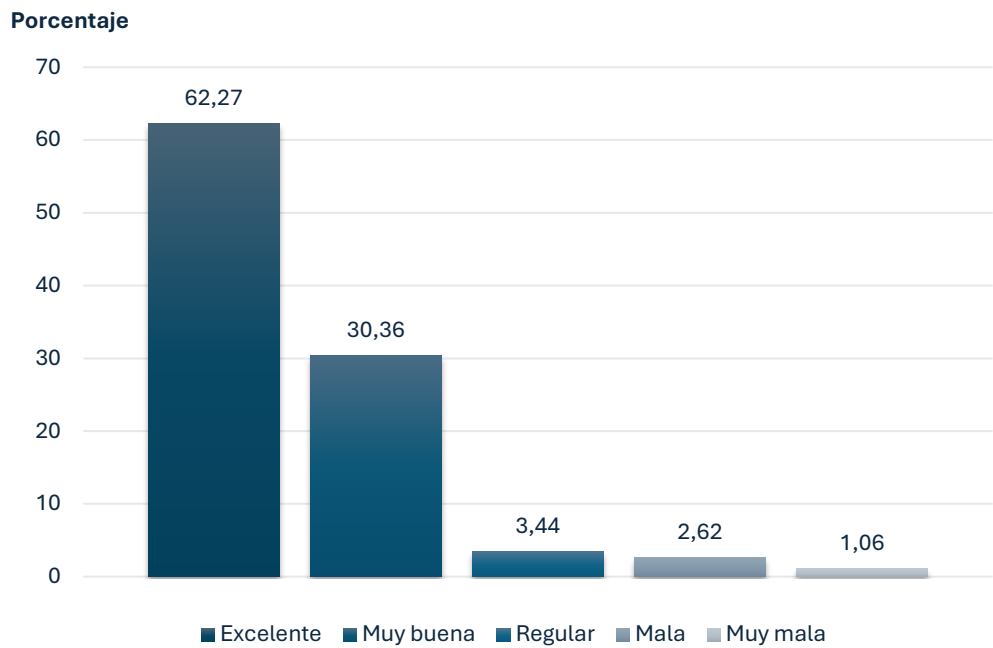
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Respecto a la relación entrenador-atleta, tanto en términos generales como por sexo, destaca el predominio de valoraciones positivas: la mayoría la consideró excelente (761 personas atletas; 62,27%) o muy buena (371; 30,36%). Por otro lado, solo una fracción reducida la calificó como regular (42; 3,44%),

mala (32; 2,62%) o muy mala (13; 1,06%). Estos resultados sugieren que los entrenamientos se desarrollan en un ambiente de trabajo favorable, lo cual constituye un factor clave para el rendimiento y el bienestar emocional de quienes practican deporte.

Gráfico 1.14

Calificación de las personas participantes sobre su relación con las personas entrenadoras, durante su preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



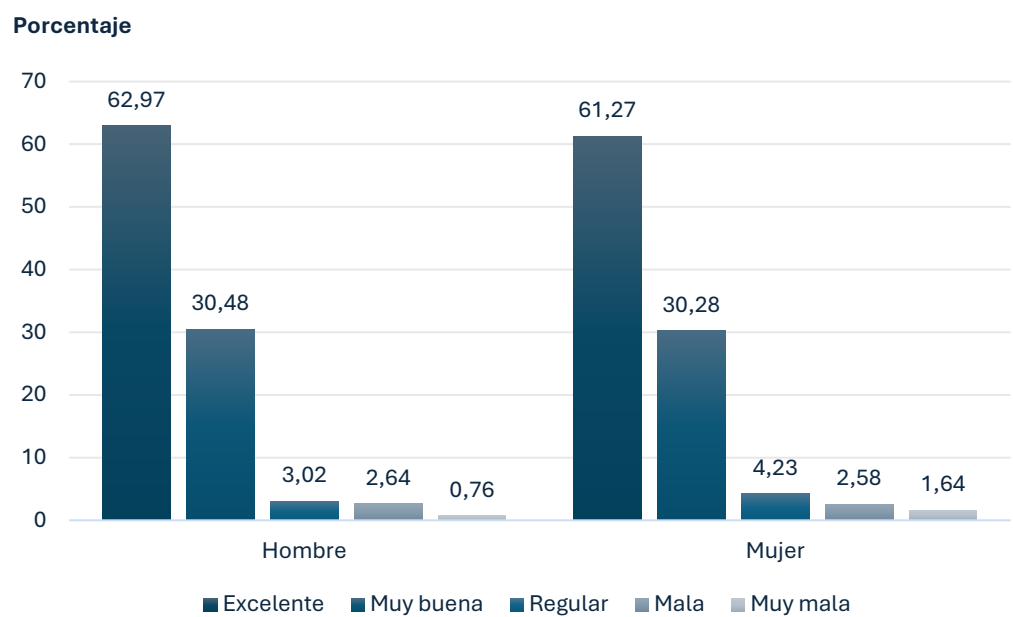
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

En el Gráfico 1.15 se presenta la comparación por sexo, la cual reveló un patrón semejante al observado en los resultados generales (véase Gráfico 1.14). Tanto las mujeres como los hombres valoraron mayoritariamente la relación con sus personas entrenadoras como excelente o muy buena, sin que se

observaran diferencias de magnitud apreciable entre ambos grupos. Este paralelismo sugiere que la percepción sobre la calidad del vínculo técnico-deportivo es consistente, independientemente del sexo, lo que refuerza la idea de un entorno relacional homogéneo durante el proceso de entrenamiento.

Gráfico 1.15

Calificación de las personas participantes sobre su relación con las personas entrenadoras, durante su preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

En términos de salud física (Gráfico 1.16), los resultados generales mostraron que el 60,72% de las personas participantes declaró no presentar lesiones ni dolores crónicos durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales. Al analizar estos datos por sexo, se observó una proporción ligeramente mayor de hombres (62,94%) que de mujeres (56,57%) que reportaron ausencia de este tipo de afecciones.

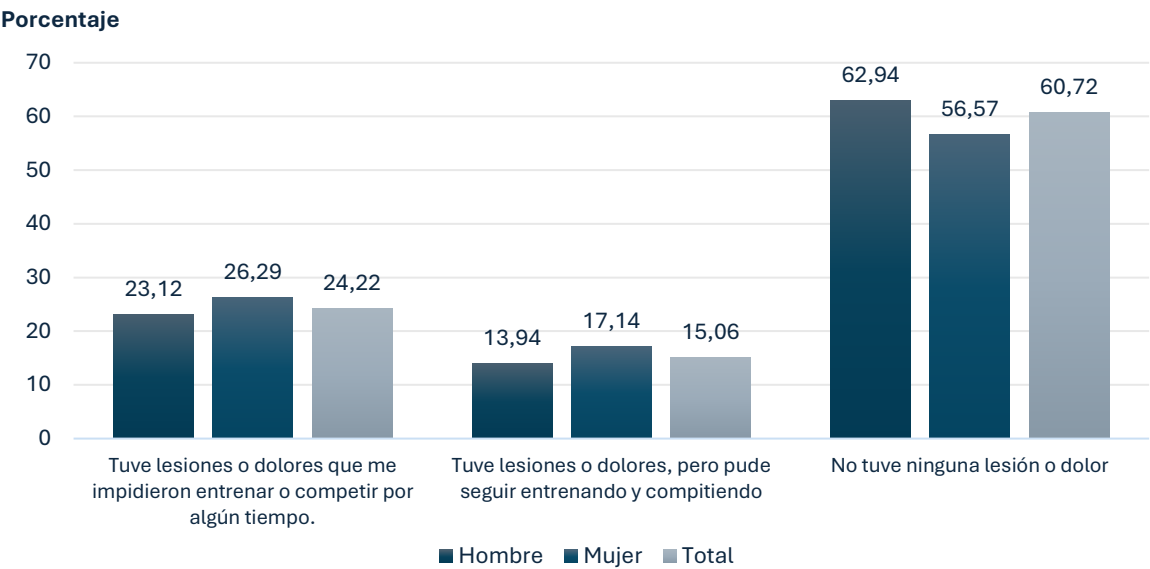
Aunque la diferencia no es amplia, sugiere que los hombres reportaron con mayor frecuencia una condición física sin lesiones o molestias persistentes; en contraste, las mujeres presentaron una mayor prevalencia de lesiones y/o dolores crónicos.

Por otra parte, aun cuando la mayoría de las personas participantes no informó afectaciones físicas, un 15,06% sí presentó algún tipo de lesión o dolor, pero pudo continuar con su preparación y participar en las competencias. No obstante, el 24,22% se vio imposibilitado de entrenar y competir debido a estas afecciones.

Al examinar estos resultados por sexo, se observó que una proporción mayor de mujeres que de hombres presentó lesiones o dolores crónicos, tanto entre quienes lograron continuar con el proceso de preparación como entre quienes no pudieron hacerlo.

Gráfico 1.16

Calificación de las personas participantes sobre su relación con las personas entrenadoras, durante su preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo, Costa Rica, 2024.



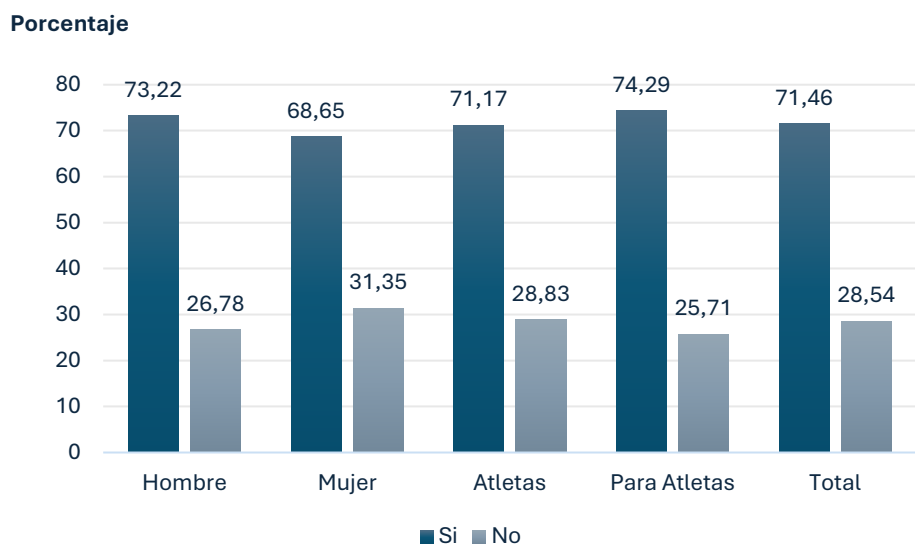
Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

En cuanto a la atención médica recibida, el 71,46% de las personas informantes afirmó haber contado con apoyo médico para el tratamiento de algún tipo de lesión o dolor durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales.

La comparación por sexo y tipo de participación mostró un patrón coherente con los resultados generales: en promedio, alrededor del 70% de las personas participantes recibió atención médica, mientras que cerca del 30% no accedió a este servicio. En el caso de las mujeres, los valores se aproximaron a esta tendencia, aunque con una ligera variación: el 68,65% reportó haber recibido atención médica, frente al 31,35% que no la obtuvo. Estos datos confirman que, independientemente del sexo o del tipo de participación, la mayoría de las personas atletas contó con algún tipo de acompañamiento médico durante el período evaluado.

Gráfico 1.17

Atención médica por lesiones o dolores crónicos durante la preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo y tipo de participación (atleta y paratleta), Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

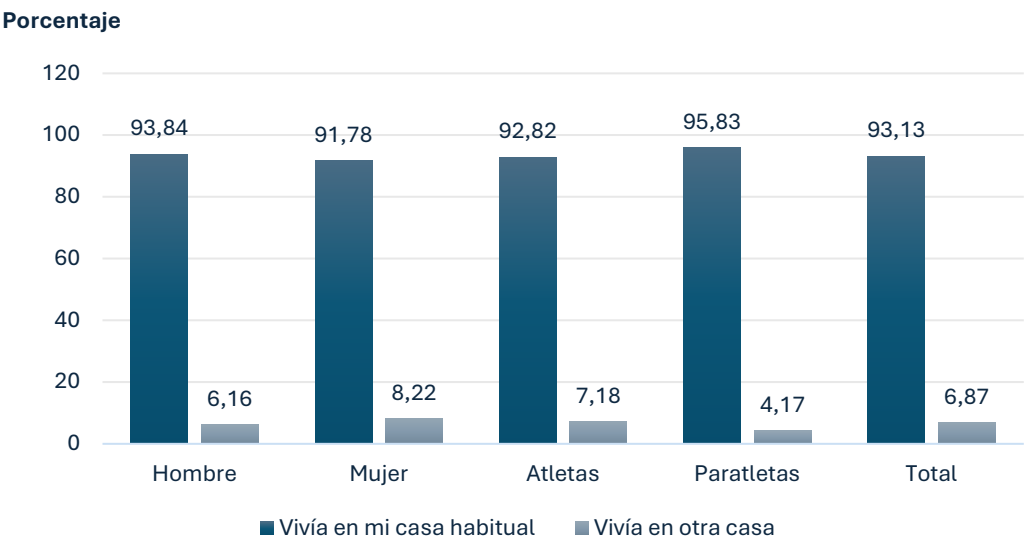
1.8 Residencia y lugares de entrenamiento

En cuanto al lugar de residencia de las personas participantes durante su proceso de preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, se observó que la gran mayoría (93,13%) permanecía viviendo en su hogar, mientras que solo el 6,87% residía fuera de su casa (Gráfico 1.18). Este patrón se mantiene de manera consistente tanto por sexo como por tipo de participación, lo cual sugiere una alta estabilidad residencial en la población participante.

Este resultado podría interpretarse como un indicador de entornos de preparación relativamente estables, en los que las personas participantes no requieren desplazarse ni asumir cambios significativos en sus condiciones de vida para prepararse.

Gráfico 1.18

Lugar de residencia durante la preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, según sexo y tipo de participación (atleta y paratleta), Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

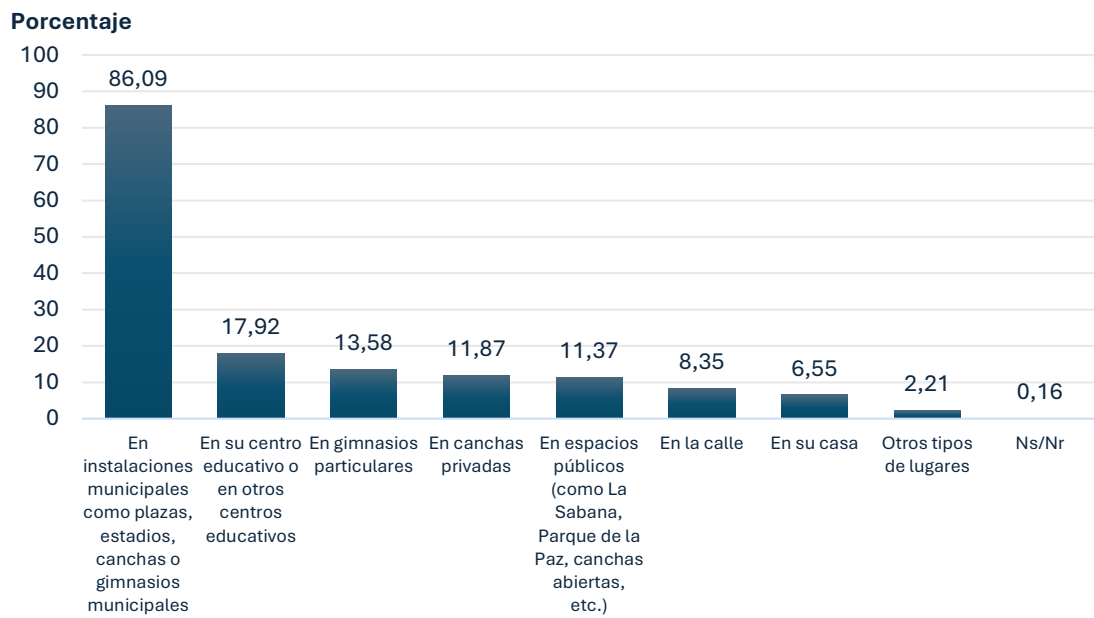
En relación con los lugares habituales de entrenamiento utilizados por las personas participantes durante su proceso de preparación, destaca que la mayoría (86,09%) realizaba sus prácticas en instalaciones municipales, tales como estadios, plazas deportivas o gimnasios públicos. En menor proporción, un 17,92% entrenaba en su propio centro educativo u otros centros educativos, mientras que un 13,58% lo hacía en gimnasios privados. Otros espacios de entrenamiento fueron mencionados en porcentajes progresivamente menores.

Este patrón sugiere que la infraestructura deportiva municipal constituye el principal soporte para la preparación de las personas atletas. Asimismo, la cercanía de estas instalaciones a los lugares de residencia podría contribuir a un mayor equilibrio entre la vida personal, académica y deportiva, y refuerza la idea de que la proximidad geográfica de los recursos deportivos desempeña un papel clave en la continuidad y estabilidad de los procesos de preparación.

Fuente: IAFA. *I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.*

Gráfico 1.19

Lugares de entrenamiento de las personas participantes durante su preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



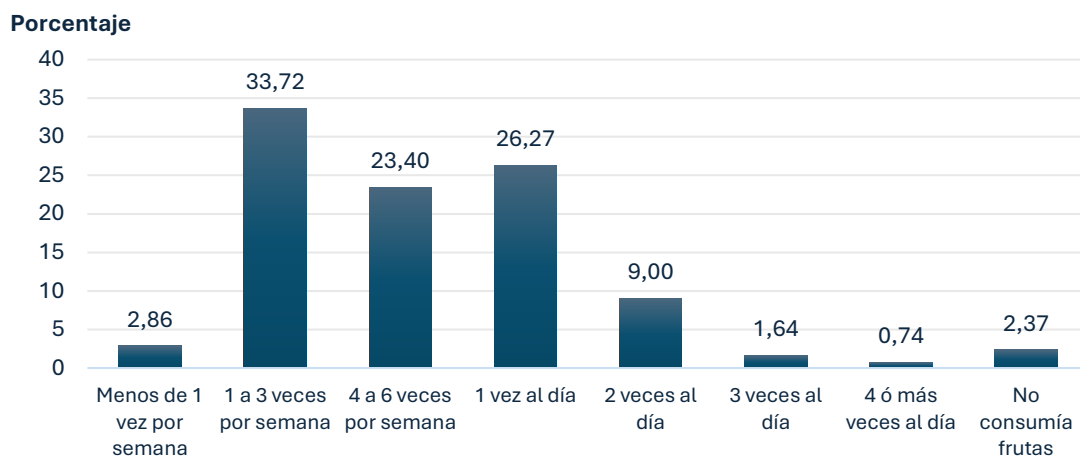
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

1.9 Hábitos alimenticios

El consumo de frutas se concentra principalmente en los rangos de “1 a 3 veces por semana” (33,72%) y “una vez al día” (26,27%), seguido de “4 a 6 veces por semana” (23,40%) (Gráfico 1.20). Los datos sugieren hábitos alimentarios moderadamente favorables, ya que una proporción importante de personas atletas incluye fruta en su dieta con cierta regularidad. No obstante, los porcentajes bajos en algunas categorías indican un margen de mejora en los hábitos nutricionales de la población participante.

