LE DOPAGE

Définition du dopage ?

Le dopage est l'utilisation par un sportif d'une substance ou d'un procédé interdit figurant sur la liste définie par la réglementation en vigueur que ce soit à l'entraînement ou lors d'une compétition (la liste peut être consultée sur le site internet dans la rubrique réglementation).

Cette liste est une succession de noms chimiques ; il est donc difficile de savoir si un médicament prescrit par un médecin est autorisé ou non.

Afin de savoir si un médicament précis est autorisé cliquez ici
Attention : en cas de doute se renseigner auprès de son médecin, le module de recherche n'étant pas exhaustif.

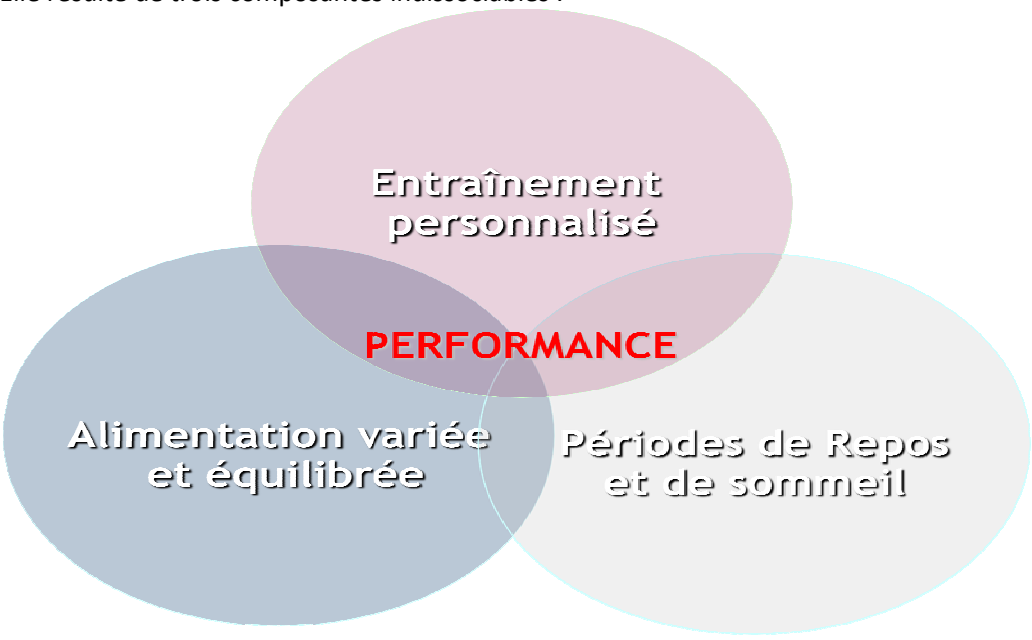
Il est à noter que la liste française des méthodes et produits interdits et la liste de l'Agence Mondiale Antidopage AMA sont désormais identiques.

Performance sans dopage

Qu'est-ce que la performance ?

La performance matérialise l'objectif sportif que chaque athlète s'est fixé d'atteindre (ambitieux mais réalisable) en respectant les règles relatives à la lutte contre le dopage.

Elle résulte de trois composantes indissociables :



1. L'entrainement : l'entraînement doit être personnalisé et adapté à l'objectif réalisable que chaque couple athlète entraîneur se fixe. Pour cela, les motivations et le projet sportif doivent être définis en tenant compte des capacités de l'athlète, et non dans un but de recherche à la performance à tout prix. Sans parler des risques encourus pour la santé et des risques de suspension, l'athlète qui réalise une performance sans respecter les règles du jeu sait bien au fond de lui-même que cette performance ne lui appartient pas.
   Elle ne pourra donc pas lui apporter les satisfactions qu'il en attendait.

2. L'alimentation : elle doit être variée et équilibrée afin d'apporter tous les éléments utiles à la pratique sportive. Afin de trouver des réponses aux questions relatives à la nutrition, cliquez ici ou ici.

