

**LA PRESERVATION DE LA SANTE PAR LE SPORT  
C'EST OPTIMISER SON HYGIENE DE VIE  
ET COMPRENDRE  
LA LUTTE CONTRE LE DOPAGE**



## INFORMER : POURQUOI?

1. Co-gestion du sport en France entre l'État et le mouvement sportif;
2. Notion de délégation et de protection de l'utilisateur;
3. Les fédérations et tout licencié sont des acteurs de santé publique : rôle prépondérant des dirigeants;

## **INFORMER : COMMENT?**

1. Apports de connaissance sur ce qu'est le dopage et les substances qui y participent
2. La possibilité de se soigner n'est pas remise en cause : la notion d'autorisation à usage thérapeutique;
3. Les acteurs investis dans la lutte contre le dopage;
4. La prévention et la mission du CIBPL et de la commission médicale inter régionale;

## DEFINITION DU DOPAGE

QUE DIT LA LOI ? Article L3631.1 Code de Santé Publique

Il est interdit à toute personne au cours de compétitions ou de manifestations sportives organisées ou agréées par des fédérations sportives en vue d'y participer :

- D'utiliser des **substances et procédés** de nature à **modifier artificiellement** les capacités ou à **masquer l'emploi** de substances ou procédés ayant cette propriété
- De recourir à ceux de ces substances ou produits dont l'utilisation est **soumise à des conditions restrictives** lorsque les conditions ne sont pas remplies



## CONDUITE DOPANTE

- Une conduite dopante se définit comme un **comportement de consommation** de produits pour affronter un obstacle réel ou ressenti comme tel.
- La consommation se décline en :
  - **Usage** : substance anodine
  - **Usage nocif** : substance entraînant un dommage pour l'individu
  - **Dépendance** : perte de la liberté de s'abstenir de cette substance

## LA PERFORMANCE

- La performance est la réalisation d'une fonction en situation **ORDINAIRE** de la vie.
- Il ne s'agit pas seulement d'un exploit sportif



## SUBSTANCES ET METHODES INTERDITES

Critères d'inclusion : deux des trois actions suivantes :

- Avoir un potentiel **d'augmenter la performance** sportive;
  - Présenter un **risque réel ou potentiel** pour la santé de l'athlète;
  - Être **contraire à l'esprit sportif**;

## SUBSTANCES ET METHODES INTERDITES

liste des interdictions 2005	en compétition	en et hors compétition	dans certains sports
S1 agents anabolisants	X	X	
S2 hormones et substances apparentées	X	X	
S3 bêta 2 agonistes	X	X	
S4 agents avec activité anti-œstrogène	X	X	
S5 diurétiques et autres agents masquants	X	X	
S6 stimulants	X		
S7 narcotiques	X		
S8 cannabinoïdes	X		
S9 glucocorticoides	X		
M1 amélioration du transfert de l'oxygène	X	X	
M2 manipulation chimique et physique	X	X	
M3 dopage génétique	X	X	
P1 alcool			X
P2 beta-bloquants			X

## QUELQUES PRODUITS DOPANTS UTILISES DANS LES DISCIPLINES SUBAQUATIQUES

- LES STIMULANTS
- LES NARCOTIQUES
- LE CANNABIS
- TESTOSTERONE ET STEROIDES ANABOLISANTS
- DIURETIQUES ET PRODUITS MASQUANTS
- CLUCOCORTICOIDES
- BETA BLOQUANTS
- BETA 2 AGONISTES
- ALCOOL... liste non exhaustive

## LES STIMULANTS

### ASPECTS POSITIFS :

Augmente la concentration

Diminue la fatigue

Augmente l'agressivité

### ASPECTS NEGATIFS :

Troubles psychiques (agressivité, nervosité...)

Troubles neurologiques

Accidents cardio vasculaires

Amphétamines, caféine,  
éphédrine, cocaïne.....





## LES NARCOTIQUES

### ASPECT POSITIF :

Lutte contre la douleur

Opium, morphine,  
analgésiques de synthèse ...

### ASPECTS NEGATIFS :

Dépression

Accoutumance

Dépendance

Troubles de la concentration et de la  
coordination



## LE CANNABIS

- Principe actif : Tétrahydrocannabinol :
  - Herbe : concentration 4 à 9%
  - Résine + tabac: 8 à 30 %
  
- Récepteurs :
  - Cérébraux : CB1
  - Cellules immunitaires : CB2 ... augmentation des cancers

Stocké dans les graisses du cerveau... effets supérieurs à 24 heures

## LE CANNABIS

- Dépendance **Psychique** avec action sur le métabolisme cérébral (augmentation)
- Dépendance **Physique** :
  - quand sevrage : douleurs abdominales, salivation, diarrhée...