Gráfico 1.20

Consumo de frutas¹ de las personas participantes durante su proceso de preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



Nota 1: Papaya, piña, naranja, sandía, melón, mango, banano, guanábana, uvas, manzanas, entre otras.

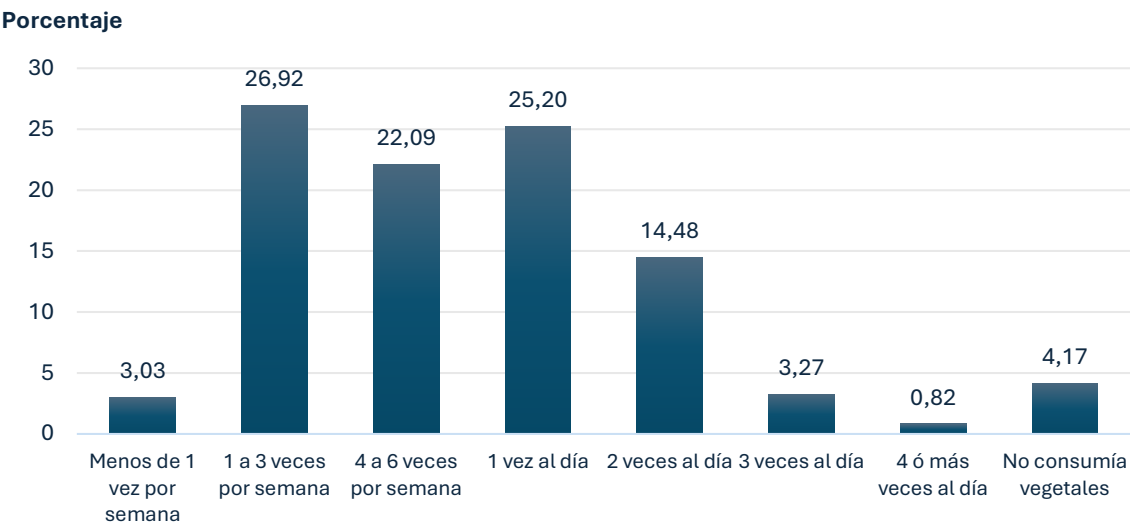
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

De manera similar a lo observado en el consumo de frutas, la ingesta de vegetales se concentra principalmente en los rangos de “1 a 3 veces por semana” (26,92%) y “una vez al día” (25,20%), seguidos de “4 a 6 veces por semana” (22,09%). Este patrón sugiere la presencia de hábitos alimentarios moderadamente favorables, dado que una proporción considerable de personas atletas incorpora vegetales en su dieta de forma regular. No obstante, los porcentajes relativamente bajos en algunas categorías, especialmente aquellas que reflejan un consumo poco frecuente, evidencian un margen de mejora en los hábitos nutricionales de la población participante.

Estos escenarios resultan relevantes si se considera que una ingesta adecuada de frutas y vegetales es fundamental para asegurar un aporte óptimo de nutrientes, que contribuyan al rendimiento, la recuperación y la salud general.

Gráfico 1.21

Consumo de vegetales¹ de las personas participantes durante su proceso de preparación para los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



Nota 1: Espinacas, brócoli, arúgula, ayote, chayote, chile dulce, zanahoria, entre otras

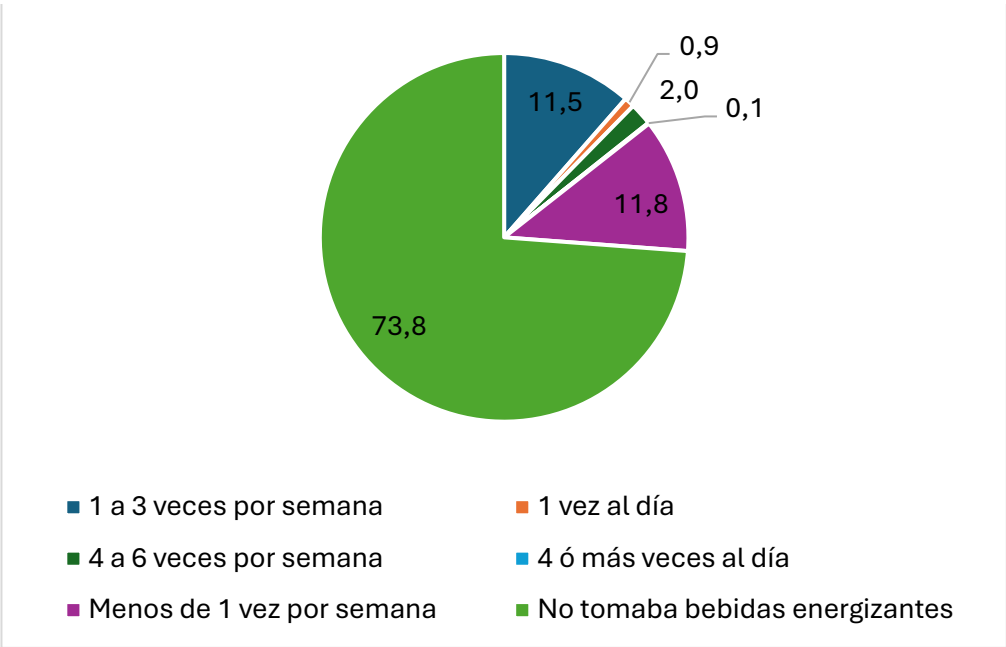
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

2. Estimación de los indicadores de prevalencia del consumo de sustancias psicoactivas o dopantes.

2.1 Bebidas energizantes

Gráfico 2.1

Distribución porcentual según la frecuencia semanal de consumo de bebidas energizantes durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



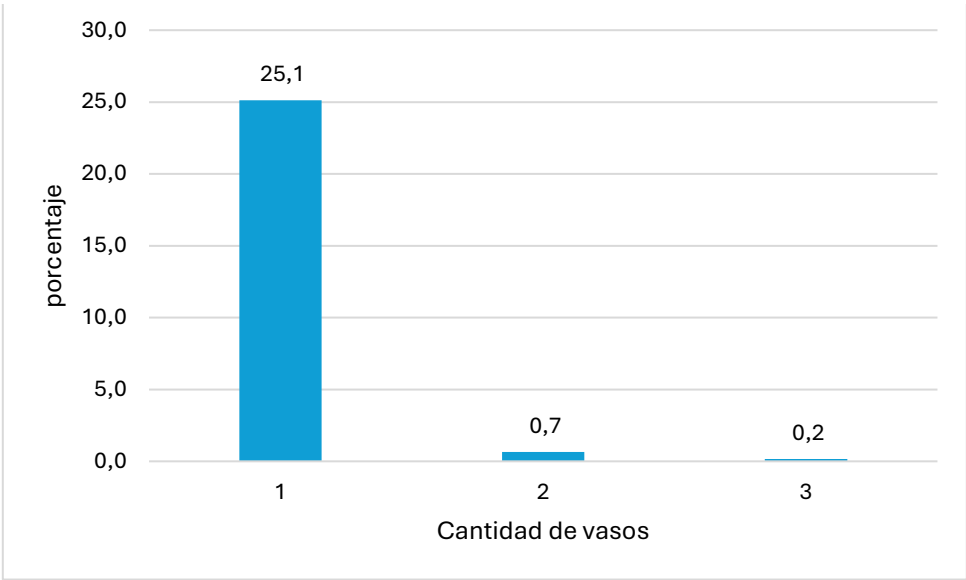
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

De acuerdo con el Gráfico 2.1, el 73,8% no consumía bebidas energizantes; el 11,8% las tomaba menos de una vez por semana; el 11,5% las consumía de una a tres veces por semana; y el 2,0% las tomaba de cuatro a seis veces por semana. Asimismo, menos del 1% reportó consumo diario. Según estos resultados, el consumo de bebidas energizantes es poco común en esta población y el consumo diario es mínimo.

Entre quienes las consumen, la mayoría lo hace de forma ocasional y en cantidades bajas, tal como se aprecia en el siguiente gráfico.

Gráfico 2.2

Distribución de las personas participantes, según sexo y grupo etario, Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



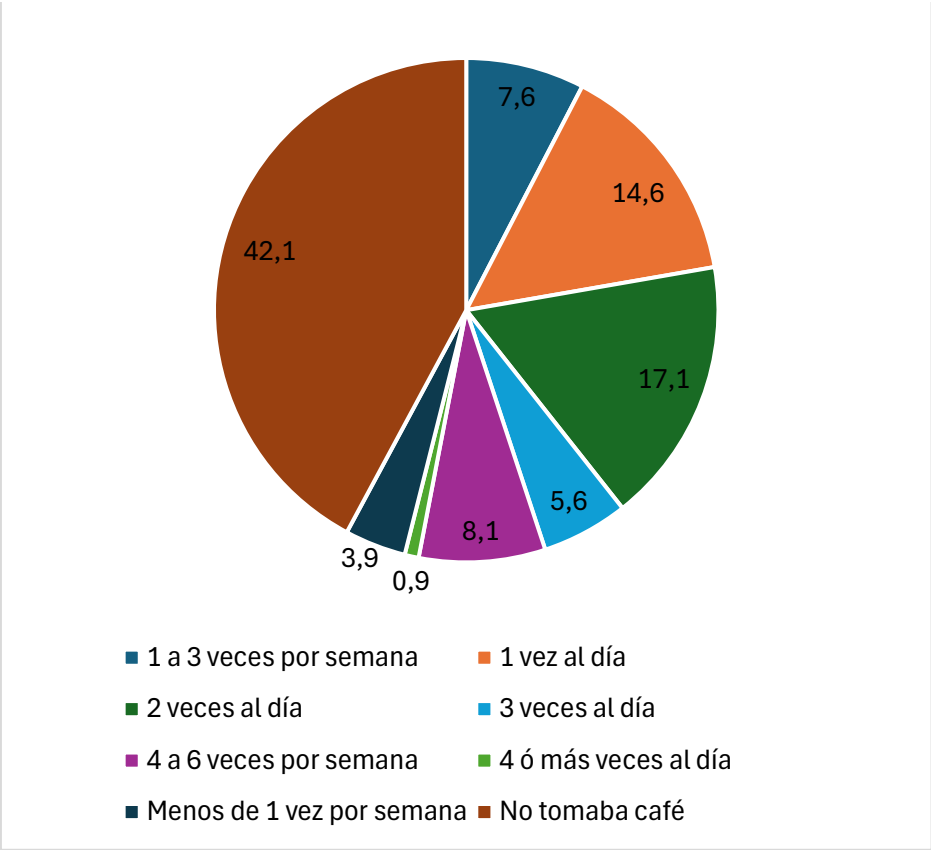
Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Los datos del gráfico 2.2 muestran que, en los días en que se consumían bebidas energizantes, el 25,1% tomaba un vaso o lata; el 0,7%, dos; y el 0,2%, tres vasos o latas.

2.2 Estimulantes

Gráfico 2.3

Distribución porcentual según la frecuencia semanal de consumo de café durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.

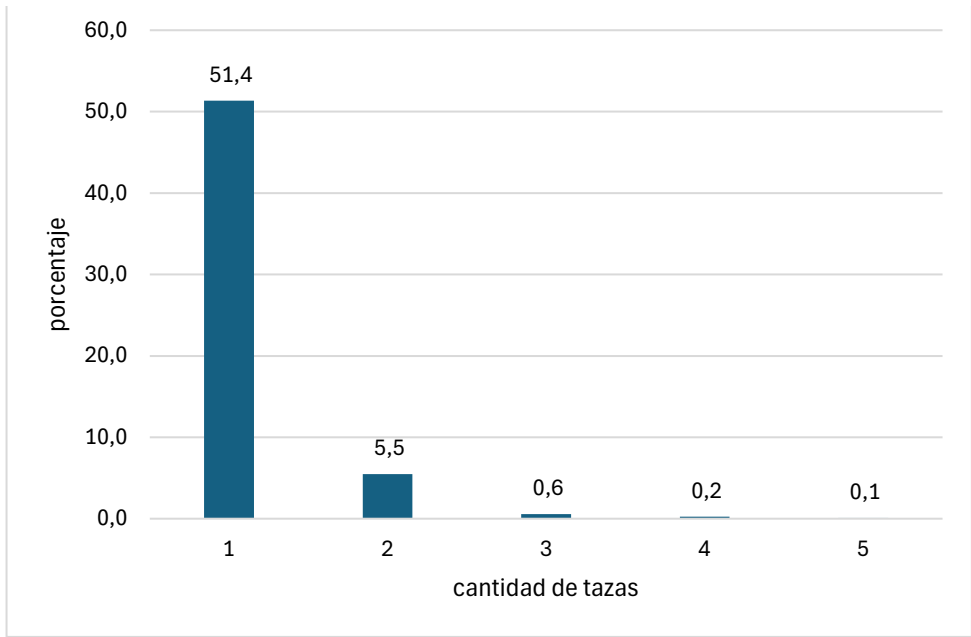


Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

La frecuencia de consumo semanal destaca que el 42,1% no tomaba café, 17,1% lo consumía 2 veces al día, 14,6% lo tomaba 1 vez al día, 8,1% lo consumía 4 a 6 veces por semana, 5,6% 3 veces al día y 7,6% lo tomaba 1 a 3 veces por semana. Por último, menos del 1% reportó consumirlo 4 o más veces al día. Se aprecia que el café es una sustancia ampliamente consumida, aunque casi la mitad de los participantes no lo ingiere. Entre quienes sí lo consumen, la mayoría lo hace de forma moderada, es decir, 1–2 veces al día.

Gráfico 2.4

Distribución porcentual de la cantidad de tazas o vasos de café consumidos en los días en que se tomaba café, durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

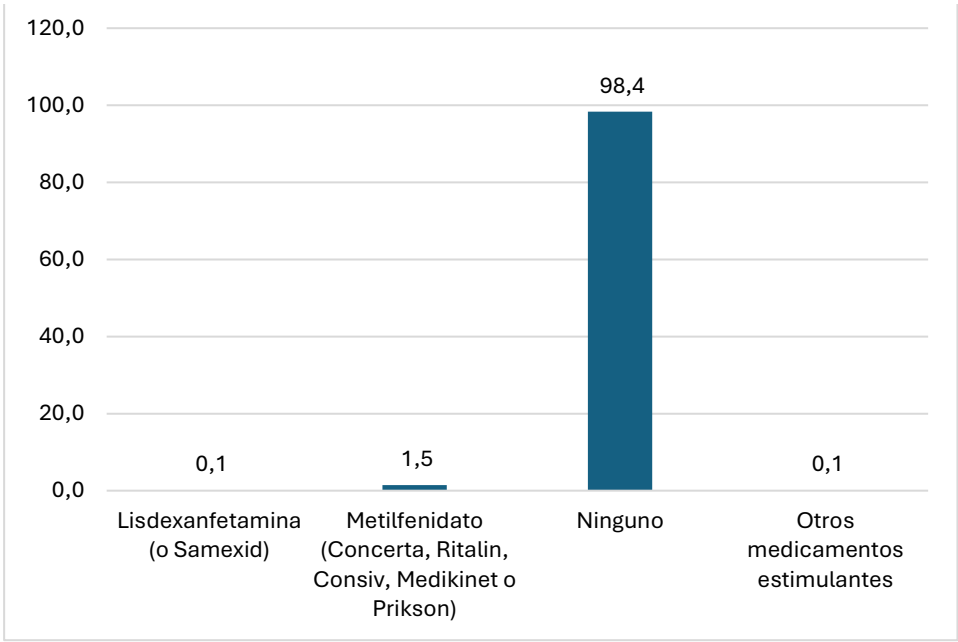
El gráfico 2.4 muestra la cantidad de tazas o vasos de café que consumían las personas en los días en que lo tomaban. En ese sentido, se identifica que el 51,4% consumía una taza o vaso; el 5,5%, dos tazas o vasos; el 0,6%, tres; y el 0,2% cuatro o más.

El consumo de cafeína a través del café o de bebidas energizantes es ampliamente extendido, aunque moderado. Si bien el 58% reportó consumir café con cierta frecuencia, la mayoría lo hace en cantidades bajas (una a dos tazas o vasos al día).

En el caso de las bebidas energizantes, a continuación, se presenta la frecuencia semanal de consumo.

Gráfico 2.5

Distribución porcentual según los medicamentos estimulantes que las personas participantes han tomado alguna vez, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El consumo de medicamentos estimulantes muestra porcentajes bajos. Se observa que el 98,4% indicó no haberlos utilizado nunca. Quienes señalaron haber probado alguno de estos medicamentos reportaron: metilfenidato (Ritalin, Concerta, etc.), 1,5%; lisdexanfetamina (Samexid), 0,08%; y otros estimulantes, 0,08%. En conjunto, estos resultados evidencian una prevalencia muy baja de uso de medicamentos estimulantes en la población consultada.

