



FEDERATION FRANCAISE DE TIR

LIGUE REGIONALE LANGUEDOC - ROUSSILLON



COMITE DEPARTEMENTAL DE TIR DE L'HERAULT

LUTTE ANTIDOPAGE : CE QU'IL FAUT SAVOIR

(Etude réalisée et rédigée par le Docteur Pierre CAÏZAC)

1 - LE DOPAGE : DEFINITION	PAGE 2
2 - L'AGENCE FRANCAISE DE LUTTE CONTRE LE DOPAGE	PAGE 2
3 - LES OBJECTIFS ET LES MOYENS	PAGE 3
4 - COMMENT PREVENIR LE DOPAGE	PAGE 4
5 - PROCEDURES ET SANCTIONS CONSECUTIVES A UN DOPAGE	PAGE 5
6 - SPORT ET MEDICAMENTS	PAGE 6
7 - PRODUITS ET MEDICAMENTS AUTORISES OU NON	PAGE 6
8 - DEROULEMENT HABITUEL D'UN CONTRÔLE ANTI-DOPAGE	PAGE 8
9 - CONCLUSION	PAGE 9



1 - LE DOPAGE - DEFINITION :

Le dopage c'est l'utilisation de substances ou de procédés de nature à modifier artificiellement et passagèrement les capacités physiques d'un sportif, ou à masquer l'emploi de substances ou procédés ayant cette propriété, substances susceptibles également de nuire à sa santé.

Cette lutte antidopage implique une mobilisation générale aussi bien nationale qu'au niveau européen et même mondial et ceci afin de garantir une loyauté et une crédibilité des grands événements sportifs. Les principaux acteurs et intervenants nationaux sont le Ministère de la jeunesse, des sports et de la vie associative, la loi du 5 avril 2006 a créé ***l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD)*** et les ***Antennes Médicales de Prévention du Dopage (AMPD)***.

Le but est donc de coordonner les activités en matière de recherche, éducation, information dans le domaine de la santé des sportifs et de la lutte contre le dopage chez tous les sportifs quelque soit leur niveau de pratique. Ce sont des activités de recherche dans le domaine des méthodes de détection des substances et d'analyse des effets de ces substances ou de procédés dopants.

Le ***Comité National Olympique et Sports Français (CNOSF)*** a institué la « fondation Sport Santé » afin d'informer et de prévenir les pratiquants, leur encadrement mais également leurs familles ou le milieu médical sur les dangers de ce dopage.

2 - L'Agence Française de Lutte contre le Dopage

Le rôle de cette agence est :

- D'organiser les contrôles antidopage par le département, des contrôles lors des compétitions et entraînements se déroulant en France, en dehors des compétitions internationales. L'AFLD organise aussi le contrôle tant en matière de dopage humain que de dopage animal.
- D'analyser les échantillons prélevés
- D'assurer les sanctions administratives de suspension



- De délivrer les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) de substances ou de procédés interdits, après qu'un comité d'experts médicaux ait examiné le dossier déposé par le sportif.
- D'assurer la prévention et la recherche dans le domaine du dopage.
- De conduire une action internationale avec l'A.M.A. (Agence Mondiale anti- Dopage) qui, elle même, permet de promouvoir et de coordonner la lutte contre le dopage dans le sport sur le plan international. Elle coordonne le développement et la mise en place du code mondial antidopage.

3 - Les objectifs et les moyens :

La lutte contre le dopage constitue une préoccupation majeure du Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.

Ce dopage affecte une grande variété de disciplines sportives, et ce, à tous les niveaux de pratique.

Cette lutte est renforcée actuellement par la création de l' **AFLD** (qui est donc une autorité administrative indépendante) qui veille à l'efficacité et à l'effectivité de cette lutte, par la création des **AMPD**, qui prennent en charge les sportifs ayant eu recours à des pratiques dopantes ou susceptibles d'y recourir.

Elle agit dans la répression de certaines infractions graves telles que les sanctions pénales envers les trafiquants et pourvoyeurs.

Les Fédérations Sportives jouent également un rôle important dans la mesure ou elles exercent un rôle de pouvoir disciplinaire sur le sportif, surveillance médicale vis à vis du sportif (certificat médical d'absence de contre indication de sport) et surveillance complète du sportif de haut niveau.