3. Le repos : il est indispensable de s'aménager des périodes de repos suffisantes afin de permettre une bonne récupération après les efforts sportifs tout en restant à l'écoute de son corps.

ET C'EST TOUT …. POURTANT CERTAINS ONT RECOURS AU DOPAGE

Comment lutter conte le dopage :

Il appartient à chaque athlète de lutter contre le dopage. Pour cela, il lui incombe de:

- réfléchir à ses motivations pour la pratique sportive, aux valeurs éthiques et humaines véhiculées par la pratique de l'athlétisme, aux satisfactions multiples apportées par la réalisation d'un projet sportif ;
- s'informer des législations en cours ;
- s'informer des précautions à prendre avant de commencer un traitement médical
- s'interdire l'utilisation de toutes les drogues y compris bien sûr le cannabis ;
- chercher auprès de professionnels ou d'institutions des réponses aux questions qu'il peut se poser ;
- éviter l'auto-médication : c'est-à-dire ne pas absorber un médicament sans l'avis d'un médecin ;
- prévenir le médecin et le pharmacien de son statut d'athlète pour éviter la prescription ;
- ou la délivrance d'un médicament qui serait sur la liste des produits interdits.
- lire la notice accompagnant chaque médicament : s'il est indiqué que « l'attention des sportifs est attirée sur le fait que cette spécialité contient un principe actif pouvant induire une réaction positive des tests pratiqués lors des contrôles antidopage », il est nécessaire de ne pas prendre ce médicament, et de rappeler son médecin afin de faire, le cas échéant, une demande d'AUT.

Remarque :
Certains médicaments peuvent, sans améliorer la performance, rendre un contrôle antidopage positif (ce qui peut déclencher une sanction disciplinaire de la part de notre Fédération). Or, il convient de rappeler que le dopage est un fait objectif : le fait qu'une substance soit décelée au sein de l'organisme du sportif le rend responsable.
Cela est notamment le cas en ce qui concerne les compléments alimentaires qui peuvent être « pollués » par des substances interdites. Il est très difficile de connaître la composition exacte de tels compléments.
En moyenne 1 complément alimentaire sur 6 acheté hors pharmacie est contaminé par un ou des produits interdits, notamment de la nandrolone !

