
CE QUE VOUS DEVEZ FAIRE

- Vous n'acceptez jamais un médicament proposé par quelqu'un d'autre qu'un médecin ou un pharmacien ayant connaissance de la liste des produits interdits et connaissant votre situation d'athlète de haut niveau.
- Vous vous assurez vous-même de la composition du produit et de son origine. Cela veut dire que vous n'acceptez jamais un comprimé ou une solution sans voir le conditionnement du produit. Vous le sortez vous-même de son emballage.
- Lorsque vous êtes amené à prendre un médicament, vous lisez attentivement la notice incluse dans la boîte. Si elle précise l'attention des sportifs sera attirée sur le fait que cette spécialité contient un principe actif pouvant induire une réaction positive des tests pratiqués lors des contrôles "anti-dopages". **Vous ne prenez pas ce médicament même si vous avez une ordonnance vous le prescrivait, sauf si un médecin vous a interdit la compétition ou qu'une procédure d'AUT a été réalisée.**
- Vous vous renseignez auprès de votre médecin de l'effet sur votre organisme du médicament ou du supplément nutritionnel.

CE QUE VOUS NE DEVEZ PAS OUBLIER

La loi affirme et vous rappelle votre responsabilité pleine et entière. Dans le cas d'un contrôle positif entraînant un dopage avéré, quelles que soient les circonstances, au final, l'athlète concerné est sujet à sanction. C'est pourquoi vous devez être le seul maître de vos décisions.

Avant toute prescription, nous vous rappelons qu'il vous est conseillé d'évoquer tous ces problèmes en présentant cette note d'information à votre médecin. Il saura vous prescrire le produit le mieux adapté à votre situation.

La production d'une ordonnance ne signifie pas qu'elle vous autorise à participer à une compétition et qu'elle vous absout en cas de contrôle inopiné si on vous a prescrit un produit interdit, en particulier des corticoïdes par voie générale qui sont strictement interdits.



FONDATION D'ENTREPRISE
FRANÇAISE DES JEUX



ATHLETES DE HAUT NIVEAU, CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Vous êtes susceptibles d'être contrôlés dans le cadre de la lutte contre le dopage. Nous vous conseillons de garder ce document dans votre sac de sport.

Ce "protège ordonnance" est à présenter lors de toute consultation médicale où vous devez faire état de votre qualité de sportif de haut niveau en cas de prescription de médicaments.

Il vous permet également, au moment d'un contrôle antidopage, d'éviter certaines erreurs et de répondre exactement aux questions que le médecin contrôleur peut être amené à vous poser.

L'Agence mondiale antidopage a publié, dans le cadre du code mondial, la liste des interdictions de substances et méthodes. Un certain nombre de changements ont été effectués dans le style et l'organisation de la liste qui doit être adoptée par l'ensemble des fédérations internationales. Cette liste est entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2004.

Notre pays a validé cette liste qui est disponible dans les Directions Régionales et Départementales Jeunesse et Sports et sur les sites :

- du Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative : www.jeunesse-sports.gouv.fr
- du Conseil de Prévention et de Lutte contre le Dopage : www.cpld.fr

Vous devez savoir qu'il existe, dorénavant, quatre sections définissant les substances.

- Dans le cadre d'un contrôle pendant l'entraînement, ne sont recherchées que les familles suivantes : agents anabolisants, hormones peptidiques, bêta-2 agonistes, agents avec activité anti-œstrogène et produits masquants.
- Pendant la période de compétition, pour un contrôle inopiné ou non, s'ajoutent à ces familles : stimulants, narcotiques, cannabis et glucocorticoïdes.

ATTENTION, vous devez faire preuve d'une double vigilance :

- > vous renseigner, en fonction de votre calendrier de compétitions, du moment où vous pourriez avoir un contrôle dans le cadre de ces compétitions. (Exemple : Les athlètes participant aux jeux olympiques d'Athènes sont en compétition dès le 31 juillet 2004 alors que la cérémonie d'ouverture est prévue le 13 août 2004).
- > Vous informer de la durée d'élimination de ces substances dans votre organisme si vous avez été amené à les utiliser dans une période sans compétition.
- Certaines substances concernent seulement quelques disciplines. Vous devez vous enquérir de leur identité en fonction du sport que vous pratiquez.
- D'autres dites "spécifiques" car fréquentes dans de nombreux médicaments, comme l'éphédrine, ou peu susceptibles d'améliorer les performances, pourront entraîner une sanction réduite. Vous devez en connaître la liste qui peut être ponctuellement modifiée.

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR :

I – AU SUJET DES AUTORISATIONS D'USAGE A DES FINS THERAPEUTIQUES (AUT)

Vous pouvez, comme chacun, souffrir de maladie ou être dans un état de santé nécessitant la prise de médicaments interdits. En demandant une AUT, vous pouvez être autorisé à prendre le médicament dont vous avez besoin si aucune alternative n'existe.

Suivant votre niveau de compétition, une commission de médecins experts sera habilitée pour accepter ou non votre demande d'AUT. En cas d'accord, vous devrez en permanence être possesseur d'un formulaire que vous présenterez au médecin chargé du contrôle de dopage au moment du contrôle.