Il existe également des moyens financiers qui ont suivi une courbe ascendante. Cela a permis de financer et soutenir l' AFLD, de soutenir des projets d'études et de recherche ,de faciliter l'augmentation du nombre d'analyses et de prélèvements urinaires, de mettre à la disposition du sportif et de son entourage une antenne médicale dans chaque région, ainsi qu'un dispositif national d'écoute téléphonique (**Numéro vert écoute dopage : 0800 15 2000**).



Ces moyens permettent également de soutenir les Fédérations dans le cadre de suivi du sportif de haut niveau sur le plan médical, l'encadrement médical des compétitions et les actions de prévention. Ils permettent enfin la mise en place de prévention du dopage en coordonnant l'ensemble des acteurs concernés.

4 - Comment prévenir le dopage ?

Le sport est un facteur reconnu de protection de la santé. On sait que dans les pays industrialisés, on vit mieux et plus longtemps en pratiquant une activité physique adaptée et bien conduite; dans certaines pathologies, elle est considérée comme une véritable thérapeutique.

Par contre, dans certains cas, elle peut constituer un facteur de risque tel que le détournement de la fonction médicale au profit d'une aide à la performance toujours plus importante.

La loi du 5 avril 2006 codifie le sport et propose donc des réponses à la protection de la santé du sportif et de lutte contre le dopage. Prévention, soin et répression sont les 3 grands axes de cette loi : prévention du dopage, avec la formation, notamment, des médecins sportifs, enseignants, animateurs, initiateurs encadrant une activité sportive.

Les Fédérations Sportives veillent au bon déroulement des calendriers, afin de ne pas perturber la santé de leurs licenciés. De plus, elles développent la prévention face l'utilisation de substances et de procédés dopant pouvant nuire à la santé de leurs licenciés.

Le premier élément c'est la production d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique d'un sport, au moment de la demande d'une première licence, avec ensuite obligation de signer les licences suivantes si il n'y a pas de contre-indication nouvelle pour ce sport.

Mise en place par le Ministère de la Jeunesse et des Sports d'un numéro vert "**Ecoute Dopage**" qui reçoit surtout des demandes d'information, demande d'aide à la résolution de problème, et demande de soutien médical, psychologique ou social.



Mise en place également de la mallette "**Le sport pour la santé**", diffusée par les Fédérations, le CROS, CDOS, DRDJS, DDJS, les CREPS et antennes médicales de prévention du dopage. Cette mallette contient en particulier un guide de prévention.

5 - Procédures et sanctions consécutives à un dopage

Lorsque le recours à des substances et ou procédés illicites est révélé par l'analyse positive des urines, une procédure disciplinaire est engagée par la Fédération concernée ou par l'A.F.L.D., si le sportif n'est pas licencié d'une fédération sportive française.

Ce sportif peut demander une contre expertise dans un délai de 5 jours à compter de la réception de la lettre lui annonçant les griefs retenus contre lui.

Dans le cas où cette contre-expertise confirme le résultat initial, il y a ouverture d'une instruction par l'instance fédérale qui procède à l'audition du sportif, celui-ci pouvant être assisté d'un avocat ou autre personne de son choix.

Si le sportif ne se présente pas à un contrôle antidopage, une procédure disciplinaire peut être également engagée. De la même façon, ce sera la même procédure pour un sportif de haut niveau ou professionnel qui ne communique pas sa localisation pour un éventuel contrôle. Cette procédure concernera également une personne qui s'oppose à un contrôle ou une personne participant à un trafic de produits dopants; dans ces deux derniers cas, des sanctions pénales sont prévues.

Les sanctions sont variables et prononcées par l'organisme disciplinaire fédéral et peuvent être lourdes. Dans le cas d'un sportif bénéficiant d'une autorisation d'usage thérapeutique (AUT) délivrée par l'A.F.L.D. et correspondant à une analyse positive, le président de l'organe disciplinaire de 1^{er} instance classe en général l'affaire après avis du médecin fédéral.



6 - Sport et Médicaments :

Certains médicaments sont soumis à une restriction d'usage; ils font alors l'objet d'une notification médicale et ce, préalablement à tout contrôle antidopage.

Cet acte de prescription doit être présenté lors de tout contrôle.