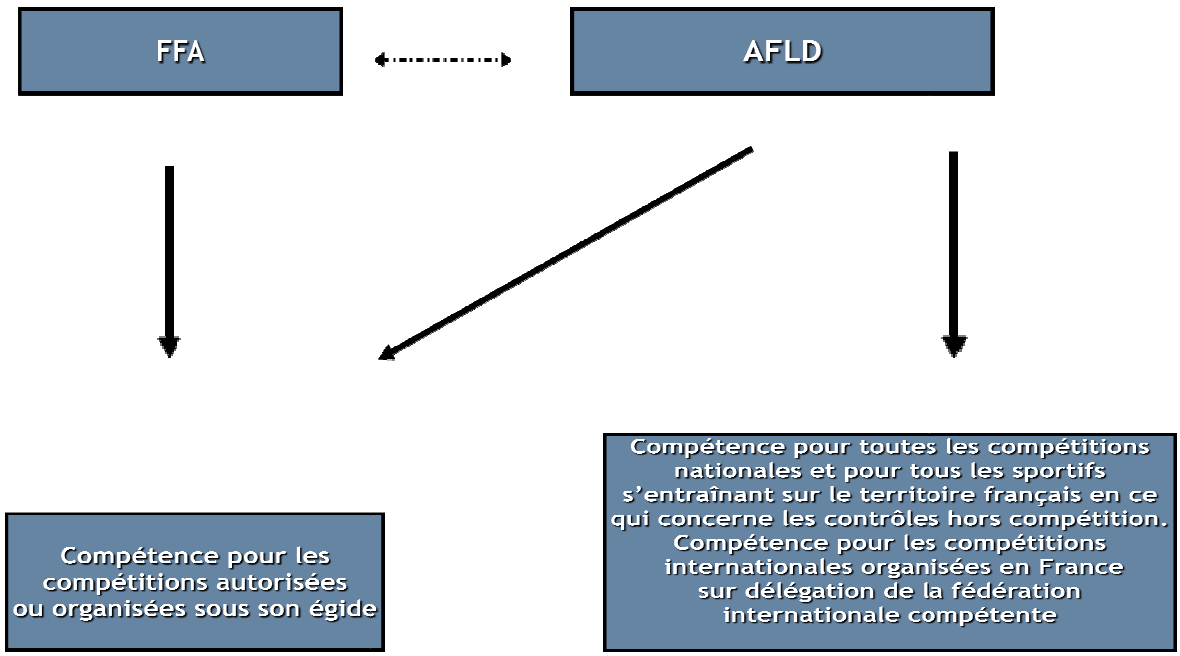
Les Autorisations d'Usage Thérapeutique

Si vous souffrez d'une maladie particulière qui ne peut se soigner qu'avec un médicament inscrit sur la liste des produits interdits, il faudra constituer, avec l'aide de votre médecin, un dossier de demande d'AUT.

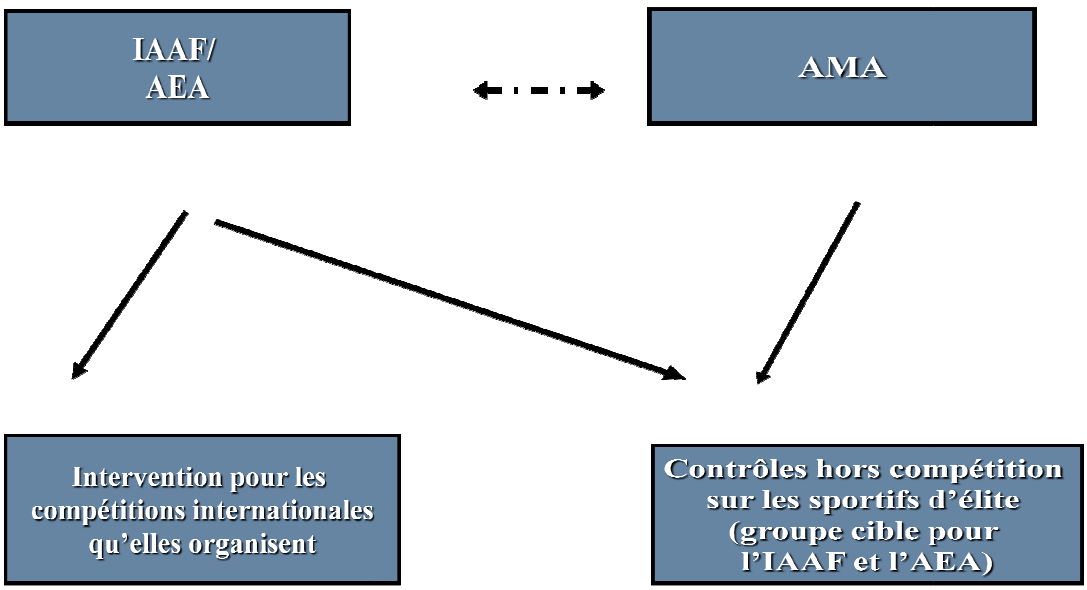
Pour plus d'informations sur les AUT, une fiche complète peut être consultée en cliquant ici

Organisation de la lutte contre le dopage

Au niveau national :



Au niveau international :



Pour en savoir plus

Pour consulter le site :

- de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage ou AFLD cliquez ici
- de l'Agence Mondiale Antidopage ou AMA cliquez ici
- le site de la Fédération Internationale d'Athlétisme ou IAAF cliquez ici

Pour appeler de façon anonyme et gratuite le numéro vert « écoute dopage », composez le 0 800 15 2000