

## VIGILANCE

Ne jamais accepter un médicament proposé par quelqu'un d'autre qu'un médecin, dentiste ou pharmacien ayant connaissance de la liste des interdictions et connaissant votre situation de sportif compétiteur.

Afin d'être certain de la composition du produit et de son origine, il est essentiel de ne jamais accepter un comprimé ou une solution sans voir son conditionnement. Le sortir soi-même de son emballage.

Lorsque vous êtes amené à prendre un médicament, 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-dopage » : ne prenez pas ce médicament même si vous avez une ordonnance vous le prescrivant, sauf si un médecin vous a interdit la pratique sportive au cours de ce traitement ou qu'une AUT a été accordée.

Renseignez-vous auprès de votre médecin de l'effet sur votre organisme du médicament (ou du complément alimentaire).

## CE QUE VOUS NE DEVEZ PAS OUBLIER

La loi pose le principe de votre responsabilité personnelle, pleine et entière. Dans le cas d'un contrôle positif constitutif d'une infraction aux règles antidopage, quelles que soient les circonstances, au final, c'est l'athlète qui est susceptible d'être sanctionné. C'est pourquoi vous devez être le seul maître de vos décisions.

Avant toute prescription, nous vous rappelons qu'il 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, à elle seule, qu'elle vous autorise à participer à une compétition et qu'elle vous absout en cas de contrôle positif. Si un produit « interdit » vous a été prescrit, il est nécessaire d'avoir reçu l'Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT) accordée par l'AFLD (en cas de compétition nationale) ou votre fédération internationale (en cas de compétition internationale).

Ce document a été réalisé avec le concours du Ministère de la Santé et des Sports et de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage.



## ATHLETES DE HAUT NIVEAU, CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

### Pourquoi ce protégé-ordonnance ?

- Pour vous accompagner lors de toute consultation médicale :  
Il informera votre médecin lors de la prescription, en lui rappelant les principales règles applicables aux sportifs et les adresses de sites Internet utiles pour connaître la liste à jour des interdictions et les modalités de délivrance des autorisations d'usage à des fins thérapeutiques (AUT).
- Au moment d'un contrôle antidopage :  
Vous êtes susceptible d'être contrôlé dans le cadre de la lutte contre le dopage. Les informations présentées dans ce document vous aideront à répondre aux questions que le préleveur peut être amené à vous poser. Vous lui présenterez, le cas échéant, votre AUT.

**C'est pourquoi nous vous conseillons de garder ce document dans votre sac de sport et de le présenter lors de toute consultation médicale, où vous devez faire état de votre qualité de sportif, tout particulièrement en cas de prescription (ou d'administration) de médicaments. Vous y insérerez vos ordonnances (des 3 derniers mois) et, le cas échéant, votre formulaire d'AUT.**

### A quelles interdictions sont soumis les sportifs dans le cadre de la lutte contre le dopage ?

L'Agence mondiale antidopage publie chaque année une nouvelle liste des interdictions qui répertorie les substances et méthodes dont l'usage est interdit dans le sport. Elle est partie intégrante de la convention internationale contre le dopage dans le sport de l'UNESCO. La liste 2009 a été adoptée en France par le décret du 26 janvier 2009, en application de l'article L.232-9 du Code du sport.

Certaines familles de substances sont interdites en permanence (agents anabolisants, hormones peptidiques, bêta-2 agonistes, antagonistes et modulateurs hormonaux, diurétiques et produits masquants), d'autres uniquement en compétition (stimulants, narcotiques, cannabis et glucocorticoïdes).

Certaines substances ne concernent que quelques disciplines (alcool, bêta-bloquants) : vous devez vous renseigner pour savoir si votre sport est concerné.

Toutes les substances interdites sont considérées comme des substances « spécifiées », sauf celles appartenant aux classes S1, S2, S4.4 et S6.a de la liste des interdictions. Les infractions liées à l'utilisation d'une substance spécifiée pourront entraîner une sanction réduite si vous pouvez établir votre non-intention d'améliorer vos performances ou de masquer l'utilisation d'une substance interdite.

Les méthodes interdites le sont en permanence et ne sont pas considérées comme spécifiées (dopage sanguin, manipulations physiques ou chimiques incluant les perfusions, dopage génétique).

## ATHLETES DE HAUT NIVEAU, CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

### Vous devez être vigilant :

- sur la durée d'élimination des substances (en effet même si vous prenez un traitement interdit uniquement en compétition, vous devez vous assurer que la substance sera complètement éliminée lors de votre retour à la compétition). En cas de doute, il vous est possible de demander une AUT,
- au respect de la posologie des traitements médicaux qui vous sont prescrits,
- sur les dates considérées comme périodes de compétition (par exemple les athlètes participant aux Jeux Olympiques de Vancouver sont en compétition dès le 4 février 2010 alors que la cérémonie d'ouverture est prévue le 12 février 2010).