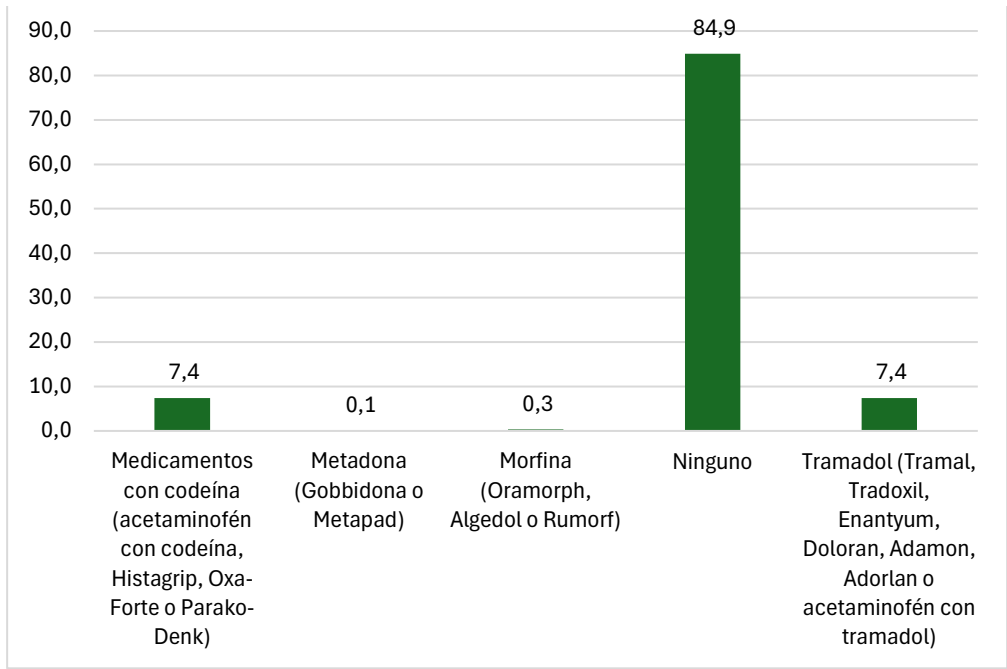
Según los resultados, el uso de medicamentos estimulantes es muy bajo y se concentra principalmente en el metilfenidato.

En el caso de los opioides, se incluyó también una consulta; los resultados se presentan en el siguiente apartado.

2.3 Opioides

Gráfico 2.6

Distribución porcentual según algunos productos opioides que las personas participantes han usado alguna vez, Costa Rica, 2024.



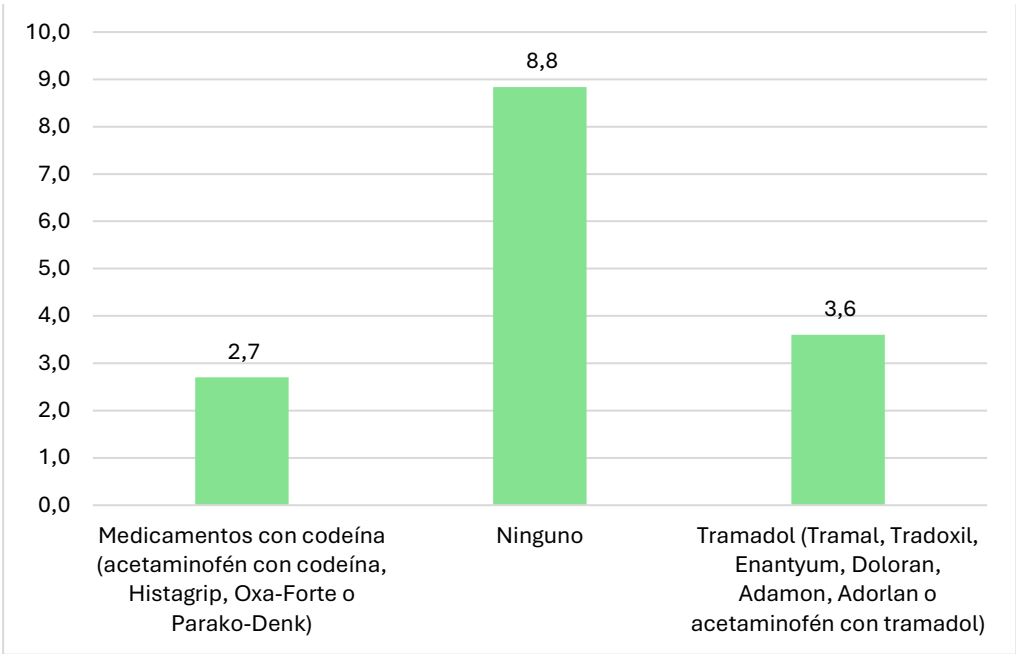
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El Gráfico 2.6 evidencia que el consumo de opioides entre las personas participantes es minoritario y se concentra en sustancias como la codeína y el tramadol, probablemente utilizadas como analgésicos en el contexto de lesiones. Los valores se presentan de la siguiente manera: nunca ha usado opioides, 84,9%; tramadol, 7,4%; medicamentos con codeína, 7,4%; morfina, 0,3%; y metadona, 0,08%.

La abstinencia es la condición predominante, lo que podría interpretarse como un reflejo de acciones de prevención o de cumplimiento de normativas, por ejemplo, antidopaje. El uso de opioides fuertes como la morfina o la metadona es poco reportado y casi nulo en este contexto. Por otra parte, el uso de opioides sin receta médica alguna vez en la vida es uno de los aspectos considerados, por lo que los resultados se presentan a continuación.

Gráfico 2.7

Distribución porcentual de opioides reportados como usados alguna vez sin receta médica o en mayor cantidad que la recetada, entre quienes han usado opioides alguna vez, Costa Rica, 2024.



Nota: Los porcentajes se calculan sobre el subgrupo que reportó uso de opioides alguna vez. “Ninguno” corresponde a quienes no reportaron uso sin receta ni en mayor cantidad que la recetada.

Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El tramadol y los medicamentos con codeína son los opioides más usados, con un porcentaje pequeño pero relevante que los consume sin prescripción médica. Los resultados mostraron que el consumo sin receta médica de codeína: 2,7%, tramadol: 3,6%, y el 8,8% indicó no haber consumido ninguno de estos opioides sin receta médica ni en una cantidad mayor.

Los resultados evidencian un perfil generalmente responsable en el manejo del dolor entre los deportistas encuestados con una clara preferencia por evitar el uso de medicamentos opioides. Sin embargo, la presencia de un sector que sí utiliza tramadol o codeína subraya la necesidad de realizar, monitoreo médico y alternativas terapéuticas no farmacológicas (como fisioterapia, terapia deportiva) para garantizar el bienestar físico y mental de los atletas.

2.4 Cannabis

Tabla 2.1

Distribución porcentual según algunos productos opioides que las personas participantes han usado alguna vez, Costa Rica, 2024.

Sexo	Vida	Año	Mes
Hombre	11,0%	6,3%	3,3%
Mujer	3,9%	1,2%	0,7%
Total, general	8,5%	4,5%	2,4%
Sexo	THC_Vida	THC_Año	THC_Mes
Hombre	1,9%	1,0%	0,9%
Mujer	1,6%	0,7%	0,2%
Total, general	1,8%	0,9%	0,7%
Sexo	CANN_Vida	CANN_Año	CANN_Mes
Hombre	11,4%	6,3%	3,4%
Mujer	4,6%	1,6%	0,7%
Total, general	9,0%	4,7%	2,5%
Sexo	All_Cann_Vida	All_Cann_año	All_Cann_Mes
Hombre	11,5%	6,5%	3,5%
Mujer	4,6%	1,6%	0,7%
Total, general	9,1%	4,7%	2,5%

Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Se destaca en la Tabla 2.1 el bajo consumo de sustancias ilegales. El uso de cannabis, si bien se presenta en 9,1% alguna vez en la vida, se concentra principalmente en hombres y en patrones ocasionales, con una prevalencia muy baja en el último mes (2,5%). En el caso del consumo en el último año, este fue del 4,7%.

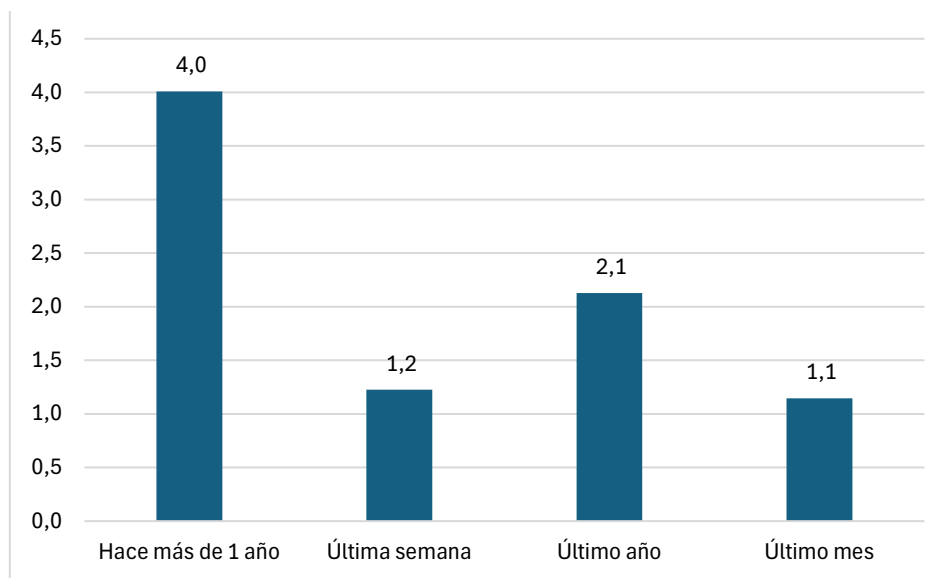
El consumo de alucinógenos, ketamina u opioides ilícitos es prácticamente inexistente, lo que refleja una baja exposición a estas sustancias en el entorno deportivo juvenil, según lo indicado por las personas participantes.

Cuando se desglosa por sexo, en el caso de los hombres, los porcentajes de consumo fueron: alguna vez en la vida, 11,5%; último año, 6,5%; y último mes, 3,5%. Con respecto a las mujeres, el consumo alguna vez en la vida fue del 4,6%; en el último año, del 1,6%; y en el último mes, del 0,7%.

Por último, los cannabinoides sintéticos fueron mencionados por ocho personas en total: cuatro alguna vez en la vida, dos en el último año y dos en el último mes. Con base en los datos expuestos, se evidencia que el consumo de cannabis es más frecuente en hombres que en mujeres.

Gráfico 2.8

Distribución porcentual según la última vez que se usaron productos de cannabis, Costa Rica, 2024.



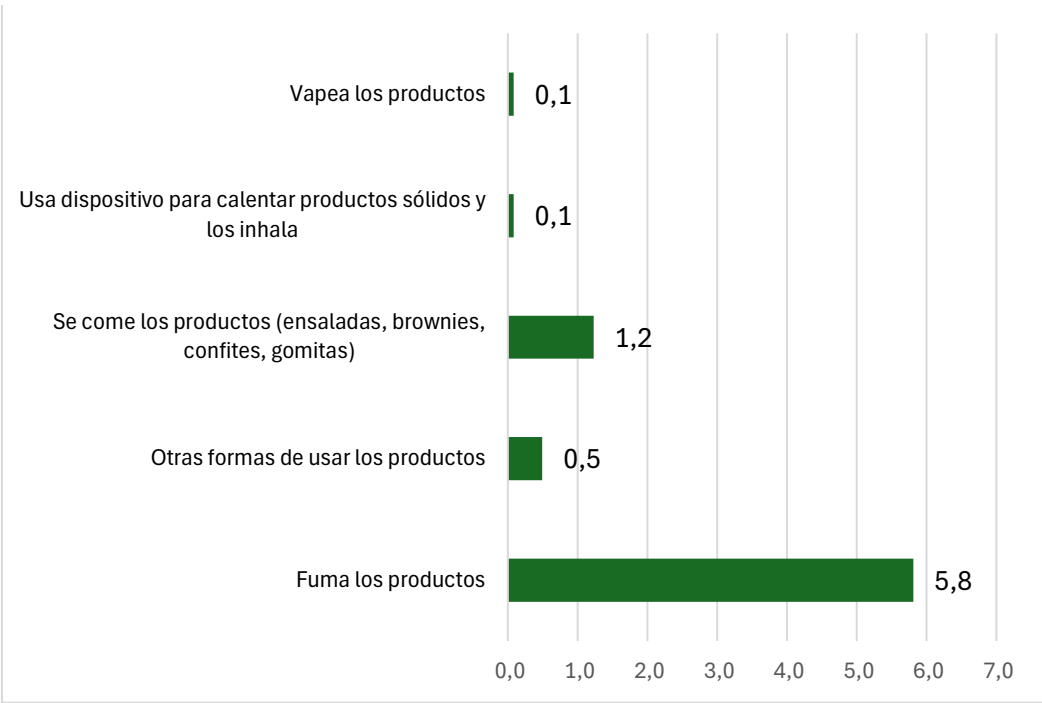
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Los resultados del Gráfico 2.8 muestran que el uso de productos de cannabis entre las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales es mayoritariamente histórico, es decir, hace más de un año (4%), con una tendencia a un porcentaje menor en el presente (1,2%). Aunque existe un pequeño porcentaje que ha consumido cannabis en el último año, la mayoría no lo ha hecho en los últimos 12 meses. Esto puede interpretarse como un resultado favorable en términos de disciplina. No obstante, sería valioso complementar estos datos con información sobre motivos de uso (médico, recreativo o terapéutico) y percepciones sobre el cannabis, a fin de identificar posibles factores asociados a la disminución del consumo.

Las formas de consumo constituyen otro indicador relevante; por ello, se consultó cuáles eran las formas habituales de consumo. Los resultados se presentan a continuación.

Gráfico 2.9

Distribución porcentual según las formas habituales de uso de productos de cannabis, productos con THC o cannabinoides sintéticos, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Según el Gráfico 2.9, el consumo de cannabis entre las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales se caracteriza por una preferencia por el uso tradicional (fumar, 5,8%), mientras que métodos como vapeo, vaporización o consumo oral presentan porcentajes bajos (1,2%). Este hallazgo

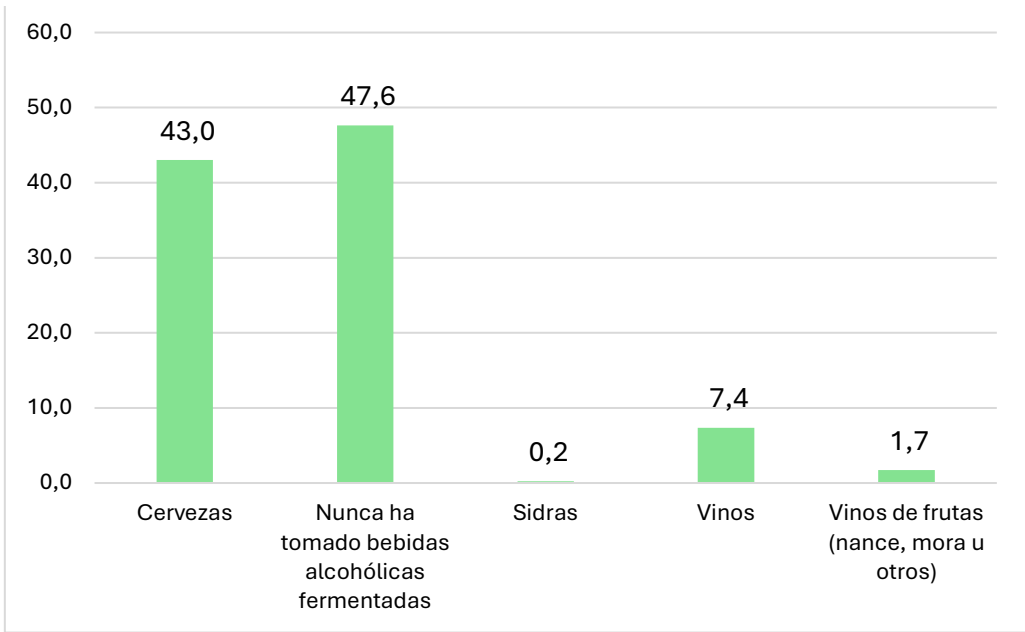
plantea una oportunidad para implementar programas de educación que informen sobre las consecuencias del consumo de productos de cannabis y promuevan conductas protectoras, especialmente en el contexto deportivo.

Además, la baja frecuencia general de uso, tal como se observó en el gráfico anterior 2.9, sugiere que, incluso entre quienes consumen, el consumo no es frecuente ni diversificado.

2.5 Bebidas alcohólicas

Gráfico 2.10

Distribución porcentaje de bebidas alcohólicas fermentadas, según cuáles se han consumido alguna vez, Costa Rica, 2024.



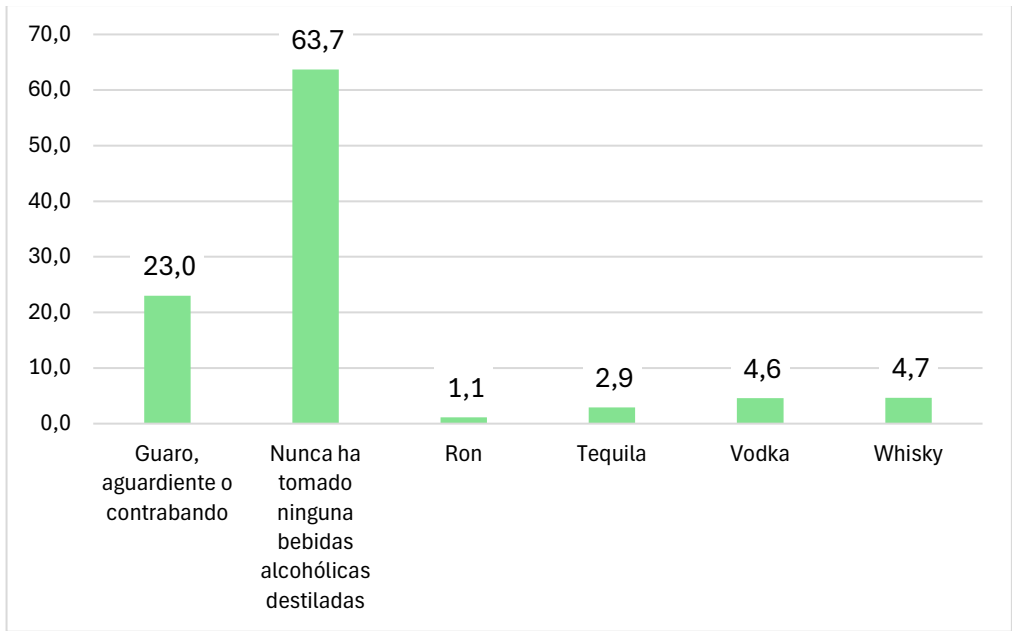
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El gráfico 2.10 presenta el porcentaje de personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales 2024 que han consumido alguna vez distintos tipos de bebidas alcohólicas fermentadas, así como de quienes nunca han probado ninguna. Los resultados muestran que el 47% indicó no haber consumido bebidas fermentadas, mientras que la cerveza fue la bebida fermentada más reportada (43,0%), seguida por el vino (7,4%), el vino de frutas (1,7%) y la sidra (0,2%).