Certains médicaments incompatible avec le sport sont interdits; leur prescription, à des fins strictement médicales, impose l'arrêt de la pratique sportive. Cette contre-indication devra être notifiée par le prescripteur.

7 - Produits et Médicaments autorisés ou non:

Ne consommez aucun médicament sans avoir consulté la liste des produits interdits ou sans avoir consulté un spécialiste. Avertir tout médecin, dentiste, ou pharmacien consulté de votre état de sportif et des restrictions médicamenteuses entraînées par cet état.

Attention à certains médicaments autorisés mais contenant une substance qui va se transformer dans l'organisme en une substance interdite et qui va se révéler dans le contrôle des urines. C'est le cas, pour donner un exemple, de produits à base de codéine qui sont autorisés mais la codéine va se transformer en morphine dans l'organisme. Celle-ci, étant interdite, va se retrouver dans les urines et rendre donc positif un éventuel contrôle antidopage.

Soyez très vigilants avec les médicaments non connus , surtout en pays étrangers, ainsi qu'avec les préparations nutritionnelles à base de plantes, qui peuvent aussi contenir des substances interdites.

Il faut cependant se soigner, malgré tous ces problèmes de dopage. **Les médicaments suivants, commercialisés en France, sont cités à titre d'exemple, et font partie des médicaments autorisés (à contrôler toutefois à la date de lecture de cette étude, les listes ayant pu évoluer depuis la rédaction de cette étude)**

- **Douleurs et fièvre** : Doliprane, Dafalgan , Aspégic, Aspirine UPSA
- **Douleurs plus fortes** : Avafortan (*délivré seulement sur ordonnance*)
- **Toux** : Trophyrès, Toplexil, Bronchokod
- **Rhume** : Aturgyl, Rhinotrophyl
- **Allergie** : Clarityne, Xyzaal, Virlix
- **Diarrhée** : Imodium, Diarsed, Ercefuryl



- **Constipation** : Sorbitol, Forlax, Transipeg
- **Brûlures gastriques** : Xolaam, Gaviscon
- **Nausées et Vomissements** : Motilium, Primpéran, Vogalène
- **Mal des transport** : Nautamine, Mercalm, Scopoderm
- **Insomnies** : Imovane, Stilnox
- **Antispasmodiques** : Spasfon, Viscéralgine, Duspatalin, Météospasmyl
- **Contractures musculaires** : Coltramyl, Lumirelax, Myorel
- **Nervosité** : Euphytose, Phytocalm, Vagostabyl
- **Hémorroïdes** : Proctolog, Anusol, Titanoréine
- **Les Anti-inflammatoires** sont tous autorisés sauf les Corticoïdes autorisés sous certaines conditions de prescription.
- **Les Antibiotiques** sont tous autorisés sauf certaines associations (avec Probenécide en particulier).
- **Les Antifongiques** (mycoses) sont tous autorisés.

Danger des substances et des méthodes interdites:

L'utilisation des substances dopantes n'est pas sans danger pour le sportif. Certains produits (cocaïne, ecstasy, héroïne, ...) entraînent une grande dépendance physique et ou psychique chez le consommateur. D'autres produits sont des médicaments, dont l'administration abusive ou le détournement d'usage, est à l'origine d'effets secondaires négatifs pour l'organisme: c'est le cas de l'E.P.O, hormone de croissance, Insuline, etc ...

Les stimulants possèdent les risques de toute substance active sur le psychisme (nervosité, agressivité, troubles cardio-vasculaires).

Les Stéroïdes androgènes et autres anabolisants ont des effets masculinisant chez la femme et sont à l'origine de troubles de la libido, d'agressivité, de rupture tendineuse.

Les Hormones peptidiques et assimilées entraînent une dysrégulation physiologique interne.

Avec des conséquences à court et à long terme, par exemple, les effets secondaires de l'E.P.O. sont la survenue d'Accidents Vasculaires Cérébraux, d'Hypertension Artérielle, d'Embolies pulmonaires, etc ...

Les Diurétiques entraînent un état de déshydratation.

Les Corticoïdes entraînent une fragilité des tendons et des muscles, des troubles cardio-vasculaires, des ulcères gastriques, etc ...