II – AU SUJET DES CORTICOIDES

Il existe deux procédures de mise en œuvre des AUT.

- **Une procédure standard pour les corticoïdes par voie orale** (comprimé, gouttes) **par voie rectale** (suppositoires) **ou en injections** (intraveineuse, intramusculaire). Si un médecin estime qu'il faut traiter avec des corticoïdes par voie systémique, il peut demander une AUT en remplissant un formulaire qu'il devra faire valider avant d'agir (21 jours avant la compétition). En cas de pathologie aiguë ou d'urgence médicale, il est prévu un traitement ultrarapide du dossier avec une réponse positive exceptionnelle.
- **Une procédure allégée pour les corticoïdes utilisés par toute autre voie d'administration.** Une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques peut être donnée a priori et à réception de la notification comprenant le diagnostic établi, les examens pratiqués ainsi que le nom du médicament, la posologie, la voie d'administration et la durée du traitement. Le médecin prescripteur devra être bien identifié et la décision pourra être révisée à tout moment par le comité national ou international, suivant le niveau de l'athlète, habilité pour délivrer l'autorisation de la pratique sportive. (CAUT)

ATTENTION

La mésothérapie avec des corticoïdes n'est pas un traitement reconnu par le bon usage médical et ne doit donc pas être utilisée.

III – AU SUJET DES BRONCHODILATATEURS

Les deux même procédures que pour les glucocorticoïdes sont prévues :

Les bêta-2agonistes sont interdits. Cependant, les sportifs souffrant d'asthme ou d'asthme d'effort peuvent se soigner à la condition expresse qu'une hyper réactivité bronchique soit prouvée et qu'une autorisation médicale suivant la **procédure standard** pour les formes galéniques autres que sous forme de spray inhalé, soit donnée.

Les quatre produits suivants, sous forme de spray (ou de gélules) inhalés peuvent bénéficier de la **procédure allégée** telle qu'évoquée pour les glucocorticoïdes :

- Salbutamol (comme la ventoline)
- Salmétérol (comme le Serevent)
- Terbutaline (comme le Bricanyl)
- Formotérol (comme le Foradil)

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR :

Même si une AUT est accordée, une concentration de salbutamol supérieure à 1000 ng/ml est considérée comme anormale jusqu'à ce que le sportif prouve que ce résultat anormal est consécutif à l'usage thérapeutique de salbutamol par voie inhalée.

Cela veut dire que tout athlète doit posséder en permanence dans son sac de sport toute ordonnance prescrite à son nom dans les 3 mois précédents ainsi que, le cas échéant, tout formulaire d'autorisation d'usage thérapeutique dûment validé.

IV – AU SUJET DU CANNABIS

Les cannabinoïdes sont interdits à l'occasion des contrôles en compétition. Cela n'est pas nouveau en France, mais, à présent, les athlètes de toutes les fédérations internationales ayant signé le code mondial antidopage, sont concernés. Les vertus dopantes du cannabis sont, d'autre part, bien établies à ce jour.

Le grand danger consiste en la période d'élimination très longue du T.H.C. (plusieurs semaines) dans l'organisme. Cela veut dire que vous ne pouvez vous permettre aucun écart et que vous devez, en permanence, tenir compte de cette interdiction. Cependant, les cannabinoïdes sont inclus à ce jour parmi les substances dites "spécifiques". Si le sportif peut établir qu'il n'a pas cherché à améliorer sa performance sportive, il pourra bénéficier d'une sanction réduite.

V – AU SUJET DE LA CREATINE

La vente de créatine n'est pas autorisée en France. Ce produit n'est pas inscrit sur la liste des interdictions 2004 du standard international du code mondial antidopage (Il a été jugé qu'il ne répondait pas à deux des trois critères demandés pour faire partie de la liste).

Si son effet "dopant" est nul au niveau de la cellule musculaire habituée à l'effort, son effet "masquant" est réel et pour cette raison, la créatine pose problème. De plus, l'origine "non sécurisée" de ce produit lui confère une grande dangerosité puisque bien souvent, la créatine est frelatée (voir plus loin les suppléments nutritionnels).

VI- AU SUJET DES VITAMINES ET DES SUPPLEMENTS NUTRITIONNELS

Le sportif doit s'assurer que tous médicaments, vitamines, suppléments nutritionnels, préparations diététiques en vente libre ou toutes autres substances qu'il utilise, ne contiennent aucun produit dopant.

Il ne doit jamais commander de produits par Internet ou par l'intermédiaire d'un magazine. Ces produits sont susceptibles d'être contaminés notamment avec de la Nandrolone ou contenir de fortes concentrations d'éphédrine par exemple. En sachant qu'une nourriture équilibrée limite fortement la nécessité d'utiliser ce genre de substances, il vous est conseillé une extrême vigilance sur l'origine du produit et une connaissance exacte sur les conditions de sa fabrication. Dans le cas contraire, vous devez absolument vous abstenir.