Este hallazgo resulta relevante en un contexto en el que el alcohol suele estar presente en celebraciones sociales o eventos deportivos. Por otra parte, las bebidas alcohólicas destiladas constituyen otra categoría de productos alcohólicos que puede analizarse a partir de los datos obtenidos, por lo que se presentan a continuación.

Gráfico 2.11

Distribución porcentual de consumo según las bebidas alcohólicas destiladas, según cuáles se han consumido alguna vez, Costa Rica, 2024.



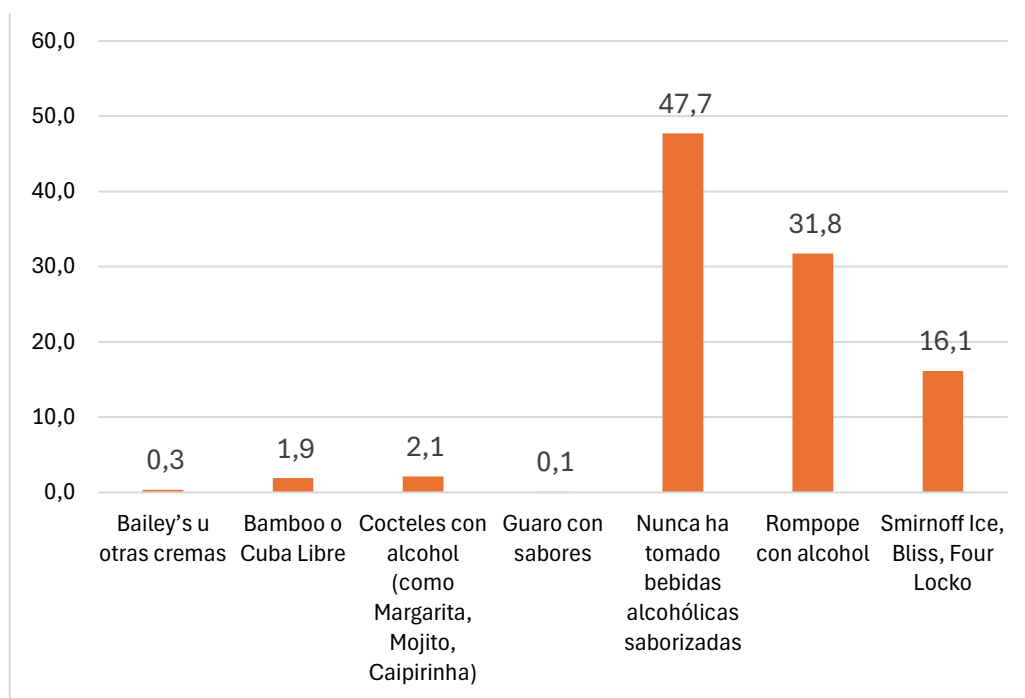
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El gráfico 2.11 muestra el porcentaje de personas participantes que participaron en los Juegos Deportivos Nacionales y que han probado alguna vez distintos tipos de bebidas alcohólicas destiladas, así como de quienes nunca han consumido ninguna. Los datos reflejan un perfil de consumo menor que el observado en las bebidas fermentadas.

Los resultados se describen de la siguiente manera: la abstinencia se observa en la categoría “Nunca ha tomado ninguna bebida alcohólica destilada” (63,7%). Este porcentaje elevado refleja una inclinación hacia la abstinencia, posiblemente asociada a normativas deportivas o a otros factores. Un 23,0% reportó haber probado aguardiente, guaro o bebidas similares de origen local o informal. En cuanto al whisky (4,7%) y al vodka (4,6%), ambos licores registran porcentajes cercanos, lo que indica que han sido probados por una proporción reducida de la población participante. Con un 2,9%, el tequila presenta una prevalencia menor, al igual que el ron (1,1%). En relación con el consumo de bebidas saborizadas, a continuación, se presenta el gráfico 2.12.

Gráfico 2.12

Distribución porcentual de consumo de bebidas alcohólicas destiladas, según cuáles se han consumido alguna vez, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Según los datos del gráfico anterior, se presentan las personas participantes que han probado alguna vez distintos tipos de bebidas alcohólicas saborizadas, así como aquellas que nunca han consumido ninguna. Estas bebidas suelen caracterizarse por sabores dulces y aromatizados. Los resultados muestran una tendencia de consumo moderado, con un componente importante de abstinencia.

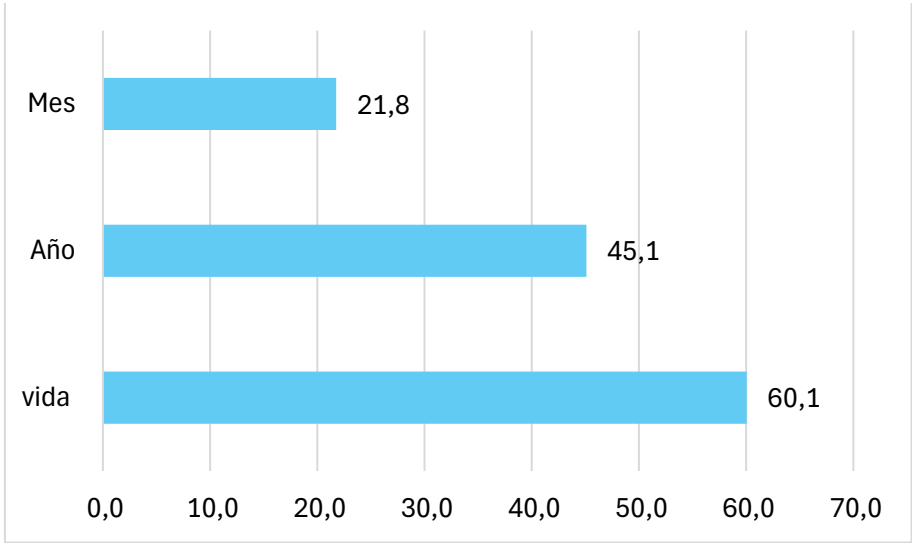
El 47,7% indicó: “Nunca ha tomado bebidas alcohólicas saborizadas”. Este porcentaje elevado refleja una postura orientada a evitar este tipo de bebidas alcohólicas. El rompopo con alcohol fue reportado por el 31,8%, lo que lo convierte en la bebida saborizada más consumida en esta población. Por otra parte,

Smirnoff Ice, Bliss y Four Loko representaron el 16,1%. Estas bebidas, populares entre personas jóvenes y en contextos festivos, podrían haber sido consumidas en eventos sociales o celebraciones.

En cuanto a haber probado alguna vez cócteles con alcohol (margarita, mojito, caipiriña), el porcentaje fue del 2,1%. Este valor bajo sugiere que, aunque estos cócteles son comunes en bares y restaurantes, no forman parte de los patrones de consumo más frecuentes en esta población.

Gráfico 2.13

Niveles de prevalencia del consumo de bebidas alcohólica, según la última vez que se consumió alguna bebida alcohólica, Costa Rica, 2024.



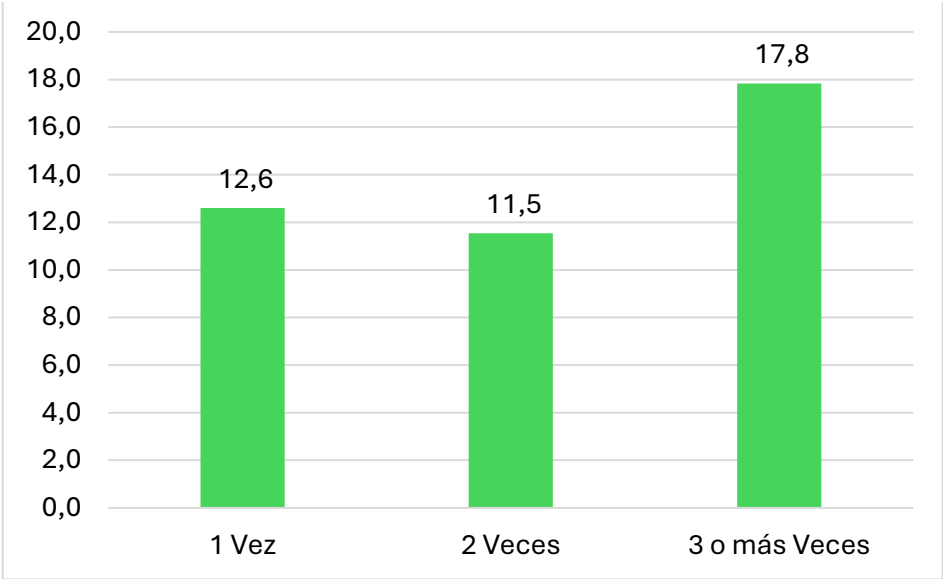
Fuente: IAFA. | Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Con respecto al gráfico 2.13 se presenta la frecuencia de consumo de alcohol, a partir del reporte sobre cuándo fue la última vez que se consumió alguna bebida alcohólica. Los datos reflejan un patrón de consumo moderado.

El consumo alguna vez en la vida fue del 60,1%, lo que indica que más de la mitad de la población encuestada ha tenido contacto con bebidas alcohólicas en algún momento. No obstante, esto no necesariamente implica consumo regular o actual, como se observa en las categorías siguientes. El consumo en el último año fue del 45,1%, lo que evidencia que, si bien muchas personas han probado alcohol en su vida, una parte significativa no lo ha consumido en el último año. Por último, el consumo en el último mes se ubicó en 21,8%, lo que sugiere que el consumo reciente es menos frecuente en esta población. El hecho de que menos de una cuarta parte haya tomado alcohol en los últimos 30 días también sugiere un consumo ocasional, posiblemente asociado a eventos específicos, como celebraciones familiares, cumpleaños u otras actividades sociales.

Gráfico 2.14

Porcentaje según la frecuencia con que se bebieron tres o más sorbos de cerveza, vino o cualquier otra bebida alcohólica en un solo día, durante el último año, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

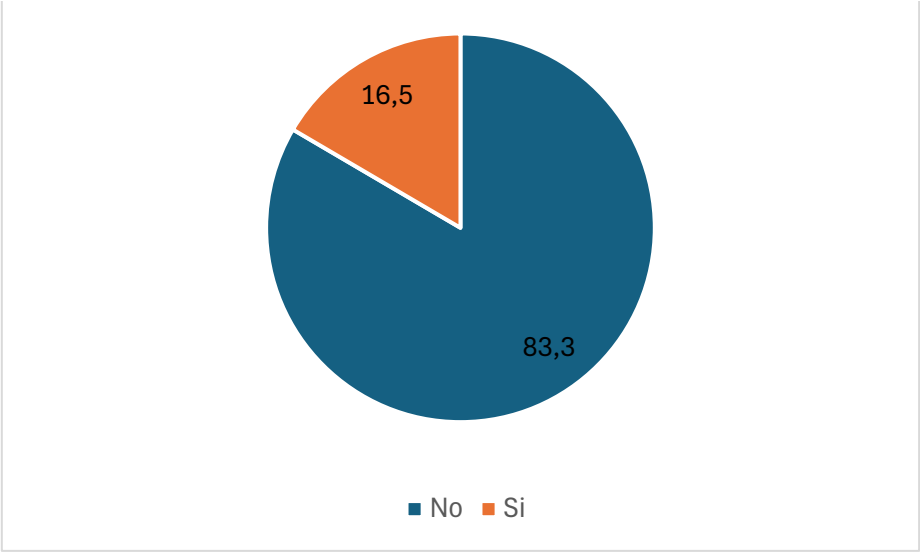
De acuerdo con los datos del gráfico anterior, en los últimos 12 meses, un grupo importante de las personas participantes reportó haber consumido tres o más sorbos de cerveza, vino o cualquier otra bebida alcohólica en un solo día. La categoría “1 vez” representó el 12,6%, lo cual podría corresponder a un consumo ocasional.

En cuanto a la categoría “2 veces”, el 11,5% reportó esta situación. Este grupo representa un consumo esporádico. Su baja frecuencia sugiere que, aunque no se trata de abstinencia, la repetición no sería regular. Por último, la categoría “3 o más veces” alcanzó el 17,8%. Este dato es relevante desde el punto de vista de salud pública, ya que indica un patrón más frecuente de consumo episódico en un subgrupo significativo, aunque no necesariamente diario.

2.6 Nicotina y tabaco

Gráfico 2.15

Porcentaje de personas participantes según si alguna vez vapearon o intentaron vapear mediante el uso de vapeadores electrónicos, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

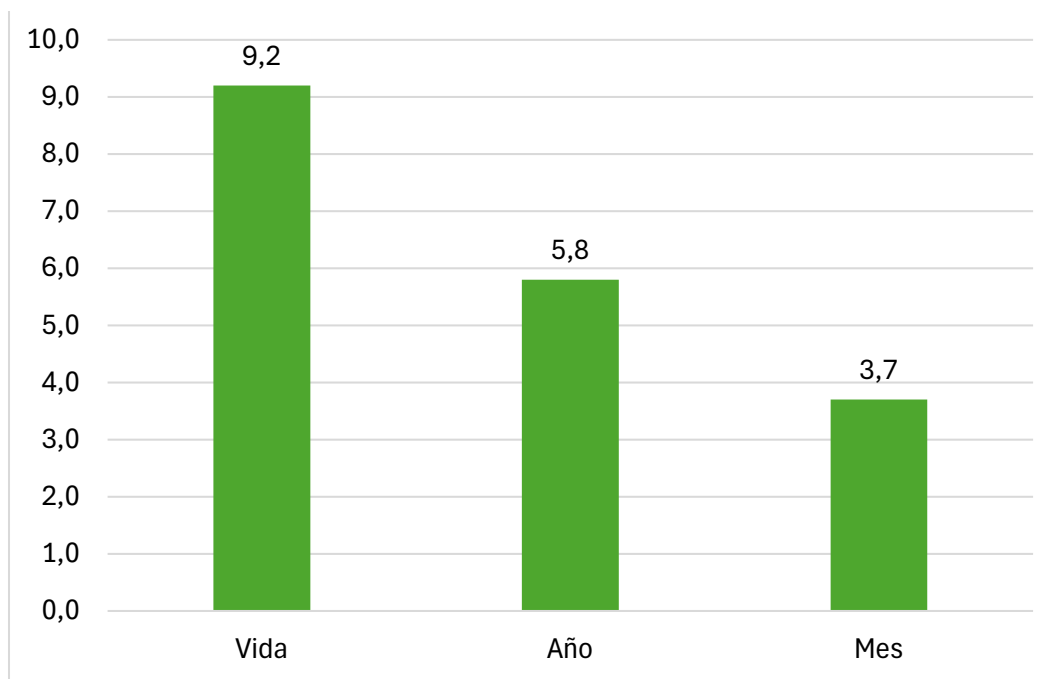
La mayoría de las personas participantes encuestadas (83,3%) indicó que nunca ha vapeado ni ha intentado usar un vapeador electrónico. Este porcentaje sugiere una tendencia a evitar esta práctica, posiblemente asociada a la percepción de los vapeadores como dispositivos potencialmente adictivos o dañinos. Por otra parte, el 16,5% reportó haber probado o intentado usar vapeadores electrónicos en algún momento. Aunque representa una minoría, este grupo resulta relevante para analizar los factores asociados al contacto con estos dispositivos.

Es importante destacar que este porcentaje no indica consumo regular o actual, sino experiencia previa. Sin embargo, en el contexto deportivo, el contacto con sustancias psicoactivas requiere seguimiento.

Con respecto a la prevalencia del último uso de los dispositivos de vapeo, a continuación, se presenta la información en el gráfico 2.16.

Gráfico 2.16

Niveles de prevalencia según cuándo fue la última vez que vapeó líquido con nicotina, Costa Rica, 2024.



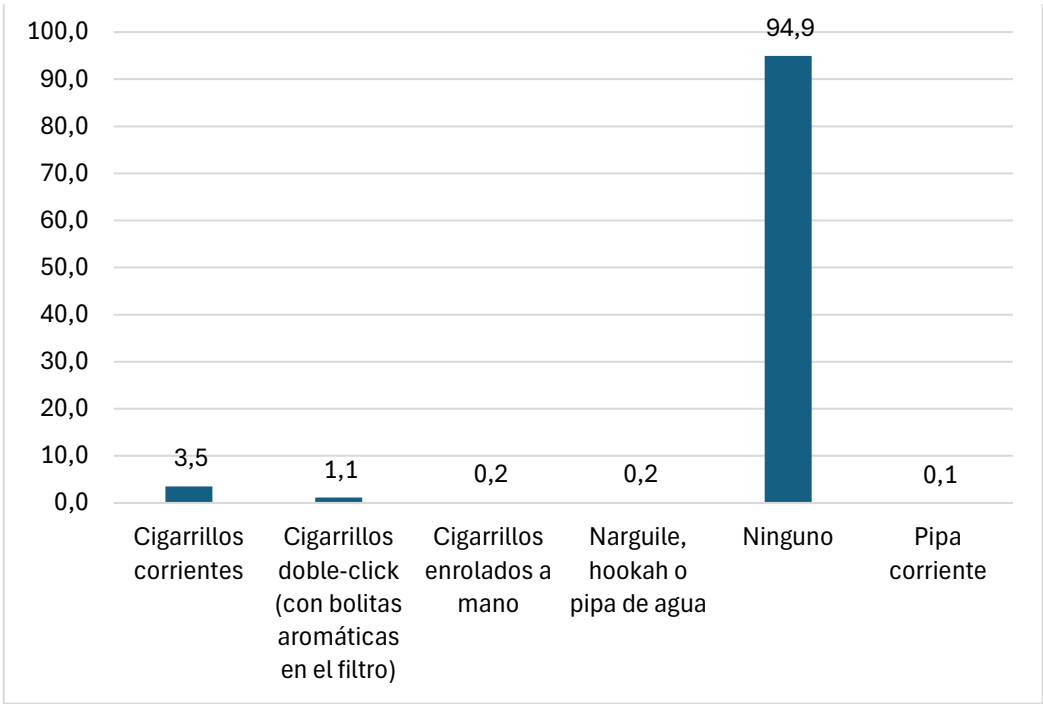
Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

Los datos del gráfico 2.16 muestran que el uso de líquidos con nicotina en vapeadores es poco común entre las personas participantes que respondieron la encuesta en 2025. Aunque un porcentaje reducido (9,2%) reportó haber consumido alguna vez en la vida, la mayoría indicó no haberlo hecho recientemente, y solo un porcentaje menor (3,7%) lo reportó en el último mes.

