

SPORTIFS, PRÉSENTEZ-VOUS !

Le sportif est responsable de tout ce qu'il consomme en cas de contrôle : c'est le principe de la "responsabilité objective du sportif" en application du Code du sport.

- Vous devez vous assurer que les médicaments et/ou les compléments alimentaires que vous prenez ne comportent pas de substance interdite (ou dérivés).
- Faites-vous connaître comme sportif auprès de votre pharmacien afin qu'il puisse vous apporter des conseils adaptés au sujet de la prise de médicaments.
- Consulter le moteur de recherche de l'AFLD pour connaître le statut de votre médicament : <https://medicaments.afld.fr/>
- Vous pouvez contacter l'AMPD (Antenne médicale de prévention du Dopage) de votre région.



**MON
MÉDICAMENT
EST-IL
DOPANT ?**

L'AFLD propose un moteur de recherche gratuit pour savoir si un médicament français contient une substance interdite : <https://medicaments.afld.fr/>

POUR EN SAVOIR PLUS

AGENCE MONDIALE ANTIDOPAGE (AMA)
www.wada-ama.org/fr

**AGENCE FRANÇAISE DE LUTTE
CONTRE LE DOPAGE (AFLD)**
<https://sportifs.afld.fr>

ANTENNES MÉDICALES DE PRÉVENTION DU DOPAGE (AMPD)
- site internet : www.ampd.fr
- coordonnées : www.sports.gouv.fr/prevention/dopage/ Vous-etes-sportif/Un-reseau-a-votre-service/

MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS
www.sports.gouv.fr/prevention/dopage

**COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF
FRANÇAIS (CNOSF)**
<http://cnosf.franceolympique.com/cnosf/>



AMPD.FR
LE SITE
DES ANTENNES MÉDICALES
DE PRÉVENTION DU DOPAGE

Cespharm+
ÉDUCATION ET PRÉVENTION
POUR LA SANTÉ



Photos : © Thinkstock
www.tand-m.com

SPORT ET MÉDICAMENTS PAS N'IMPORTE COMMENT

**MÉFIEZ-VOUS
DU DOPAGE ACCIDENTEL !**



**RESTEZ VIGILANTS, PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTÉ
PARLEZ-EN AVEC VOTRE PHARMACIEN**

QU'EST-CE QUE LE DOPAGE ?

Le dopage est l'utilisation, par un sportif, de substances ou méthodes interdites pour améliorer ses performances à l'entraînement et/ou en compétition.

Le refus de se soumettre à un contrôle antidopage ou la tentative de fausser les résultats d'un contrôle sont également considérés comme des violations des règles antidopage.



LES SUBSTANCES ET MÉTHODES INTERDITES

Chaque année, l'Agence mondiale antidopage (AMA) établit "la Liste des Interdictions", reprise par l'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD). Cette liste s'applique à tous les sportifs et comprend 3 champs d'interdiction :

- ✓ substances et méthodes interdites EN PERMANENCE
- ✓ substances et méthodes interdites EN COMPÉTITION
- ✓ substances et méthodes interdites DANS CERTAINS SPORTS

Liste disponible sur :

- www.aflld.fr/
- www.wada-ama.fr/liste-des-interdictions

SE SOIGNER LORSQU'ON EST SPORTIF : L'AUTORISATION D'USAGE À DES FINS THÉRAPEUTIQUES

- ⌚ En cas de nécessité, un sportif peut suivre un traitement médical incluant une substance interdite dans le cadre d'une Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT).
- ⌚ Les critères d'obtention d'une AUT sont stricts : traitement nécessaire étant donné l'état de santé du sportif, absence de traitement alternatif, pas d'amélioration des performances du sportif par rapport à son état de santé "normal", état pathologique non lié à un dopage antérieur.
- ⌚ La demande d'AUT doit être remplie de manière motivée et détaillée par le médecin traitant (ou prescripteur) et adressée par le sportif à l'autorité compétente : l'AFLD pour les sportifs de niveau national ou la fédération internationale pour les sportifs de niveau international.

DOPAGE : QUELS SONT LES RISQUES ?



POUR LA SANTÉ :

Les méthodes et substances interdites peuvent avoir des effets indésirables réversibles ou non, et parfois mortels :

- **au niveau physique** : atteintes des muscles et des os, atteintes des organes vitaux (cœur, reins, foie, intestins, poumons,...), troubles sexuels, cancers, ...
- **au niveau psychique** : modification du comportement, perte du contrôle de soi, agressivité, dépendance, troubles de l'humeur, baisse de la concentration ...



POUR LA CARRIÈRE :

La détection d'usage de produits dopants peut entraîner des sanctions disciplinaires (suspension temporaire ou définitive), sportives (déclassement) et financières (perte des gains) qui font l'objet d'une publication nominative.



POUR L'ÉTHIQUE :

Le dopage porte atteinte aux valeurs fondamentales du sport que sont notamment le courage, l'honnêteté, le respect des règles et des autres compétiteurs, l'exemplarité.

LES 7 RÉFLEXES DU SPORTIF

- ✓ Avertissez tout professionnel de santé de votre statut de sportif.
- ✓ Pour toute prise de médicament, demandez conseil à votre pharmacien et/ou votre médecin en lui signalant vos autres traitements ainsi que les compléments alimentaires que vous prenez.
- ✓ Soyez vigilant avec les médicaments de votre armoire à pharmacie familiale et ne les prenez pas sans vous être assuré de leur statut vis-à-vis de la réglementation anti-dopage. Consultez le moteur de recherche de l'AFLD (voir au dos).
- ✓ Avant de prendre tout médicament, consultez sa notice, en particulier les mises en garde spécifiques aux sportifs.
- ✓ Respectez les modalités de prise (posologie, horaires de prise, durée de traitement ...)
- ✓ Signalez au pharmacien ou au médecin tout effet indésirable survenant suite à la prise d'un médicament ou déclarez-le directement sur le portail : <https://signalement.social-sante.gouv.fr>
- ✓ Ne prenez jamais :
 - un produit inconnu dont la composition exacte n'est pas mentionnée ou qui n'est pas dans son emballage d'origine.
 - un médicament acheté sur internet hors des sites autorisés de vente en ligne de médicaments. La liste des sites français autorisés est disponible sur www.ordre.pharmacien.fr.

SPORTIFS SOYEZ VIGILANTS ! MÊME UN MÉDICAMENT DÉLIVRÉ SANS ORDONNANCE PEUT CONTENIR UNE SUBSTANCE INTERDITE. DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE PHARMACIEN.