## LE CANNABIS

### EFFETS POSITIFS ????

Diminution de la douleur ?

(pas plus que d'autres antalgiques)

Euphorie ...



### EFFETS NEGATIFS :

Cardio – vasculaires :

Tachycardie

Vasodilatation

Perte d'adaptation aux baisses  
de la Pression Artérielle (  
accidents par diminution de la  
perfusion cardiaque et  
cérébrale)

## LE CANNABIS

- Effets Négatifs sur le Système Nerveux Central :
  - Action sur le système limbique (régulation des émotions)
  - Action sur le cortex et l'hippocampe (mémoire, attention, motricité...)



## LE CANNABIS

- Action sur le système nerveux conséquences :
  - baisse de l'attention
  - atteinte de la mémoire
  - altération de la motricité et de la coordination
  - trouble des perceptions auditives et visuelles
  - euphorie, relaxation...
  - anxiété paradoxale



## LE CANNABIS

- Reproduction : altération prouvée
- Broncho pulmonaire :
  - Agents cancérigènes et irritants
  - 1 joint = 7 cigarettes
  - Insuffisance respiratoire
  - Cancers
  - Maladies inflammatoires et infectieuses
  - Asthme

## TESTOSTERONE ET STEROIDES ANABOLISANTS

### ASPECTS POSITIFS :

- Augmente la masse musculaire
- Augmente l'agressivité
- Augmente la V02 MAX

### ASPECTS NEGATIFS :

- Stérilisation, virilisme
- Cancer du foie
- Rupture tendineuse
- Infarctus du myocarde

Nandrolone, 19 Nortestostérone



## DIURETIQUES ET SUBSTANCES MASQUANTES

### ASPECTS POSITIFS :

Perte de poids  
Produit masquant

### ASPECTS NEGATIFS :

Déshydratation sévère  
Troubles ioniques  
Insuffisance rénale  
Troubles du rythme cardiaque

Furosémide,  
Spironolactone....



## LES GLUCOCORTICOIDES

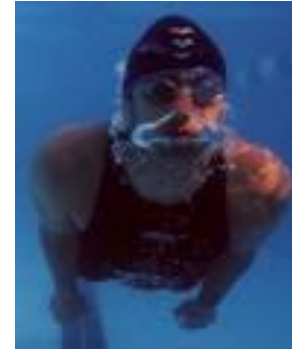
### ASPECTS POSITIFS :

Anti fatigue

Anti douleur

Stimulation psychique

Anti inflammatoire



### ASPECTS NEGATIFS :

Fragilise muscles et tendons

Infections sévères

Accidents cardio vasculaires

Diabète, troubles psychiques

Ulcères digestifs

## GLUCOCORTICOIDES : UTILISATION

### INTERDICTION :

Voie orale

Injection systémique

Voie rectale

### AUTORISATION :

Avec notification : inhalation,  
injection locale, injection intra  
articulaire

Sans notification : application locale  
(anale, nasale, ophtalmologique,  
auriculaire, dermatologique)

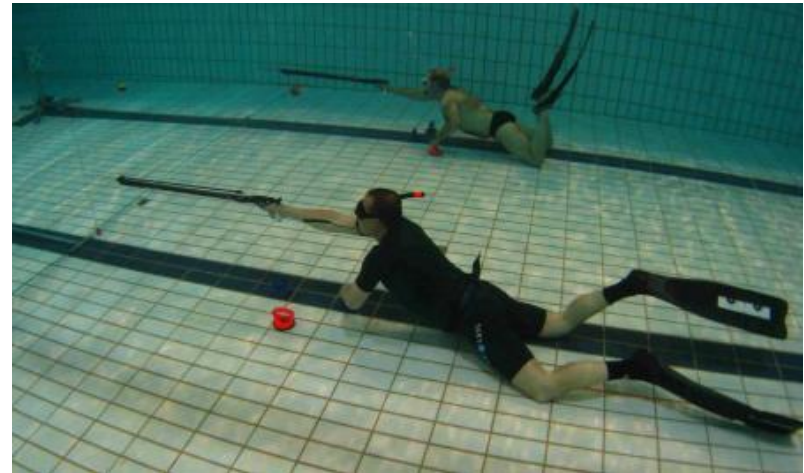


## LES BETA BLOQUANTS

### ASPECTS POSITIFS :

Diminue les tremblements

Anti stress



### ASPECTS NEGATIFS :

Asthme

Hypoglycémie et coma

Insuffisance cardiaque



## BETA 2 AGONISTES

### ASPECTS POSITIFS :

Dilatation bronchique

Performance ventilatoire



### ASPECTS NEGATIFS :

Tremblements

Céphalées

Troubles du rythme cardiaque

Troubles ioniques

Hyperglycémie

## ALCOOL

### ASPECTS POSITIFS :

Désinhibition ?