Este resultado es coherente con los hallazgos anteriores: las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales tienden a evitar sustancias que puedan afectar su rendimiento. La baja frecuencia de uso reciente refuerza la idea de que, si bien existe cierta exposición o curiosidad, no se ha convertido en una práctica establecida.

Gráfico 2.17

Porcentaje de consumo según cuáles productos de tabaco se fumaron o se intentaron fumar, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

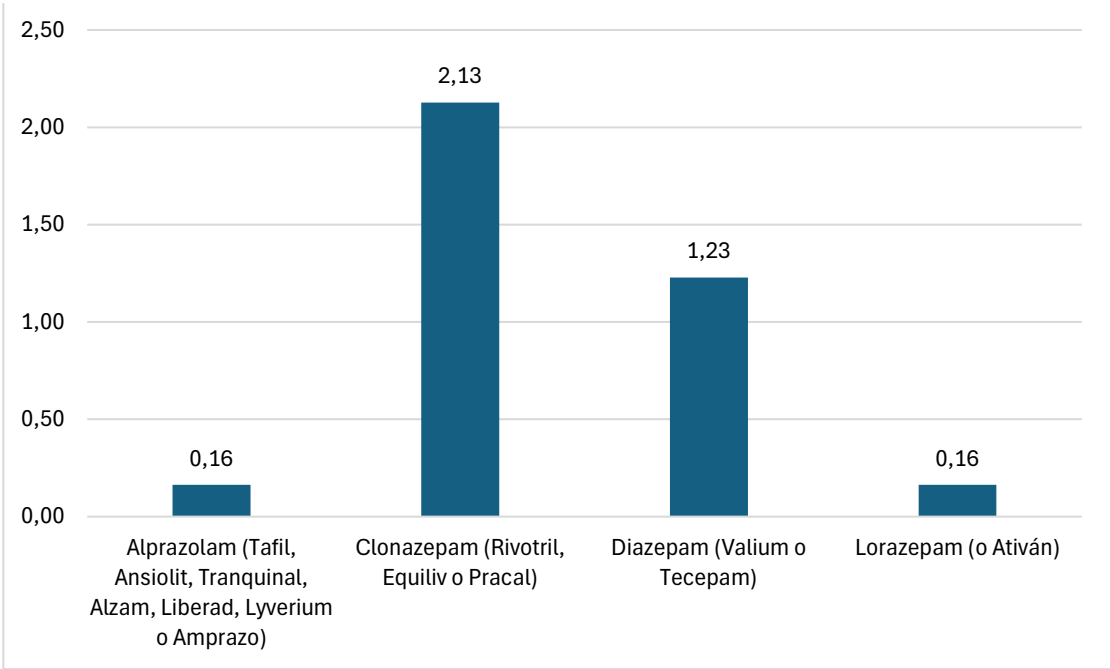
El gráfico 2.17 muestra que la mayoría de las personas participantes (94,9%) indicó que nunca ha fumado ni intentado fumar. Un 3,5% reportó haber fumado cigarrillos convencionales. Por otra parte, el 1,1% reportó cigarrillos con sabor (doble clic) y el 0,2% indicó otras formas (narguile o pipa).

En general, el consumo de tabaco es bajo; sin embargo, el vapeo se presenta como más frecuente que el fumado tradicional, especialmente entre las personas más jóvenes.

2.7 Otros medicamentos psicoactivos

Gráfico 2.18

Porcentaje de consumo según cuáles medicamentos tranquilizantes se han tomado alguna vez, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El consumo de tranquilizantes, en este caso benzodiacepinas, se presenta en porcentajes bajos. Se observan los siguientes resultados: clonazepam (Rivotril), 2,1%; diazepam (Valium), 1,2%; alprazolam (Tafil), 0,16%; y lorazepam, 0,16%.

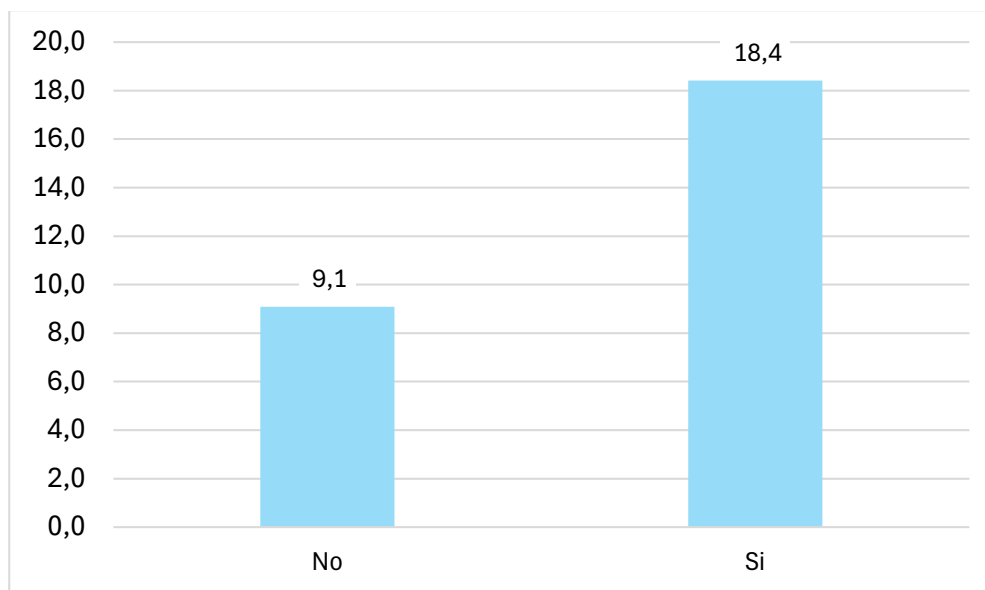
En particular, la pregunta reporta el consumo alguna vez en la vida por tipo de tranquilizante, pero no incluye una categoría “nunca” ni permite estimar el porcentaje de personas que no los han utilizado (ni específicamente durante los Juegos Deportivos Nacionales).

2.8 Otros dopantes

Con respecto a este tema de los otros dopantes, se preguntó sobre si las personas habían escuchado o leído sobre la Lista Prohibida de la Agencia Mundial Anti-Dopaje, lo resultados mostraron que el 72,5% no había escuchado. El restante 27,5% si la había escuchado. A continuación, se presenta dicho porcentaje distribuido en quienes se la habían leído o explicado en detalle.

Gráfico 2.19

Porcentaje según si las personas participantes han leído la Lista Prohibida de la Agencia Mundial Antidopaje o si alguien se la ha explicado en detalle, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

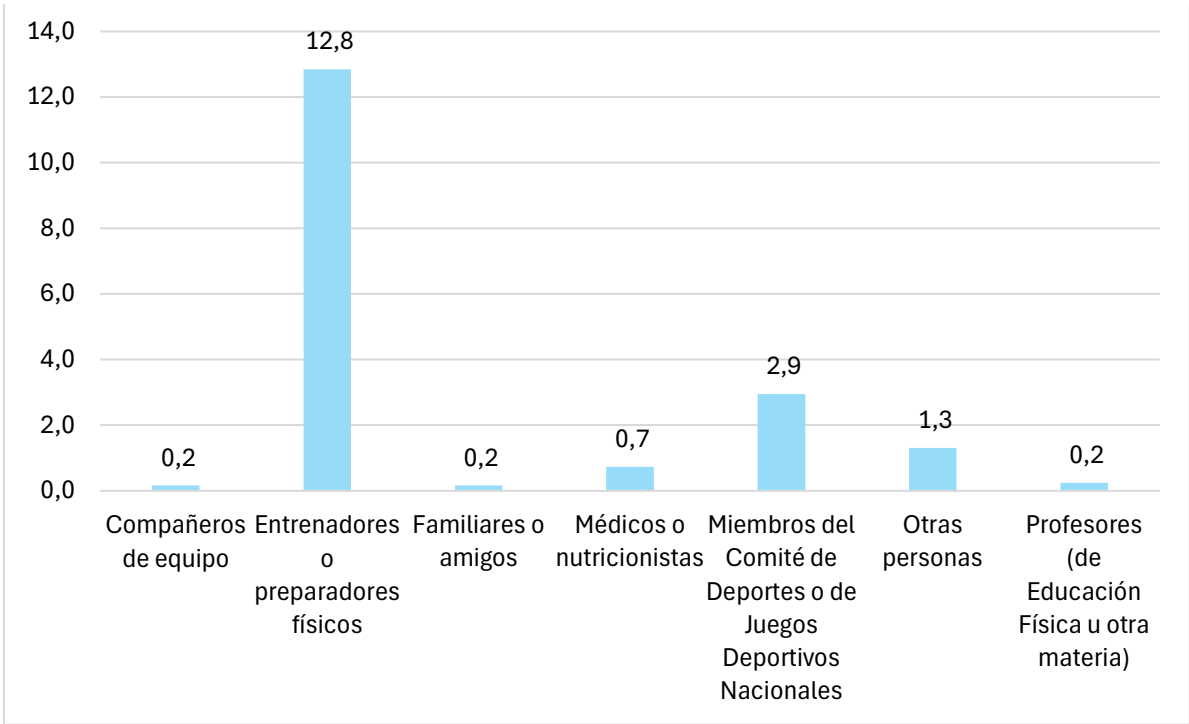
De acuerdo con el resultado del gráfico anterior, un 18,4% de las personas deportistas encuestadas ha tenido acceso directo a la Lista Prohibida de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA), ya sea mediante lectura personal o por una explicación detallada por parte de una persona, como un entrenador, profesional de salud, educador o personal funcionario del ámbito deportivo. Este porcentaje, aunque no representa a la mayoría, indica que una proporción relevante ha recibido información formal sobre sustancias y métodos prohibidos.

Si bien constituye un avance, el hecho de que solo cerca de una quinta parte haya tenido esta exposición sugiere que la difusión de esta información no es universal ni sistemática en el entorno de las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales.

Por otra parte, el 9,1% indicó que nunca ha leído ni ha recibido una explicación detallada de la Lista Prohibida de la AMA. Este valor evidencia que una parte de las personas atletas carece de información formal sobre sustancias y prácticas que podrían conllevar sanciones o descalificaciones. Es importante destacar que este porcentaje no necesariamente refleja indiferencia, sino que podría asociarse con brechas en la educación y la comunicación institucional.

Gráfico 2.20

Porcentaje según cuáles personas les han facilitado o informado sobre la Lista Prohibida de la Agencia Mundial Antidopaje, Costa Rica, 2024.



Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

El Gráfico 2.20 muestra quiénes han facilitado o informado a las personas participantes sobre la Lista Prohibida de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA). Los datos evidencian una tendencia en cuanto a los principales agentes de difusión de esta información, lo que permite identificar brechas y oportunidades para fortalecer la educación antidopaje en el entorno deportivo costarricense.

La principal fuente reportada fue la persona entrenadora o preparadora física, con un 12,8% de las personas participantes que indicaron haber recibido información sobre la Lista Prohibida por medio de esta figura. Este resultado es consistente con el rol que desempeñan las personas entrenadoras en la orientación y acompañamiento técnico de las personas atletas.

No obstante, el hecho de que poco más del 10% haya recibido esta información por esta vía sugiere que la difusión no alcanza a la totalidad de la población participante. Por otra parte, el 2,9% recibió información de integrantes de comités deportivos nacionales o de instancias organizadoras de los juegos. Aunque el porcentaje es bajo, evidencia algún nivel de comunicación institucional. Por último, el 1,3% reportó haber recibido información de “otras personas”, lo que sugiere que, en ausencia de mecanismos formales, la información también puede circular de manera informal.

2.9 Alucinógenos y ketamina

Tabla 2.2

Frecuencia y porcentaje de uso de alucinógenos alguna vez en la vida, personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.

	Frecuencia	%
Hongos alucinógenos (como psilocibes y amanitas)	3	0,2
LSD ("ácido" o dietilamida de ácido lisérgico)	2	0,2
Nunca usó alucinógenos	1 214	99,3
Plantas alucinógenas (como reina de la noche, ayahuasca, peyote, iboga o cactus de San Pedro)	3	0,2

Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

La tabla anterior muestra que el 99,3% de las personas participantes indicó no haber usado alucinógenos. En el caso del uso de hongos alucinógenos (psilocibes y amanitas), LSD o plantas alucinógenas, el porcentaje fue del 0,2% en cada categoría. Asimismo, el caso de la ketamina (disociativo), una persona reportó uso. En general, el uso de sustancias alucinógenas o disociativas es extremadamente bajo en esta población.

3. Comparación con última encuesta de colegiales

En 2024, el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) llevó a cabo la última encuesta dirigida a estudiantes de educación secundaria sobre el uso de sustancias psicoactivas. En dicha encuesta, además de las preguntas sobre consumo de estas sustancias, también se consultó sobre la práctica de actividades deportivas por parte de las personas informantes, estudiantes de colegios de Costa Rica que cursaban algún nivel de educación secundaria.

Se identificó que ciertos indicadores de consumo de sustancias psicoactivas presentaron estimaciones mayores entre quienes practicaban actividades deportivas, en comparación con quienes señalaron abstenerse de realizarlas. Este hallazgo adquiere relevancia, en virtud de que la actividad física regular se propone como un componente valioso para preservar la abstinencia del consumo de sustancias psicoactivas como para apoyar la disuasión de su consumo en procesos terapéuticos (Castillo-Viera et al., 2022; Lynch et al., 2013).

El presente estudio generó datos que permiten realizar una comparación entre los porcentajes de consumo en personas participantes de la edición 2024 de los Juegos Deportivos Nacionales y los valores estimados para la población de estudiantes de educación secundaria en 2024.

Para hacer más sólida y balanceada la comparación, se procedió a contrastar los valores de indicadores de consumo general para cuatro productos (o grupos de productos) psicoactivos, tradicionalmente considerados los más relevantes tanto en términos de consumo como desde una perspectiva terapéutica. La comparación se realizó entre estudiantes de 13 a 17 años en ambas fuentes de datos, con el fin de evitar posibles efectos extremos que pudieran surgir, especialmente, en personas informantes con una larga permanencia en el sistema educativo formal o que hubieran tenido que reintegrarse a dicho sistema tras haber experimentado, en algún momento, un abandono.

Los grupos de productos considerados para realizar las comparaciones entre las personas participantes en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 y las personas informantes de la Encuesta de

Colegiales 2024 fueron: bebidas alcohólicas, productos de nicotina o tabaco, productos de cannabis y productos de cocaína (véase la Tabla N.º 3-1).

Para poder formular las comparaciones entre los colegiales en general y los participantes en Juegos Nacionales en edad colegial (13 a 17 años), se aplicó la prueba exacta de Fisher para detectar diferencias en los porcentajes de consumidores en los tres plazos de referencia: alguna vez en la vida, 12 meses previos y 30 días previos. Para esta prueba se consideran, como insumos, los conteos no ponderados de uso y abstinencia en cada una de las fuentes de datos, independientemente de los valores que puedan asumir esos conteos (mayores o iguales a cero).

En el caso de la edad promedio de primera ocasión de consumo se hizo una prueba de un promedio (de la encuesta de Juegos Deportivos Nacionales 2025) contra un valor poblacional (el de la Encuesta de Colegiales 2024). La hipótesis nula considerada establecía la igualdad entre la edad promedio de la Encuesta de participantes en Juegos Deportivos Nacionales 2025 y el valor asumido como poblacional (o de referencia) del consumo entre estudiantes de colegio, según la Encuesta de Colegiales 2024. Como hipótesis alternativa (de una cola), se planteó que el porcentaje muestral estimado en la Encuesta de Participantes en Juegos Deportivos Nacionales 2025 fuera inferior al valor poblacional de referencia, según la Encuesta de Colegiales 2024.

Tabla 2.3

Comparación de prevalencia de consumo de grupos de productos psicoactivos y edad promedio de primera ocasión de consumo, entre personas informantes de 13 a 17 años de la VII Encuesta nacional sobre consumo de sustancias psicoactivas, en población de educación secundaria, 2024 y la I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales 2025, según plazo de consumo.

Producto	Indicador de consumo	Cuento de consumidores (o edad promedio)		Significancia
		Encuesta Colegiales 2024	Encuesta JDN2024 (sobre 271 informantes)	
Bebidas alcohólicas	Vida	3.269	111	< 0,001
	Año	2.171	65	< 0,001
	Mes	1.235	15	< 0,001
	Edad media	12,64 años	14,08 años	< 0,001
Productos de nicotina o tabaco	Vida	1.814	25	< 0,001
	Año	1.239	13	< 0,001
	Mes	755	7	< 0,001
	Edad media	13,51 años	14,71 años	< 0,001
Productos de cannabis	Vida	535	9	< 0,001
	Año	335	4	< 0,001
	Mes	205	3	0,013
	Edad media	13,65 años	14,44 años	0,045
Productos de cocaína	Vida	119	0	0,004
	Año	63	0	0,075
	Mes	39	0	0,262
	Edad media	12,25 años	nd	nd

Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

En la Encuesta de Participantes en Juegos Deportivos Nacionales 2025, las únicas personas informantes que señalaron haber consumido productos de cocaína (clorhidrato de cocaína o crack) fueron personas mayores de 17 años, es decir, competidoras adultas. Ninguna persona menor de edad reportó este tipo de consumo.