Les Bêta-2 mimétiques sont tous interdits, sauf le formotérol, le salbutamol, et la terbutaline, exclusivement sous forme d'inhalation avec justification médicale préalable pouvant prendre la forme d'une A.U.T. allégée.

8 - Déroulement habituel d'un contrôle antidopage :

Tout sportif, qu'il soit licencié ou non, participant à une compétition nationale, régionale ou départementale, organisée ou autorisée par une fédération, ou participant à un entraînement préparant une compétition, **peut être contrôlé**.

Le but de ces contrôles, organisés par l'A.F.L.D., directement ou par l'intermédiaire d'une direction régionale et départementale de la jeunesse et des sports, éventuellement à la demande d'une fédération sportive, consiste à rechercher la présence de produits figurants sur la liste de substances interdites.

Les personnes chargées des prélèvements sont des médecins agréés et assermentés. Le préleveur, responsable de ce contrôle, est muni d'un ordre de mission émanant de l'A.F.L.D., ou d'une D.R.D.J.S., en s'assurant la collaboration d'un délégué fédéral.

Le contrôle doit s'effectuer dans un local spécialement aménagé à cet effet. Les organisateurs doivent prévoir des boissons individuelles scellées pour favoriser la rapidité des prélèvements. Le matériel de prélèvement lui est fourni, scellé, au médecin préleveur.

En fonction des règlements des fédérations, ou bien selon l'ordre de mission, le sportif contrôlé est choisi par tirage au sort, en fonction des résultats d'une compétition ou sur libre choix du préleveur. Ce sportif va alors recevoir personnellement une notification individuelle à contre-signer et doit se présenter à la salle de contrôle muni d'une pièce d'identité, seul ou accompagné d'un membre de son entourage. En cas de refus ou d'abstention, le sportif sera sanctionné de la même façon que s'il était convaincu de dopage.

Afin de prévenir toute tentative de tricherie, la procédure de recueil des urines se fera en présence et sous contrôle du médecin. Cette urine recueillie est répartie dans deux flacons scellés et codés.

Il faut savoir qu'un contrôle antidopage peut comprendre un entretien médical avec le sportif. La prise de médicaments, comme le bénéfice d'une A.U.T., doit être mentionné dans le procès-verbal du contrôle.



Un procès-verbal récapitulatif est rédigé par le médecin contrôleur en plusieurs exemplaires. Il comprend les numéros de code des flacons, ainsi que tous les renseignements fournis par le sportif. Ce dernier doit relire ce procès-verbal avant de le signer; le préleveur fait de même. A ce stade, le sportif repart avec un exemplaire de ce procès-verbal; pour lui la procédure de prélèvement est terminée.

Les échantillons sont alors transmis au département des analyses de l'A.F.L.D.. La recherche des substances interdites se fait sur le flacon A, le flacon B sera stocké en vue d'une éventuelle contre-expertise. Les résultats sont envoyés confidentiellement au président de la Fédération concernée, qui doit en informer le sportif licencié. l'A.F.L.D informe, pour sa part, le sportif non licencié d'une fédération sportive française.

9 - CONCLUSION :

La lutte contre le dopage s'intensifie donc de plus en plus par la mise en place d'organismes multiples qui coordonnent cette lutte.

Il faut savoir que toute prise de substances toxiques ou tout procédé de dopage représente un danger à cours ou à long terme (les exemples sont nombreux) pour la santé des sportifs.

Le meilleur dopage consiste en une bonne préparation physique du sportif et une bonne hygiène de vie avec une adaptation des apports énergétiques.

Une bonne alimentation doit permettre de compenser les pertes dues au métabolisme et à l'effort. La ration alimentaire, sur le plan quantitatif et qualitatif, est très importante aussi bien chez le sportif de loisir, le sportif de compétition ou même l'athlète de haut niveau. Cette ration alimentaire permettra d'optimiser la performance en particulier dans les sports d'endurance. C'est cette performance qui est à l'origine du dopage dans tout type de compétition.

ALORS, POURQUOI VOULOIR ALLER TOUJOURS AU-DELA DES POSSIBILITES DE SON ORGANISME ??

Dr Pierre CAÏZAC Médecin de la Ligue de Tir du Languedoc Roussillon,
Président de la Société de Tir de Béziers