### Au sujet du cannabis

Outre le fait que les cannabinoïdes sont des produits stupéfiants, dont l'usage est pénalement sanctionné en France, ils figurent sur la liste des substances interdites en compétition. La période d'élimination du cannabis est très longue (plusieurs semaines).

### Au sujet des vitamines et des compléments alimentaires

Une alimentation variée et équilibrée suffit dans la très grande majorité des cas à apporter les nutriments nécessaires à l'organisme du sportif, et il n'est pas justifié, sauf avis médical (pathologies ou carences), d'utiliser ces substances.

Si vous êtes amené, sur conseil d'un professionnel compétent, à utiliser, des vitamines, un complément alimentaire ou une préparation diététique, vous devez vous assurer qu'il ne contient aucune substance interdite. Une extrême vigilance s'impose sur l'origine du produit et les conditions de fabrication. Il est particulièrement déconseillé de commander des produits par Internet ou par l'intermédiaire d'un magazine. Les compléments alimentaires sont notamment susceptibles d'être contaminés avec de la Nandrolone (anabolisant) ou de contenir de fortes concentrations d'éphédrine.

Si vous avez le moindre doute, vous devez absolument vous abstenir.

## COORDONNÉES UTILES

### • Liste à jour des interdictions (substances et méthodes interdites) :

Ministère chargé des sports : [www.santessport.gouv.fr](http://www.santessport.gouv.fr)  
 Agence Française de Lutte contre le Dopage : [www.aflld.fr](http://www.aflld.fr)  
 Agence Mondiale Antidopage : [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

## AUTRES SITES À CONNAÎTRE

Site du CNOSF : [www.franceolympique.com](http://www.franceolympique.com)  
 Site des Antennes médicales de prévention du dopage : [www.dop-sante.net](http://www.dop-sante.net)  
 Site Ecoute dopage : [www.dopage.com/ecoute-dopage/presentation-83.html](http://www.dopage.com/ecoute-dopage/presentation-83.html)

## INFORMATIONS A PRESENTER A VOTRE MEDECIN

### Au sujet des autorisations d'usage à des fins thérapeutiques (AUT)

Les AUT ont pour finalité de permettre à tout sportif dont l'état de santé (aigu ou chronique) nécessite la prise de médicaments interdits par les règles antidopage, de participer à des compétitions sans encourir de sanctions en cas de contrôle positif, pour les substances et posologies déclarées.

L'AUT permet au sportif de prendre le traitement dont il a besoin (pour la durée et la dose précisées) si aucune alternative thérapeutique « autorisée » n'existe et s'il ne procure pas une amélioration de la performance autre que celle liée au retour à l'état de santé normal.

Est concerné tout sportif susceptible de participer à des compétitions ou manifestations sportives organisées ou autorisées par une fédération française agréée (demande d'AUT soumise à l'AFLD) ou participant à des compétitions relevant d'une fédération internationale (demande d'AUT soumise à la fédération internationale concernée).

### Procédure AUT

Sauf urgence médicale, le dossier complet de la demande (qui comprend notamment un dossier médical documenté) doit être déposé trente jours avant la première compétition pour laquelle l'autorisation est demandée. L'instance délivrant l'AUT dispose alors de trente jours pour rendre sa décision sur avis d'un comité d'experts (CAUT).

En cas d'accord, le sportif sera en mesure de présenter au préleveur, le formulaire d'autorisation délivré par l'AFLD ou la FI.

### Cas particuliers

A) Les formes topiques (utilisées en usage local pour traiter les affections auriculaires, buccales, dermatologiques, gingivales, nasales, ophtalmologiques et péri-anales) ne sont pas interdites aux sportifs.

B) L'utilisation de glucocorticoïdes par voie non systémique et non topique, (voie inhalée ou injections intra-articulaires, péri articulaires, péri tendineuses, épidurales, intradermiques), doivent faire l'objet d'une déclaration d'usage auprès de l'AFLD et/ou de la FI. Cette déclaration doit impérativement mentionner le diagnostic, le nom de la substance, la posologie, ainsi que le nom et les coordonnées du médecin. Elle pourra être prise en compte, le cas échéant, en cas d'analyse positive à la substance ainsi déclarée. Il est recommandé d'adresser cette déclaration à l'AFLD dès la délivrance de la prescription.

Le sportif devra en outre signaler cette utilisation thérapeutique au préleveur et l'inscrire sur le formulaire de contrôle antidopage.

C) L'administration de glucocorticoïdes par voie systémique relève d'une demande d'AUT.

### Cas particulier des demandes d'AUT liées à l'asthme et ses variantes cliniques :

L'utilisation des bêta 2-agonistes par voie inhalée relève désormais de la procédure d'AUT standard.

En cas de traitement impliquant des bêta 2-agonistes par voie inhalée et des glucocorticoïdes par voie inhalée, par mesure de simplification, l'AFLD considère que la mention de l'usage de glucocorticoïdes sur le formulaire d'AUT concernant les bêta 2-agonistes, vaut déclaration d'usage.