Se detectó que los porcentajes de prevalencia de consumo fueron significativamente distintos, en todos los casos, inferiores, entre las personas participantes en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 y las personas estudiantes de educación secundaria de ese mismo año, salvo por un par de casos: los de la prevalencia de consumo activo y de consumo reciente de productos de cocaína.

Para los tres plazos a los que corresponden los porcentajes de prevalencia (vida, año y mes), el orden de magnitud observado fue consistente para personas participantes en Juegos Deportivos Nacionales: bebidas alcohólicas, productos de nicotina, productos de cannabis y productos de cocaína.

Para los primeros tres grupos de productos se detectó que la edad promedio de la primera ocasión de consumo reportada por las personas participantes de la edición 2024 de los Juegos Deportivos Nacionales, que habían probado dichos productos, fue significativamente superior a los promedios correspondientes observados en la Encuesta de Colegiales 2024.

Es importante señalar que la detección de diferencias significativas respecto a la Encuesta de Colegiales no implica ausencia de consumo de estas categorías de productos psicoactivos, dado que se están considerando muestras de ambas poblaciones estadísticas.

Las pruebas de un promedio contra un valor población se ejecutaron con PSPP, mientras que las pruebas exactas de Fisher se corrieron con R.

4. Comparaciones de indicadores por criterios de segmentación

Se procedió a realizar una serie de comparaciones para las variables sustantivas de la Encuesta de Participantes en Juegos Deportivos Nacionales 2024, con el propósito de determinar subconjuntos de personas participantes en los que se observaran comportamientos marcadamente diferenciados respecto de otras categorías definidas por el mismo criterio.

Con el fin de lograr comparaciones basadas en grupos con cantidades similares de personas, se realizaron cinco segmentaciones, considerando dos categorías por criterio, de manera que la cantidad de personas informantes que conformaran cada categoría fuera razonablemente similar.

Los cinco criterios de segmentación que se utilizaron y las categorías asociadas fueron:

1. **Sexo** (según la inscripción para los Juegos Deportivos Nacionales 2024): hombres y mujeres (masculino y femenino, categorías de participación en las justas).
2. **Grupo etario**: personas menores de edad (participantes de 12 a 17 años) y personas adultas (participantes de 18 años o más). Debe tenerse presente que la selección de participantes de la muestra se realizó considerando a quienes hubiesen alcanzado los 12 años al mes de mayo de 2025.
3. **Modalidad de participación**, según las personas participantes fueran atletas o paratletas. Este resultó ser el criterio de segmentación más desbalanceado de los cinco considerados, pues la relación de atletas por cada paratleta inscrito era, ya en el marco muestral, de al menos 75:1. En la muestra generada, esa razón fue cercana a 10 atletas por cada paratleta.
4. **Tipo de deporte** en que se participó, ya fuera en deportes colectivos o individuales. Se consideraron deportes individuales el ajedrez, atletismo, artes marciales, boxeo, ciclismo, natación, gimnasia (rítmica y artística), halterofilia, bochas, tenis de mesa y tenis, aunque en algunos de ellos existieran pruebas de relevos o modalidades en las que se acumularan puntos por cantón a partir de desempeños individuales. Entre los deportes colectivos se consideraron el fútbol, futsal, baloncesto, baloncesto en silla de ruedas, balonmano, voleibol, voleibol de playa y béisbol.
5. **Tipo de región** a la que pertenecía el cantón representado, categorizado en Región Central (según la definición de MIDEPLAN) y otras regiones.

La distribución de informantes de la muestra efectiva para cada uno de esos criterios, por separado, se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 4.1

Composición de la muestra de personas participantes en los Juegos Deportivos Nacionales, Costa Rica, 2024.

Criterio	Categorías	Informantes	Porcentaje
Sexo	Femenino	432	35,4%
	Masculino	790	64,6%
Edad	Menores de edad	278	22,7%
	Adultos	944	77,3%
Modalidad	Atleta	1109	90,8%
	Paratleta	113	9,2%
Tipo de deporte	Colectivo	611	50,0%
	Individual	611	50,0%
Región representada	Región Central	675	55,2%
	Otras regiones	547	44,8%

Fuente: IAFA. I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

La edad considerada para realizar la segmentación por grupo etario fue la reportada por las personas informantes al momento de la entrevista, durante la recolección de los datos.

En lo sucesivo, se presentarán las variables o indicadores para los cuales se detectaron diferencias estadísticamente significativas al 5% (valor $p \leq 0,05$) entre las categorías de los cinco criterios de segmentación considerados. Las variables o indicadores se presentarán según la sección temática del cuestionario utilizado.

4.1 Cafeína y energizantes

En esta sección se consultó sobre el consumo de productos con cafeína, así como de bebidas energizantes. Al analizar las diferencias por sexo, se identificaron variaciones en la frecuencia de consumo de bebidas energizantes entre hombres y mujeres. Mientras el 29,7% de los hombres indicó que consumía bebidas energizantes, el 19,7% de las mujeres reportó lo mismo. Entre los hombres fue mayor el porcentaje que señaló que el consumo de estas bebidas ocurría hasta seis veces por semana (28,8%), frente al 18,5% de las mujeres. No obstante, se observó un pequeño grupo de mujeres que reportó consumo diario de bebidas energizantes (1,2%), en comparación con el 0,8% de los hombres.

Asimismo, el 0,9% de las mujeres indicó que combinó o mezcló las bebidas energizantes con otros productos, lo cual fue reportado por el 0,6% de los hombres. En general, los productos mencionados que se añadían a las bebidas energizantes fueron bebidas de cola, suplementos proteínicos o nutricionales, bebidas hidratantes y jugos de frutas.

Por otra parte, el 3,0% de los hombres indicó haber consumido medicamentos con cafeína durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024. Entre las mujeres, ese porcentaje fue del 1,1%.

Al comparar el consumo de productos con cafeína entre personas participantes menores de edad y personas adultas, se observó que el 59,1% de las personas adultas consumía bebidas de café, ya fuera café

negro, con leche o alguna especialidad de barista, como capuchino o bebidas frías de café. En el caso de las personas participantes de 12 a 17 años (menores de edad), este porcentaje fue del 53,6%.

El consumo diario o más frecuente de bebidas de café fue del 41,1% entre personas adultas y del 28,4% entre personas participantes menores de edad. Por otra parte, el consumo menos frecuente, de hasta seis veces por semana, fue del 25,2% entre personas menores de edad y del 18,0% entre personas adultas.

En el caso de las bebidas gaseosas de cola, se observó un patrón inverso: las personas menores de edad reportaron un consumo mayor (65,1%) que las personas adultas (47,8%). El consumo de hasta seis veces por semana fue reportado por el 61,9% de las personas menores de edad y por el 45,1% de las personas adultas. El consumo diario o más frecuente fue señalado por el 3,3% de las personas menores de edad y por el 2,7% de las personas adultas. La categoría modal para ambos grupos fue la frecuencia de consumo de gaseosas de cola de una a tres veces por semana, indicada por el 37,4% de las personas menores de edad y por el 28,1% de las personas adultas.

En cuanto al consumo de bebidas energizantes, se identificó que únicamente personas participantes adultas señalaron haberlas combinado con otros productos (nueve en total). Ninguna persona participante menor de edad indicó realizar este tipo de combinaciones.

El uso de medicamentos con cafeína durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 fue más prevalente entre personas competidoras adultas (2,8%) que entre sus pares menores de edad (1,1%).

En cuanto a la modalidad de participación, al considerar las diferencias entre personas atletas y personas paratletas, se observó que, mientras entre las personas atletas el porcentaje de consumo de café fue del 56,4%, entre las personas paratletas este porcentaje alcanzó el 71,7%.

El porcentaje de personas atletas que consumían café con una frecuencia no diaria (20,6%) fue aproximadamente el doble del reportado por personas paratletas que consumían, a lo sumo, seis veces por semana (10,6%). En consecuencia, entre las personas paratletas, el consumo diario o más frecuente

(61,0%) fue mayor que entre las personas atletas (35,9%). La respuesta más reportada sobre la frecuencia de consumo de bebidas de café fue “2 veces al día”, mencionada por el 15,4% de las personas atletas y por el 33,6% de las personas paratletas.

El consumo de bebidas gaseosas de cola durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 fue reportado por el 53,6% de las personas atletas y por el 33,6% de las personas paratletas. Un consumo inferior al semanal correspondió al 12,8% de las personas atletas y al 16,8% de las personas paratletas. En contraste, el consumo con frecuencia semanal o mayor fue reportado con mayor frecuencia por las personas atletas que por las personas paratletas (40,9% frente a 16,9%).

De manera similar, el 27,7% de las personas atletas indicó que consumió bebidas energizantes mientras se preparaba o participaba en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, frente al 11,5% de las personas paratletas. La respuesta más reportada en ambos grupos fue un consumo con frecuencia inferior a la semanal (12,4% en personas atletas y 6,2% en personas paratletas).

De las personas paratletas que indicaron haber consumido bebidas energizantes durante su temporada de preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, ninguna señaló que mezclara estas bebidas con otros productos. Por el contrario, todas las personas participantes que indicaron haber realizado mezclas fueron personas atletas que consumieron bebidas energizantes durante las fases preparatoria o competitiva de los Juegos Deportivos Nacionales.

Las personas participantes en deportes colectivos informaron un mayor consumo de bebidas gaseosas de cola durante su preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales. Un 56,0% de quienes participaron en deportes colectivos reportó consumo de estos productos a lo largo del proceso preparatorio y competitivo, frente a un 47,5% de quienes participaron en deportes individuales. El consumo ocasional fue más prevalente entre las personas participantes en deportes individuales: el 14,1% indicó haber consumido gaseosas de cola menos de una vez por semana, mientras que el 12,3% de quienes participaron en deportes colectivos reportó una frecuencia inferior a la semanal.

El 43,7% de las personas participantes en deportes colectivos reportó un consumo semanal o superior de gaseosas de cola, frente al 33,4% de quienes participaron en deportes individuales. Esta diferencia de casi diez puntos porcentuales corresponde al período de preparación y participación en las justas deportivas. Para la categoría modal, “1 a 3 veces por semana”, el 26,7% de las personas participantes en deportes individuales la reportó, en comparación con el 33,7% de quienes participaron en deportes colectivos.

En cuanto a las bebidas energizantes, también se observó un mayor porcentaje de consumo entre las personas participantes en deportes colectivos durante las fases de preparación o competición. Un 30,1% reportó haber consumido bebidas energizantes a lo largo del proceso, porcentaje superior al 22,3% observado en deportes individuales. La categoría más frecuente en deportes colectivos fue el consumo de 1 a 3 veces por semana (14,6%), mientras que, en deportes individuales, la categoría más reportada fue un consumo inferior al semanal (11,1%).

El 1,1% de las personas participantes en deportes colectivos indicó que combinó las bebidas energizantes con otros productos, práctica que fue reportada por el 0,3% de quienes participaron en deportes individuales.

El consumo de bebidas con café durante las fases de preparación o competición en los Juegos Deportivos Nacionales fue menos prevalente entre las personas participantes que representaron a cantones de la Región Central del país, en comparación con quienes representaron a cantones de otras regiones. Esta práctica no alcanzó a la mitad de las personas participantes de la Región Central (48,6%), pero llegó al 69,3% en el caso de otras regiones.

El consumo diario o más frecuente de café alcanzó el 44,1% entre las personas participantes de otras regiones, más de 10 puntos porcentuales por encima del observado en la Región Central (33,4%). Asimismo, el porcentaje de personas participantes que consumían café con una frecuencia no diaria durante la preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 fue mayor en otras regiones (25,0%) que en la Región Central (15,3%). En ambos grupos, la categoría más reportada fue el consumo de bebidas

de café “2 veces al día”, indicada por el 15,9% de quienes representaron a cantones de la Región Central y por el 18,6% de quienes representaron a cantones de otras regiones.

4.2 Medicamentos y productos estimulantes

La sección de productos o medicamentos estimulantes no considera el uso de productos con cafeína, dado que este tema ya fue abordado en la sección previa, tanto del cuestionario como de este reporte. En general, no se detectaron diferencias relevantes entre las categorías de personas participantes en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, según los distintos criterios de segmentación previamente descritos.

En general, como se ha observado, los niveles de consumo de medicamentos estimulantes, con o sin prescripción médica, fueron inferiores a los registrados para los distintos productos con cafeína consultados en la sección correspondiente. Tampoco se detectaron, entre las personas competidoras deportivas, niveles de prevalencia en el uso de productos estimulantes no medicamentosos equiparables a los observados en bebidas energizantes, bebidas gaseosas de cola o bebidas a base de café. Lo anterior, pese a que los productos estimulantes (de carácter farmacéutico o no) constituyen una de las categorías más vigiladas en el ámbito del deporte olímpico o profesional, debido a los “beneficios competitivos indevidos” que se atribuyen a su uso.

No obstante, se identificaron contrastes significativos que ameritan documentarse. En particular, se observó el porcentaje de personas participantes a quienes un profesional de la salud prescribió algún medicamento estimulante durante la preparación o participación en los Juegos Nacionales. El porcentaje de personas paratletas con este tipo de prescripción fue del 1,8%, superior al 0,4% reportado por personas atletas.

Por otra parte, se determinó un consumo relativamente mayor de productos estimulantes no médicos entre personas paratletas que el registrado entre personas atletas (0,5% en personas atletas y 1,8% en personas paratletas).

4.3 Medicamentos y productos opioides

En el caso de los productos opioides, se consultó sobre el uso tanto de medicamentos como de productos opiáceos utilizados de manera intencional con el fin de alterar el estado de conciencia, o bien, de sustituir informalmente la necesidad de un efecto analgésico que no puede ser obtenido mediante los canales formales establecidos para adquirir los productos autorizados.

En relación con los productos opiáceos evaluados para consumo puramente psicoactivo, no se identificaron personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales 2024 que reportaran su uso. Sin embargo, sí se registró el reporte de uso de medicamentos opioides, en proporciones que permitieron realizar comparaciones entre categorías según los criterios de segmentación utilizados.

El porcentaje de personas participantes que reportó uso de medicamentos opioides fue del 17,8% entre las mujeres y del 13,7% entre los hombres. Los medicamentos señalados fueron, en conjunto, codeína, tramadol, metadona, morfina y oxicodona.

Asimismo, se observó un mayor porcentaje de mujeres que reportaron haber utilizado estos medicamentos sin prescripción médica, en comparación con los hombres. Entre las mujeres, el 8,1% indicó haber usado medicamentos opioides sin prescripción médica en algún momento de su vida, mientras que, entre los hombres, el 5,3% reportó haberlos utilizado de esa forma.

Por otra parte, para dos de los medicamentos con mayor extensión de uso, codeína y tramadol, la edad promedio de la primera ocasión de consumo (alguna vez en la vida) fue de 16,56 años en mujeres en el caso de la codeína y de 17,31 años en el caso del tramadol. En los hombres, los promedios respectivos fueron de 20,94 años para la codeína y de 19,59 años para el tramadol.

Al comparar los indicadores de consumo de productos o medicamentos opioides entre personas adultas y personas menores de edad, se observó que varios indicadores de prevalencia de consumo presentaron valores considerablemente mayores en personas adultas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales, en comparación con personas menores de edad.

El porcentaje de personas participantes que reportó haber usado alguna vez medicamentos opioides fue del 18,6% en personas adultas y del 3,2% en personas menores de edad. En el caso particular de la codeína, la prevalencia de vida fue mayor en personas adultas (8,8%) que en personas menores de edad (2,5%). Una situación similar se observó para el tramadol: el 9,3% de las personas adultas reportó haberlo usado alguna vez, mientras que, en personas menores de edad, el porcentaje fue del 0,7%.

También se observaron estimaciones mayores, para el indicador de prevalencia reciente de consumo, entre las personas participantes adultas de los Juegos Deportivos Nacionales 2024 y las personas participantes menores de edad. En general, para medicamentos opioides, el porcentaje de personas adultas que reportó uso en los 12 meses previos fue del 10,1%, mientras que, en el grupo de 12 a 17 años cumplidos al momento de la entrevista, fue del 2,2%. El uso en los últimos 12 meses de tramadol fue del 6,0% en personas adultas y del 1,1% en personas menores de edad. En el caso de la codeína, los porcentajes de prevalencia anual fueron del 5,0% en personas adultas y del 1,1% en personas menores de edad.

En cuanto al uso de medicamentos opioides sin prescripción médica, se observó que el 7,7% de las personas adultas reportó haberlos usado alguna vez, frente al 1,4% de las personas menores de edad. Entre las personas adultas, el porcentaje que reportó uso alguna vez de codeína sin prescripción fue del 3,2% y el de tramadol sin prescripción fue del 4,6%. En el caso de las personas menores de edad, las estimaciones correspondientes fueron del 1,1% para codeína y del 0,4% para tramadol.

Para el conjunto de medicamentos opioides, el 4,9% de las personas adultas reportó haberlos tomado sin prescripción médica durante el año previo a la entrevista. La estimación correspondiente en personas menores de edad fue del 1,1%.

Por el contrario, el 5,7% de las personas participantes adultas recibió prescripción médica para consumir medicamentos opioides durante el período de preparación o participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024. En el grupo de personas menores de edad, el porcentaje de quienes recibieron prescripción para el consumo de medicamentos opioides durante su preparación y participación fue del 1,4%. Los medicamentos más prescritos fueron la codeína (2,9% en personas adultas y 1,1% en personas

menores de edad) y el tramadol (2,5% en personas adultas y 0,4% en personas menores de edad). La metadona y la morfina fueron prescritas a una fracción reducida de personas adultas (0,3%).

Entre las personas paratletas, el uso de medicamentos opioides alguna vez en la vida fue del 29,2%, frente al 13,7% en personas atletas. El 14,2% de las personas paratletas reportó haber usado tramadol alguna vez y el 12,4% codeína alguna vez. En personas atletas, estos porcentajes fueron del 6,7% para tramadol y del 6,9% para codeína. Respecto a otros medicamentos opioides, el 3,6% de las personas paratletas reportó haber utilizado alguno en algún momento de la vida, mientras que en personas atletas el porcentaje fue del 0,2%.