Difficile de trouver des points positifs



### ASPECTS NEGATIFS :

Altération de la vigilance

Troubles de la coordination

Troubles du comportement ...

## **HORMONES POLYPEPTIDIQUES**

Peu utilisées en sports subaquatiques.

### **ERYTHROPOIETINES (EPO)**

Effets positifs :

augmentation du transport de O<sub>2</sub> et de la VO<sub>2</sub>max

Effets négatifs :

accidents vasculaires cérébraux, infarctus, embolies pulmonaires, mort subite, HTA, cancers de la moelle osseuse, maladies auto immunes

## **HORMONES POLYPEPTIDIQUES**

Cocktail du cycliste = E.P.O.+ Aspirine + Fer +  
Vit C + Hormone de croissance + Stéroïdes Anabolisants

## **HORMONES DE CROISSANCE**

Effets positifs :

augmentation de la masse musculaire et potentialisation de  
l'effet des stéroïdes anabolisants

Effets négatifs :

déformation des os, cancers, insuffisance cardiaque, diabète,  
troubles thyroïdiens, Kreutzfeld Jacob.

## Autorisations d'Usage à des fins Thérapeutiques

### SPORTIF MALADE + TRAITEMENT COMPATIBLE AVEC LE SPORT

- Informer le sportif qu'il doit présenter son ordonnance en cas de contrôle anti dopage
- Double exemplaire contre-signé à garder par le médecin...pour éviter tout risque de falsification

## Autorisations d'Usage à des fins thérapeutiques

### MALADIE AIGUE + TRAITEMENT NON AUTORISÉ EN PRATIQUE DE SPORT

- Notification par écrit contre signé + double conservé précisant :
  - La durée du traitement
  - L'incompatibilité avec compétition, pratique et entraînement pour une durée de ...(temps de ttt + temps d'élimination + marge de sécurité)
  - Notification sur l'ordonnance de la durée de l'interdiction de la pratique



## Autorisations d'Usage à des fins thérapeutiques

**SPORTIF + MALADIE CHRONIQUE + PRODUIT INTERDIT**

A.U.T. SI TROIS CRITERES :

- Préjudice direct si substance non administrée sans le cadre de la pathologie chronique
- L'usage ne devra pas augmenter les performances autre que celle du retour à la normale de santé
- Pas d'alternative autorisée à la substance ou à la pratique interdite

## A.U.T.

- QUI ?
  - tout sportif licencié compétition
  
- PAR QUI ?
  - tout médecin désigné par le sportif
  
- A QUI ?
  - Par le sportif à l'**A.F.L.D.** (Agence Française de Lutte contre le Dopage) si National ou Régional
  - A la Fédération Internationale + AFLD si International
  - **Avant toute reprise du sport** (entraînement, compétition)... et pas après un contrôle positif

## A.U.T.

ABREGÉE : peut concerner

- Bêta mimétiques
- Corticoïdes (non systémiques)

STANDARD : concerne

- Tous les autres produits

## A.U.T.

### ■ DOSSIER :

- Formulaire
- Copies d'ordonnance
- Copies d'examens médicaux
- Copies d'explorations
- Attestation confirmant l'absence d'autres alternatives thérapeutiques
- Autorisation du sportif à transmettre son dossier

## A.U.T.

- ABREGEE
  - Traitement à commencer dès le dossier reçu
  - L'AFLD a 30 jours pour statuer
  - Réception d'accord donné au sportif (ttt + durée)
  - Si problème : comité d' A.U.T. de + médecins

## A.U.T.

- STANDARD (40 euros)
  - Comité de 3 médecins
  - Attendre l'accord : délai de 30 jours pour le traitement
  - Un refus doit être motivé

## A.U.T.

- PRESCRIPTIONS PREMATUREES SI :
  - Urgence
  - L'AFLD n'a pas répondu dans les délais
  - RENOUVELLEMENT maladie chronique : un an et procédure simplifiée
  - RECOURS : Juridiction Administrative et Conseil d'État