La edad promedio de la primera ocasión de uso de medicamentos opioides específicos, entre quienes los habían usado alguna vez, fue de 16,26 años para la codeína y de 16,76 años para el tramadol en personas atletas. En personas paratletas, estos promedios fueron de 26,95 años para el tramadol y de 34,14 años para la codeína. En cuanto a otros medicamentos opioides, la edad promedio de la primera ocasión de uso fue de 17,60 años en personas atletas y de 29,50 años en personas paratletas.

El porcentaje de uso de tramadol en los 12 meses previos a la entrevista fue del 8,8% en personas paratletas y del 4,5% en personas atletas. A su vez, el porcentaje de uso reciente de medicamentos opioides en general fue del 6,2% en personas paratletas y del 2,6% en personas atletas. El uso reciente de tramadol fue el que presentó una diferencia significativa entre personas atletas y personas paratletas: 1,3% en personas atletas y 4,4% en personas paratletas.

En cuanto al uso de medicamentos opioides sin prescripción médica, la edad promedio de la primera ocasión de consumo en tales condiciones fue de 16,65 años en personas atletas y de 30,75 años en personas paratletas.

En cuanto al uso con prescripción médica de medicamentos opioides durante la preparación o participación competitiva en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, el 8,8% de las personas paratletas reportó haber recibido prescripción. En el caso de las personas atletas, el porcentaje fue del 4,3%. Los

medicamentos opioides prescritos con mayor frecuencia fueron el tramadol (5,3% en personas paratletas y 1,7% en personas atletas) y la codeína (2,7% en personas paratletas y 2,4% en personas atletas).

Se encontraron menos diferencias estadísticamente significativas en el uso de productos opioides entre quienes participaron en deportes individuales y quienes participaron en deportes colectivos. Mientras que, en deportes individuales, el porcentaje que reportó uso de codeína alguna vez fue del 5,9%, en deportes colectivos este porcentaje fue del 8,8%. A su vez, el uso de morfina alguna vez se reportó exclusivamente entre personas participantes de deportes individuales. Por otra parte, la edad promedio de la primera ocasión de consumo de tramadol en deportes colectivos fue inferior (17,14 años) a la reportada en deportes individuales (20,08 años).

Entre las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales que representaron cantones de la Región Central, según la definición de MIDEPLAN, el porcentaje de quienes reportaron haber usado productos opioides alguna vez en la vida, el porcentaje de uso alguna vez de tramadol y el porcentaje de uso alguna vez de tramadol sin prescripción médica fueron mayores que los valores correspondientes en otras regiones. En la Región Central, el 18,5% reportó uso alguna vez de productos opioides, en contraste con el 11,0% en otras regiones. Asimismo, el porcentaje de uso alguna vez de tramadol fue del 10,1% en la Región Central y del 4,0% en otras regiones. El uso alguna vez de tramadol sin prescripción médica fue reportado por el 5,3% de quienes representaron cantones de la Región Central y por el 1,5% de quienes representaron cantones de otras regiones.

Por otra parte, entre las personas que reportaron haber consumido medicamentos con codeína alguna vez en la vida, la edad promedio de la primera ocasión de consumo fue de 20,92 años en la Región Central y de 16,47 años en otras regiones.

4.4 Productos de cannabis y cannabinoides sintéticos

Las comparaciones que se presentan en esta sección corresponden a aquellas en las que se identificaron diferencias estadísticamente significativas en las estimaciones de indicadores de consumo entre las distintas categorías de alguno de los criterios de segmentación aplicados. Se consideraron indicadores referentes al consumo de productos de cannabis (marihuana y THC), así como de cannabinoides sintéticos, y otros indicadores asociados a la consolidación de algunos o de todos los productos mencionados.

Todos los indicadores de consumo que mostraron diferencias significativas por sexo presentaron estimaciones mayores en hombres que en mujeres. Se observa que la marihuana, al ser el principal producto cannabinoide, influye en otros agrupamientos que la incluyen.

La prevalencia de uso de marihuana en hombres fue superior a la reportada en mujeres para los tres plazos de consumo de uso habitual en el ámbito internacional. El 11,0% de los hombres participantes en los Juegos Deportivos Nacionales reportó uso alguna vez en la vida, frente al 3,9% de las mujeres. El 6,3% de los hombres reportó uso en los 12 meses previos a la entrevista, porcentaje superior al 1,2% reportado por mujeres en ese plazo. Asimismo, el 3,3% de los hombres superó al 0,7% de las mujeres en el uso de marihuana en los 30 días previos a la entrevista.

Al agrupar el uso del alcaloide THC (tetrahidrocannabinol) con el de la marihuana para conformar la categoría de “cannabis”, se obtuvieron resultados y diferencias muy similares a las observadas para la marihuana. La prevalencia de vida fue del 11,4% en hombres y del 4,6% en mujeres. Para la prevalencia anual, los valores obtenidos fueron del 6,3% en hombres (el THC no aportó consumidores adicionales a los de marihuana) y del 1,6% en mujeres. El consumo en los 30 días previos (uso activo) fue reportado por el 3,4% de los hombres y el 0,7% de las mujeres (en este caso, el THC no aportó consumidoras activas adicionales a las de marihuana).

La inclusión de cannabinoides sintéticos al grupo de productos de cannabis produjo un aumento, únicamente sobre las estimaciones de consumo en hombres, pues no hubo reportes del consumo

de cannabinoides sintéticos por las mujeres deportistas que contribuyeran a un incremento de las estimaciones femeninas de consumo de cannabis. El uso de cannabinoides (de cualquier tipo), alguna vez en la vida, ocurrió entre 11,5% de los varones y 4,6% de las mujeres. En los 12 meses previos a la entrevista, el uso de cannabinoides fue del 6,5% entre los deportistas masculinos y de 1,6% entre las participantes femeninas. El uso en los 30 días previos de cualquier tipo de cannabinoides se dio entre el 3,5% de los hombres y el 0,7% de las mujeres deportistas.

Como era de esperar, cuando se identificaron diferencias significativas en las estimaciones de prevalencia, estas fueron mayores en personas participantes adultas que en sus pares menores de edad. La marihuana fue reportada alguna vez en la vida por el 10,1% de las personas adultas y por el 3,2% de las personas menores de edad. En los 12 meses previos a la entrevista, el 5,3% de las personas adultas reportó uso de marihuana, frente al 1,8% de las personas de 12 a 17 años.

Asimismo, el 10,6% de las personas adultas reportó haber usado algún producto del grupo “cannabis” (marihuana o THC) alguna vez en la vida, en comparación con el 3,6% de las personas menores de edad. En los 12 meses previos, el uso del grupo “cannabis” fue reportado por el 5,5% de las personas adultas y por el 1,8% de las personas menores de edad.

Para el total de cannabinoides (cannabis o cannabinoides sintéticos), el porcentaje de deportistas que usó alguna vez uno de esos productos fue de 10,7% entre adultos y de 3,6% menores participantes en la edición 2024 de Juegos Nacionales. El uso en los 12 meses previos fue de 5,6% entre los adultos y de 1,8% entre los menores de edad.

Los promedios de la edad del primer consumo de productos de cannabis, entre personas participantes que reportaron haberlos usado alguna vez, fueron de 14,20 años en personas menores de edad y de 17,35 años en personas adultas. Al sumar los cannabinoides sintéticos a los productos de cannabis, los valores obtenidos variaron mínimamente: en personas adultas que los reportaron, la edad promedio del primer consumo fue de 17,32 años, y en personas menores de edad se mantuvo en 14,20 años. En ambos casos, las diferencias fueron estadísticamente significativas.

En lo referente a la modalidad de participación, solo se detectaron diferencias en dos promedios de edad de primer consumo. Las personas paratletas que reportaron haber usado alguna vez algún producto del grupo “cannabis” (marihuana o THC) presentaron una edad promedio de primer consumo de 23,13 años. En personas atletas, este valor fue de 16,57 años. Asimismo, al considerar cannabinoides de cualquier tipo (incluyendo cannabinoides sintéticos), el promedio en personas paratletas se mantuvo en 23,13 años, mientras que en personas atletas el indicador varió levemente a 16,55 años.

Los indicadores de prevalencia de consumo de marihuana, cannabis o cannabinoides que presentaron diferencias significativas según el tipo de deporte practicado en los Juegos Deportivos Nacionales 2024 mostraron estimaciones mayores en deportes colectivos que en deportes individuales. La prevalencia de vida de consumo de marihuana fue del 10,6% en deportes colectivos y del 6,4% en deportes individuales. Para la prevalencia anual, los valores fueron del 6,2% en deportes colectivos y del 2,8% en deportes individuales.

Para el grupo “cannabis” (marihuana o THC), la prevalencia de vida fue del 11,0% en deportes colectivos y del 7,0% en deportes individuales. En los 12 meses previos a la entrevista, los valores correspondientes fueron del 6,2% y del 3,1%, respectivamente.

De manera consistente, los porcentajes de consumo de cannabinoides en general en deportes colectivos se ubicaron por encima de los observados en deportes individuales. Para la prevalencia de vida, las estimaciones fueron del 11,1% y del 7,0%; para la prevalencia anual, del 6,4% y del 3,1%; y para la prevalencia mensual, del 3,4% y del 1,6%. No se registraron reportes de uso de cannabinoides sintéticos en deportes individuales.

Por región geográfica, sólo se detectó una diferencia significativa: la prevalencia de vida del uso de THC fue mayor entre quienes representaron a cantones de la Región Central (2,5%) que entre quienes representaron cantones de las otras regiones (0,9%).

4.5 Bebidas alcohólicas

Las bebidas alcohólicas son productos psicoactivos por efecto del etanol. En el ámbito deportivo, su prohibición se aplica únicamente en espacios y momentos competitivos, al menos en el marco de competencias olímpicas e internacionales, o de aquellas que conducen a dichas competencias.

La prevalencia de vida de consumo de bebidas alcohólicas entre personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales 2024 fue del 64,4% en hombres y del 54,2% en mujeres. En los 12 meses previos a las entrevistas, el porcentaje en hombres también superó al de mujeres (47,7% y 41,4%, respectivamente).

Los valores de prevalencia fueron mayores en personas adultas que en personas menores de edad. La prevalencia de vida fue del 66,8% en personas adultas y del 40,3% en personas menores de edad. La prevalencia anual (12 meses previos) fue del 51,9% en personas adultas y del 23,7% en personas menores de edad. Asimismo, el porcentaje de uso en los 30 días previos fue del 26,7% en personas adultas y del 5,4% en personas menores de edad.

Por otra parte, la edad promedio de la primera ocasión de consumo de bebidas alcohólicas fue de 16,25 años en personas adultas que las habían probado y de 14,06 años en personas menores de edad que las habían consumido.

Al comparar por modalidad de participación, la edad promedio de la primera ocasión de consumo de bebidas alcohólicas fue de 15,83 años en personas atletas y de 16,90 años en personas paratletas. Por último, respecto a la cantidad habitual de bebidas alcohólicas consumidas durante la preparación y participación en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, el promedio reportado fue de 2,02 bebidas en personas atletas y de 0,6 bebidas en personas paratletas.

En cuanto a los porcentajes de consumo de bebidas alcohólicas según el tipo de actividad deportiva en la que se participó en los Juegos Deportivos Nacionales 2024, se observó que las estimaciones fueron mayores en deportes colectivos que en deportes individuales. La prevalencia de vida fue del 65,3% en deportes colectivos y del 56,3% en deportes individuales. La prevalencia en los 12 meses previos fue del

53,0% en deportes colectivos y del 38,0% en deportes individuales. Por su parte, el consumo en los 30 días previos fue reportado por el 28,2% de quienes participaron en deportes colectivos y por el 15,5% de quienes participaron en deportes individuales.

Según la región de pertenencia del cantón representado, se evidenció que la edad promedio del primer consumo fue de 16,24 años en personas participantes que representaron cantones de la Región Central y de 15,54 años en quienes representaron cantones de otras regiones.

Según las menciones registradas, las bebidas alcohólicas más reportadas como primera bebida probada por las personas participantes que reportaron consumo alguna vez fueron cerveza, bebidas saborizadas, rompope con alcohol, vino y guaro. En el caso de los hombres, el orden según la cantidad de menciones fue: cerveza, rompope con alcohol, bebidas saborizadas, vino y guaro. En el caso de las mujeres, el orden fue: bebidas saborizadas, cerveza, vino, rompope con alcohol y guaro.

En las personas que reportaron haber consumido bebidas alcohólicas, la mención de cerveza y guaro como primera bebida consumida fue mayor en hombres que en mujeres (47,0% frente a 25,2% para la cerveza; y 8,5% frente a 6,0% para el guaro). Por el contrario, la mención de bebidas saborizadas y vino como primera bebida alcohólica consumida fue mayor entre mujeres que entre hombres (32,5% frente a 14,8% para bebidas saborizadas; y 17,9% frente a 10,4% para vinos).

Respecto a la primera ocasión de consumo, las bebidas más reportadas por personas adultas fueron, en orden de importancia: cerveza, bebidas saborizadas, rompope con alcohol, vino y guaro. En el caso de las personas menores de edad que reportaron haber consumido alguna vez, el orden fue: cerveza y rompope con alcohol (empatados en el primer lugar, con más menciones), bebidas saborizadas, vino y guaro.

Entre las personas menores de edad, el rompope con alcohol (29,5% frente a 15,4%) y el vino (16,1% frente a 12,2%) fueron mencionados en mayor proporción que en personas adultas. En contraste, la cerveza (42,1% frente a 29,5%), las bebidas saborizadas (20,5% frente a 19,6%) y el guaro (8,3% frente a 4,5%) fueron mencionados en mayor proporción por personas adultas como primera bebida alcohólica consumida.

En personas paratletas que reportaron haber consumido bebidas alcohólicas, la lista de primeras bebidas consumidas, según cantidad de menciones, fue: cerveza, rompopo con alcohol, guaro, vino y bebidas saborizadas. En personas atletas, la lista correspondiente fue: cerveza, bebidas saborizadas, rompopo con alcohol, vino y guaro. Se observó una mayor proporción en personas atletas para bebidas saborizadas (22,3% frente a 2,7%) y vino (13,2% frente a 9,6%) como primera bebida alcohólica. En contraste, en personas paratletas se reportaron mayores proporciones para cerveza (50,7% frente a 39,0%), rompopo con alcohol (19,2% frente a 17,3%) y guaro (15,1% frente a 6,9%).

En personas participantes de deportes colectivos que reportaron haber probado bebidas alcohólicas, la lista de primera bebida consumida coincidió con la lista general (cerveza, bebidas saborizadas, rompopo con alcohol, vino y guaro, según cantidad de menciones). En personas participantes de deportes individuales, la lista fue: cerveza, rompopo con alcohol, bebidas saborizadas, vino y guaro. La proporción de rompopo con alcohol (21,5% frente a 14,1%) y vino (14,5% frente a 11,3%) como primera bebida alcohólica fue mayor en deportes individuales. Por el contrario, la cerveza (42,2% frente a 37,8%), las bebidas saborizadas (22,6% frente a 17,7%) y el guaro (9,0% frente a 6,1%) se reportaron con mayor frecuencia en deportes colectivos.

4.64.6 Tabaco y nicotina

Al presentar los datos comparativos sobre el uso de productos de tabaco o nicotina, debe considerarse que se han definido tres conjuntos de productos. Los SEAN (sistemas electrónicos de administración de nicotina) incluyen los dispositivos electrónicos de vapeo de nicotina (pura o con sabores), los cigarrillos electrónicos (en desuso y, para muchos, la primera generación de vaporizadores) y los dispositivos electrónicos para el consumo de tabaco calentado. Por su parte, la categoría de productos de tabaco incluye los productos fumables (cigarrillos, puros, narguiles y pipas), así como productos de tabaco sin humo (como rapé, dip, snus y tabaco para mascar). Finalmente, la categoría de productos de nicotina consolida los productos de cada una de las categorías anteriores en una sola.

Los indicadores de prevalencia de uso de las distintas categorías de productos de nicotina presentaron estimaciones mayores en hombres que en mujeres. En la categoría de productos de tabaco,

el 6,6% de los hombres reportó haberlos utilizado alguna vez en la vida, frente al 3,0% de las mujeres. El uso en los 12 meses previos a la entrevista fue del 2,4% en hombres y del 0,5% en mujeres. En los 30 días previos a la entrevista, no se registraron reportes de uso en mujeres, mientras que el 1,1% de los hombres sí lo reportó.

En cuanto a la categoría de SEAN, también se observaron porcentajes mayores en hombres: el 18,9% reportó uso alguna vez en la vida, frente al 12,5% en mujeres. En los 12 meses previos a la aplicación del cuestionario, el 10,5% de los hombres reportó uso de SEAN, en comparación con el 5,1% de las mujeres. Además, el uso en los 30 días previos fue del 6,5% en hombres y del 2,1% en mujeres.

La prevalencia de uso de productos con nicotina fue mayor entre hombres que entre mujeres para los distintos plazos de referencia: alguna vez en la vida (21,5% frente a 13,4%), en los 12 meses previos a la entrevista (11,0% frente a 5,3%) y en los 30 días previos a la entrevista (6,6% frente a 2,1%) para las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales 2024.

Si bien no se detectaron diferencias significativas por grupo etario (personas adultas frente a personas menores de edad) en el uso de SEAN, productos de tabaco o productos con nicotina en los 30 días previos a la aplicación del cuestionario, sí se identificaron diferencias en el uso alguna vez en la vida y en los 12 meses previos.

En cuanto a productos de tabaco, el 6,7% de las personas adultas reportó uso alguna vez en la vida, frente al 0,7% de las personas menores de edad. La prevalencia anual fue del 2,1% en personas adultas y del 0,4% en personas menores de edad.

Respecto a los dispositivos SEAN, el 18,8% de las personas adultas reportó haberlos usado alguna vez en la vida. En personas menores de edad, el 9,4% reportó haberlos probado en algún momento. En los 12 meses previos, el 9,6% de las personas adultas y el 5,0% de las personas menores de edad indicaron haber usado algún tipo de dispositivo SEAN.

Para el total de productos con nicotina, se estimó que el 21,4% de las personas adultas y el 9,4% de las personas de 12 a 17 años reportaron haber usado productos con nicotina alguna vez en la vida. Estos porcentajes disminuyeron al 10,2% en personas adultas y al 5,0% en personas menores de edad al considerar el uso en los 12 meses previos a la aplicación del cuestionario.