## Qui demande les contrôles ?

- Association Mondiale Anti Dopage (AMA)
  - AFLD
  - Fédérations Internationales
  - Fédérations Nationales
  - Direction Régionale Jeunesse et Sports
- Les médecins préleveurs agréés reçoivent un ordre de mission
- Protocoles très stricts à suivre (locaux, procédures, prélèvements)

## **A.F.L.D.**

- Association Française de Lutte contre le Dopage
- 39 Rue Saint Dominique, 75007 Paris
- 01 40 62 76 76
- Fax 01 40 62 77 39
- Autorité administrative indépendante
- 9 membres, présidée par un Conseiller d'État

## **A.F.L.D. : ROLES**

- Définit un programme annuel de contrôles
- Diligente les contrôles
- Est informée des faits de dopage portés à la connaissance de l'administration ou des fédérations
- Définit les critères selon lesquels les sportifs licenciés d'une fédération sportive relèvent du programme de contrôles individuels
- Réalise ou fait réaliser l'analyse des prélèvements effectués lors des contrôles
- Peut exercer un pouvoir disciplinaire
- Délivre les A.U.T.

## **A.F.L.D. : ROLES**

- Est consultée sur tout projet de loi ou de règlement relatif à la lutte contre le dopage
- Participe aux actions de prévention, d'éducation et de recherche en matière de lutte contre le dopage
- Est associée aux activités internationales de lutte contre le dopage (liste produits interdits)
- Fait des recommandations aux fédérations sur la mise en œuvre des procédures disciplinaires
- Remet un rapport d'activité annuel au gouvernement et au parlement

## PREVENTION DU DOPAGE

C'EST L'AFFAIRE DE TOUS !

- Instances internationales
- État
- Régions
- Communes
- Fédérations
- Comités
- Entraîneurs
- Éducateurs sportifs
- Médecins, paramédicaux
- Parents
- Sportifs



## PREVENTION DU DOPAGE

- Envisager le dopage comme une **conduite**
- S'intéresser à un **comportement** et non à un produit
- S'interroger sur les **déterminants** des comportements pour mieux les prévenir (rôle du médecin vis-à-vis des parents et de l'entraîneur)

## **PREVENTION DU DOPAGE**

Améliorer la performance en travaillant sur l'optimisation de  
l'hygiène de vie :  
une alternative possible au dopage.

La commission médicale : un réseau d'interlocuteurs compétents et  
investis au service des licenciés : conseils, écoute, diététique,  
entraînement, contre-indication...



## PREVENTION DU DOPAGE

■ Commission Régionale de Prévention et de lutte contre le trafic de produits dopants :

- Préfet de Région
- Procureur de la République
- Douanes
- D.R.D.J.S.(Médecin Régional)
- Police Judiciaire + gendarmerie

→ statistiques, démantèlement des filières, infos sur produits saisis, sanctions, signalements liés à l'emploi des produits, réunions de coordination ...

## PREVENTION DU DOPAGE

- Campagnes de sensibilisation au sein des fédérations, comités, ... indispensables
- Informations des encadrants dans les clubs
- N° vert Écoute Dopage 0800 15 20 00
- Consultations hospitalières et centres médico sportifs (dans chaque département)
- Antennes médicales de prévention du dopage dans les départements

## PREVENTION DU DOPAGE

■ Sites où l'on peut trouver la liste des substances et méthodes interdites :

- <http://www.santesport.gouv.fr>
- <http://www.ada-ama.org>
- <http://www.cpld.fr>
- <http://www.mjsbretagne.jeunesse-sports.gouv.fr>

## PREVENTION DU DOPAGE

- Antenne Médicale de Prévention du Dopage :
  - Lieu d'écoute et de conseil
  - Consultation anonyme et gratuite
  - Lieu de références et conseils
  - Enseignement et prévention
  - Vigilance et sécurité sanitaire

## PREVENTION DU DOPAGE

EXEMPLE :

IRMS-Hopital St. Jacques  
CHU –NANTES  
85,rue St Jacques  
44000-NANTES  
Tel:02 40 84 60 61

*Dr Elias AMIOUNI*



*Dr Eric SARRAZIN*  
*CMPR-BPL*



# DOPAGE=DANGER



## A MEDITER

La santé ne doit pas être considérée comme le résultat d'une guérison ou d'une absence de maladie mais comme un état qu'il faut préserver par une bonne hygiène de vie vitale.