Entre quienes reportaron uso de productos con nicotina, la edad promedio de la primera ocasión de uso de dispositivos SEAN fue de 17,55 años en personas adultas y de 14,60 años en personas menores de edad. Los valores variaron mínimamente al considerar el total de personas usuarias de cualquier producto con nicotina: 17,29 años en personas adultas y 14,60 años en personas menores de edad (igual que para dispositivos SEAN).

Entre las personas paratletas de los Juegos Deportivos Nacionales 2024, la prevalencia de vida de uso de productos de tabaco fue del 15,9%. En personas atletas, el 4,2% reportó uso de tabaco alguna vez en la vida.

Por otra parte, el 18,1% de las personas atletas reportó haber usado dispositivos SEAN alguna vez en la vida. En contraste, el 1,8% de las personas paratletas reportó haberlos usado en alguna ocasión, cifra cercana a la décima parte de la observada en personas atletas. No se registraron reportes de uso de SEAN en los 12 meses previos ni en los 30 días previos entre personas paratletas (9,5% y 5,4%, respectivamente, en personas atletas).

No obstante, el 1,8% de las personas paratletas reportó uso de productos con nicotina en los 12 meses previos, frente al 9,7% en personas atletas. Asimismo, el 0,9% de las personas paratletas reportó uso en los 30 días previos, frente al 5,4% en personas atletas.

Por otra parte, entre quienes reportaron haber usado dispositivos SEAN alguna vez en la vida, la edad promedio de la primera ocasión de uso fue de 26,50 años en personas paratletas y de 17,09 años en personas atletas.

Por último, para todos los indicadores de prevalencia de consumo de SEAN y de productos con nicotina, las estimaciones fueron mayores en deportes colectivos que en deportes individuales. En el caso de los SEAN, la prevalencia de vida fue del 22,1% en deportes colectivos y del 11,1% en deportes individuales. En los 12 meses previos a la aplicación del cuestionario, la prevalencia fue del 12,8% en deportes colectivos y del 4,4% en deportes individuales. En los 30 días previos, los valores fueron del 7,5% y del 2,3%, respectivamente.

Por su parte, la prevalencia de vida de uso de algún producto con nicotina fue del 23,6% en deportes colectivos y del 13,7% en deportes individuales. En los 12 meses previos, el 13,1% de quienes participaron en deportes colectivos reportó uso de productos con nicotina, frente al 4,9% en deportes individuales. En los 30 días previos, el 7,5% en deportes colectivos reportó uso, frente al 2,5% en deportes individuales.

4.7 Otros medicamentos psicoactivos

Seguidamente se presentan algunos resultados comparativos entre categorías de los criterios de segmentación dicotómica aplicados, referentes a otros medicamentos psicoactivos, específicamente del grupo de sedantes, hipnóticos y ansiolíticos (conocidos comúnmente como “tranquilizantes”) y del grupo de antidepresivos.

En cuanto al uso de medicamentos tranquilizantes, se observó que el 2,5% de las personas atletas reportó haberlos utilizado alguna vez, mientras que, en personas paratletas, el porcentaje alcanzó el 15,0%. El uso sin prescripción médica de este tipo de medicamentos, alguna vez en la vida, fue del 1,2% entre quienes representaron cantones de la Región Central, frente al 0,2% entre quienes representaron cantones de otras regiones.

La edad promedio de la primera ocasión de uso de tranquilizantes sin prescripción fue de 18,00 años en personas adultas y de 13,75 años en personas menores de edad que reportaron haberlos usado en esas condiciones. Asimismo, se identificó una diferencia por modalidad de participación: en personas paratletas, la edad promedio del primer uso sin prescripción fue de 20,50 años, mientras que, en personas atletas, fue de 14,86 años.

En lo que concierne a los antidepresivos, la primera diferencia significativa se identificó en la prevalencia de vida: el 4,1% de los hombres reportó haber usado antidepresivos alguna vez, frente al 7,6% de las mujeres.

Asimismo, se observó que la prevalencia de vida de uso de medicamentos antidepresivos fue mayor en personas paratletas que en personas atletas. En personas paratletas, el porcentaje de quienes reportaron haberlos usado alguna vez fue del 11,5%, mientras que, en personas atletas, fue del 4,7%.

Otra diferencia en la estimación de la prevalencia de vida del uso de antidepresivos fue la que se identificó por región. El porcentaje de uso entre representantes de cantones de la Región Central fue del 7,3%; mientras que, entre representantes de cantones de otras regiones, fue del 2,9%.

4.8 Otros dopantes

En cuanto al uso de productos dopantes sin implicaciones psicoactivas, los porcentajes de uso fueron mínimos o nulos. No obstante, se identificaron algunas diferencias relacionadas con el conocimiento sobre la “Lista Prohibida” de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA). La versión utilizada de este documento corresponde al año 2024 y contiene el listado de sustancias y métodos cuyo uso, exposición o manipulación constituyen infracciones de las normas antidopaje.

En primer lugar, se observaron diferencias en los porcentajes de personas atletas que habían escuchado hablar o leído sobre la existencia de la Lista Prohibida. Este porcentaje fue mayor en personas adultas que en personas menores de edad (30,1% frente a 18,7%) y mayor en personas paratletas que en personas atletas (39,8% frente a 26,2%). Asimismo, la existencia de la Lista fue reportada por una mayor proporción de personas participantes en deportes individuales que en deportes colectivos (32,9% frente a 22,1%), y por una mayor proporción de quienes representaron cantones de la Región Central que de quienes representaron cantones de otras regiones (30,5% frente a 23,8%).

En segundo lugar, los porcentajes de personas participantes que habían leído la Lista Prohibida 2024 o que habían recibido explicaciones sobre su contenido mostraron diferencias significativas según

los mismos criterios de segmentación y a favor de las mismas categorías en cada criterio. En particular, el porcentaje de personas participantes que habían revisado el documento (ya fuera mediante lectura o por explicación) fue mayor en personas adultas que en personas menores de edad (20,6% frente a 11,2%), en personas paratletas que en personas atletas (32,7% frente a 17,0%), en deportes individuales que en deportes colectivos (23,6% frente a 13,3%) y en quienes representaron cantones de la Región Central que en quienes representaron cantones de otras regiones (22,2% frente a 13,7%).

Al consultar sobre la identificación de prácticas que, según la AMA, constituyen situaciones de dopaje de acuerdo con el Código Mundial Antidopaje (2021), se observó que, en diez de las once situaciones, un mayor porcentaje de personas participantes adultas que de personas participantes menores de edad las identificó como dopaje.

La Tabla 2 presenta cada una de estas situaciones y el porcentaje de personas adultas y de personas menores de edad que logró identificarlas como situaciones de dopaje. La única situación que no mostró una diferencia porcentual entre ambos grupos fue la N.º 9: “ser cómplice o intentar ser cómplice de la violación de alguna regla antidopaje por otra persona”.

Tabla 4.2

Porcentaje de personas participantes en los Juegos Deportivos Nacionales que identificaron situaciones de dopaje, según grupo etario al momento de la entrevista. Costa Rica, 2024.

Situación de dopaje	Menores de edad	Adultos	Total
1. Presencia de sustancias prohibidas en el cuerpo	84,2%	91,8%	90,1%
2. Uso o intento de uso de alguna sustancia prohibida	62,9%	77,6%	74,3%
6. Posesión de una sustancia prohibida por el atleta o por su grupo de apoyo	59,4%	72,0%	69,1%
3. Negarse a facilitar una muestra solicitada (de orina o sangre)	56,8%	71,6%	68,2%
8. Administrar o intentar administrar a otro atleta una sustancia prohibida	57,2%	70,8%	67,7%
7. Traficar o intentar traficar alguna sustancia prohibida	51,4%	66,7%	63,3%
9. Ser cómplice o intentar ser cómplice de la violación de alguna regla antidopaje por otra persona.	na	na	58,5%
5. Obstaculizar o intentar obstaculizar cualquier etapa de un control antidopaje	44,2%	60,0%	56,4%
4. Imposibilidad de llevar a cabo tres o más controles antidopaje en un año de forma correcta	42,1%	55,6%	52,5%
11. Amenazar, intimidar o vengarse de una persona que facilita información para un control antidopaje	34,5%	52,4%	48,4%
10. Asociarse con otras personas castigadas por violar las reglas del dopaje	39,0%	45,7%	42,0%

Fuente: IAFA. / Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2025.

La numeración asignada a cada situación de dopaje corresponde al inciso respectivo del artículo 2 del *Código Mundial Antidopaje* de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA; WADA), versión 2021. Estas situaciones fueron ordenadas de mayor a menor según el porcentaje total de personas participantes que las identificaron como situaciones de dopaje.

Adicionalmente, la situación 5, “obstaculizar o intentar obstaculizar cualquier etapa de un control antidopaje”, fue identificada como dopaje por un mayor porcentaje de personas que representaron cantones de la Región Central que de quienes representaron cantones de otras regiones (59,0% frente a 53,2%).

Por último, la situación 11, “amenazar, intimidar o vengarse de una persona que facilita información para un control antidopaje”, fue identificada como dopaje por un mayor porcentaje de personas participantes en deportes individuales que en deportes colectivos (51,2% frente a 45,5%).

Conclusiones

La alta escolaridad identificada en las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales evidencia un perfil con un nivel educativo significativo. Este contexto puede fortalecer la capacidad de comprensión, adherencia y aplicación de orientaciones técnicas, tácticas y nutricionales, además de facilitar la toma de decisiones informadas durante el proceso de formación deportiva. Asimismo, sugiere condiciones favorables para una transición exitosa hacia estudios superiores o trayectorias profesionales paralelas o posteriores a la carrera competitiva.

La diversidad geográfica refleja el carácter inclusivo de los Juegos Deportivos Nacionales, al permitir la integración de personas atletas provenientes de distintas regiones y fortalecer el sentido de pertenencia en el territorio nacional. Esta diversidad no solo contribuye a la igualdad de oportunidades para acceder al deporte, sino que también enriquece la competencia y favorece la identificación de talento en diferentes zonas, lo que impulsa el desarrollo integral del deporte nacional. Asimismo, resulta pertinente considerar que la interacción entre personas jóvenes de distintos contextos educativos, culturales y familiares puede generar oportunidades de crecimiento, así como riesgos asociados a la presión social hacia conductas potencialmente dañinas.

La coexistencia de una baja cobertura de becas y de personas jóvenes atletas que trabajan resalta la necesidad de considerar nuevas estrategias institucionales para fortalecer el respaldo socioeconómico, especialmente dirigido a personas deportistas de zonas con menos recursos, con el objetivo de disminuir barreras económicas que pueden afectar su rendimiento, permanencia y bienestar general.

Las lesiones constituyen un aspecto relevante en esta población y subrayan la importancia de reforzar las estrategias de prevención, atención temprana y rehabilitación, así como de mejorar el acceso a fisioterapia y al seguimiento sistemático, con el fin de minimizar el impacto de estas afecciones en el desempeño deportivo.

En la distribución observada del consumo de frutas y vegetales, se identificaron porcentajes bajos en categorías de menor frecuencia, lo que podría reflejar barreras de acceso, preferencias alimentarias, falta de planificación nutricional o desconocimiento sobre la importancia de este grupo de alimentos en la dieta deportiva. Fortalecer estrategias de educación nutricional y acompañamiento profesional podría favorecer un aumento en los patrones de consumo y contribuir a un perfil dietético más alineado con las necesidades de las personas deportistas.

Con respecto al consumo de sustancias psicoactivas, los resultados muestran un perfil de consumo de alcohol moderado y selectivo en las personas participantes de los Juegos Deportivos Nacionales encuestadas en 2025. Una proporción importante reportó abstinencia, mientras que, entre quienes indicaron haber consumido bebidas fermentadas, el consumo se concentró principalmente en cerveza. El consumo de vino, sidra y vino de frutas fue bajo, según los porcentajes obtenidos.

Los datos mostraron que, aunque más de la mitad de las personas participantes han probado alcohol en algún momento de su vida, el consumo actual o reciente es limitado. En particular, el 21,8% reportó consumo de alcohol en el último mes, lo que sugiere una tendencia hacia la moderación o la abstinencia en el período más reciente.

El vapeo de nicotina se identifica como una de las prácticas de consumo que requiere seguimiento, especialmente ante la posibilidad de que presente un comportamiento creciente.

Con respecto al consumo de sustancias ilícitas (cannabis y alucinógenos), los niveles de prevalencia fueron bajos. No obstante, se observa una mayor prevalencia de consumo de cannabis en hombres. Asimismo, resulta relevante la presencia de uso de medicamentos (opioides y estimulantes), incluso sin receta médica, en el contexto deportivo.

Es importante destacar que la muestra analizada corresponde, en su mayoría, a personas adolescentes y jóvenes deportistas que, en pleno desarrollo físico, emocional y social, se encuentran expuestas a múltiples influencias, desde el entorno familiar y escolar hasta las presiones propias del rendimiento deportivo y las dinámicas con sus pares.

Por otra parte, la comparación realizada entre las estimaciones de indicadores de prevalencia de consumo de cuatro grupos de productos psicoactivos evidenció porcentajes estadísticamente inferiores de consumo en personas deportistas de 13 a 17 años, en comparación con los estimados en estudiantes de educación secundaria en general, para ese mismo rango etario. Esto no significa que no se haya detectado consumo entre las personas participantes de la edición 2024 de los Juegos Deportivos Nacionales; sin embargo, el uso de productos psicoactivos con mayor impacto en la salud de la población es menor en este grupo. Este hallazgo respalda los resultados sobre la posible contribución de un plan deportivo bien diseñado en la prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas y de trastornos asociados, así como el apoyo que puede brindar a personas que se encuentran en procesos terapéuticos para detener o reducir el consumo de este tipo de sustancias.

La estimación significativamente mayor de la edad promedio de la primera ocasión de consumo de distintos grupos de productos psicoactivos, entre personas participantes de 13 a 17 años que reportaron haberlos usado alguna vez, sugiere que los valores asociados a la práctica sistemática de actividades deportivas con fines competitivos podrían constituir un factor protector frente a una iniciación más temprana en el uso de estos productos, en aquellos casos en que se decide probarlos.

Las comparaciones entre submuestras de personas informantes en la I Encuesta de Juegos Deportivos Nacionales, 2024 sugieren que ciertos segmentos son más proclives que otros al uso de productos psicoactivos no médicos. Si bien hubo indicadores que no mostraron diferencias entre segmentos, cuando se presentaron, se observó una recurrencia de los segmentos con mayor exposición al consumo, lo que puede asociarse con un mayor riesgo de padecer trastornos derivados del consumo de estos productos. En particular, los hombres presentaron más casos en los que la prevalencia de consumo fue mayor que la observada en mujeres. Asimismo, las personas adultas mostraron, de forma general, estimaciones de prevalencia de consumo mayores que las personas menores de edad. Finalmente, cuando se identificaron diferencias significativas según tipo de deporte, las personas participantes en deportes colectivos tendieron a mostrar mayores niveles de consumo de productos psicoactivos no médicos que quienes participaron en deportes individuales.

En cuanto a productos psicoactivos de carácter farmacéutico, se observó una mayor prevalencia de consumo en categorías distintas a las que presentaron mayores prevalencias para productos no médicos. En los casos en que se detectaron diferencias significativas, las mujeres tendieron a reportar un mayor consumo de medicamentos opioides o tranquilizantes que los hombres. Asimismo, las personas participantes que representaron cantones de la Región Central presentaron estimaciones de prevalencia superiores a las de quienes representaron cantones de otras regiones del país. Del mismo modo, las personas paratletas mostraron, en un mayor número de indicadores, estimaciones de prevalencia más elevadas que las personas atletas.

En relación con el conocimiento de las situaciones que, según la reglamentación de la Agencia Mundial Antidopaje, se consideran indebidas o sujetas a sanción, se observó que las personas adultas presentaron un mayor nivel de conocimiento y capacidad de identificación de dichas situaciones, en comparación con las personas menores de edad. Independientemente de que la organización de los Juegos Deportivos Nacionales no se encuentre en condiciones de implementar programas sistemáticos de control de dopaje, resulta pertinente fomentar desde edades tempranas el conocimiento sobre las situaciones que constituyen dopaje, con el fin de fortalecer una cultura de juego limpio y de cumplimiento normativo en el ámbito deportivo.

Referencias

- Agencia Mundial Antidopaje. (2020). *Código mundial antidopaje 2021*. https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/codigo_2021_espanol_final_002.pdf
- Atienza, E., López Frías, F. J., & Pérez Triviño, J. L. (2014). El dopaje y el antidopaje en perspectiva histórica / Doping and antidoping: Historical perspectives.
- Castillo-Viera, E, Gago-Valiente, F., Giménez-Fuentes-Guerra, F. Abad-Robles, M., y Moreno-Sánchez, E. (2022). Programas de actividad física en el tratamiento de las adicciones: una revisión sistemática. *Ciencia Aplicadas*, 12(18), 9117. <https://www.mdpi.com/2076-3417/12/18/9117>
- Confesor Rivera, R. U. (2012). Uso de los diuréticos como agentes enmascarantes en el dopaje deportivo. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER). (2023). *Informe de gestión 2023: Comisión Nacional Antidopaje de Costa Rica (CONAD-CR)*.
- Lynch, W. J., Peterson, A. B., Sanchez, V., Abel, J., & Smith, M. A. (2013). Exercise as a novel treatment for drug addiction: a neurobiological and stage-dependent hypothesis. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 37(8), 1622–1644. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2013.06.011>

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. [UNODC]. (2012) Actividades alternativas para la prevención del uso de drogas. https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/ProyectoEcuador/actividades_1.pdf

Reardon, C. L., & Creado, S. (2014). Drug abuse in athletes. *Substance abuse and rehabilitation*, 5, 95–105. <https://doi.org/10.2147/SAR.S53784>

I Encuesta sobre Consumo de productos psicoactivos y dopantes entre participantes de Juegos Deportivos Nacionales, 2024.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Mayo, 2026.



INSTITUTO
SOBRE ALCOHOLISMO
Y FARMACODEPENDENCIA

GOBIERNO DE COSTA RICA