

Fiche d'information pour le sport de compétition

Résumé des principales informations complémentaires destinées aux athlètes.

Ce qui est interdit : résumé des infractions

- Présence d'une substance interdite dans le corps d'un athlète, (tentative de) usage d'une substance interdite ou d'une méthode interdite
- Empêchement, refus ou omission de se soumettre au prélèvement d'un échantillon
- Association interdite avec des entraîneurs, des médecins ou d'autres personnes encadrant des athlètes faisant [l'objet d'une suspension](#)
- Complicité lors d'une violation (ou d'une tentative de violation) des règles antidopage
- Possession, (tentative de) trafic ou (tentative de) administration d'une substance interdite
- Possession ou (tentative de) trafic d'instruments pour l'application d'une méthode interdite
- Violation répétée de l'obligation de renseigner (pour les athlètes faisant partie d'un groupe cible)

Je comprends les conséquences du dopage




- Sanction et suspension dans le sport
- Changements corporels et psychiques en raison des effets secondaires ; graves problèmes de santé
- Problèmes financiers liés à la suppression et au remboursement de l'apport financier et du sponsoring, ainsi que des difficultés pour les athlètes dopés sur le marché du travail
- Perte de prestige et de respect de la part de la famille, des amis, de l'employeur ; exclusion sociale

Les aspects que je dois considérer dans mon quotidien d'athlète

Strict Liability

Je suis la seule personne responsable qu'aucune substance interdite ne se trouve à aucun moment dans mon organisme. Ces substances figurent par exemple dans l'alimentation, dans les suppléments alimentaires, dans les médicaments et dans les produits à base de plantes.

Trois étapes sont utiles à cet effet :

-  **J'informe** mon entourage que je dois respecter les règles antidopage et j'explique ce que cela signifie. Dans le cas d'un traitement médical ou d'une consultation professionnelle, j'informe le spécialiste concerné que je suis soumis aux règles antidopage.
-  Je **vérifie** préalablement le statut d'interdiction de tout médicament avec la base de données « DRO Global » sur www.antidoping.ch ou avec l'application mobile. Je garde un sens critique sur les compléments alimentaires.
-  Je **demande** conseil à des gens en qui j'ai confiance. Antidoping Suisse me soutient également.

Médicaments

Les médicaments peuvent avoir, dans plusieurs pays, un nom identique, mais néanmoins contenir des substances différentes. Par conséquent, je prends uniquement des médicaments achetés en Suisse et contrôlés personnellement. Lorsque j'achète des médicaments à l'étranger, j'interroge la base de données des médicaments de l'agence antidopage du pays concerné.

- **Statut d'interdiction** : Antidoping Suisse peut indiquer le statut d'interdiction uniquement pour les médicaments enregistrés en Suisse. Ce n'est pas le cas pour les compléments alimentaires, car ils ne sont pas réglementés par Swissmedic.
- **AUT** : lorsque des athlètes ont besoin, pour des raisons médicales, d'une substance ou d'une méthode interdite, ils doivent disposer d'une [autorisation d'usage à des fins thérapeutiques \(AUT\)](#).
- Les **aérosols** pour le traitement de l'asthme - dépendant des substances contenues, du dosage et de la voie d'administration - peuvent être interdits, autorisés ou seulement autorisés jusqu'à une certaine limite de dosage selon la liste des interdictions. Le statut d'interdiction doit donc toujours être vérifié individuellement en consultant la base de données « DRO Global ».

- Les **perfusions** et/ou injections intraveineuses de plus de 100 ml par période de 12 heures sont une méthode interdite selon la liste des interdictions. Ceci s'applique quelle que soit la substance active contenue. Cela signifie que les perfusions de fer ou de solutions salines sont aussi interdites à partir de 100 ml.
- **Médicaments contre les refroidissements** : les médicaments contre les refroidissements peuvent contenir des stimulants interdits en compétition. En cas d'application (voir la notice), il est recommandé d'arrêter de les prendre au moins 48 heures avant une compétition. En outre, il existe en Suisse différents médicaments qui ne contiennent pas de substances interdites.

Compléments alimentaires ou suppléments

Dans la majorité des cas, les compléments alimentaires ne sont pas nécessaires, sont onéreux et peuvent présenter des risques. Ils devraient être utilisés uniquement après avoir consulté des spécialistes, afin d'éviter d'éventuels effets secondaires non désirés.

- **Contamination** : les compléments alimentaires peuvent contenir des substances interdites ou dangereuses sans que leur présence ne soit déclarée. Ceci est dû à des installations de production contaminées ou à un mélange délibéré pour augmenter l'effet du produit.
- **Choix des produits** : l'extrême prudence dans le choix des produits est essentiel. Les contenus et les fabricants doivent être soigneusement vérifiés. Il est recommandé de recourir à des produits certifiés ou à des fabricants suisses dignes de confiance et produisant pour le sport de compétition. Antidoping Suisse conseille fortement de renoncer à importer des produits ou à les commander sur Internet.

Cas particuliers

- **Aliments contaminés** : en Chine, au Guatemala et au Mexique, il s'est avéré que des substances interdites ont été retrouvées dans la viande, causant des cas de dopage involontaires. La précaution est nécessaire (voir «[Contamination alimentaire](#)»).
- Le **cannabis** est interdit en compétition et sa présence peut être prouvée pendant plusieurs jours ou semaines après sa consommation lors des contrôles antidopage en compétition. Antidoping Suisse par conséquent recommande aux athlètes de renoncer à la consommation de cannabis.

Contrôles antidopage

- **Déroulement** d'un contrôle antidopage: www.antidoping.ch/fr/deroulement
- **Whereabouts** : les athlètes faisant partie d'un groupe cible doivent communiquer régulièrement leurs lieux de séjour. Informations détaillées: www.antidoping.ch/fr/groupecibles

J'ai une opinion claire !

- Je réfléchis comment réaliser et réussir mes performances et je refuse de recourir à des raccourcis.
- Je ne tolère pas le dopage dans mon entourage et je signale toute observation en la matière à Antidoping Suisse.
- Je m'exprime publiquement sur les médias sociaux au sujet de #cleansport et je me déclare comme athlète propre.

Contacts

Antidoping Suisse répond à toutes vos questions : whereabouts@antidoping.ch; +41 (0)31 550 21 21.

- ☑ Site Internet : www.antidoping.ch
 - Accès à la base de données sur les médicaments [DRO Global](#) (ou via l'application mobile)
 - E-Learning [Clean Winner](#)
 - [Transmission de messages anonymes](#) en cas de soupçon de dopage
- ☑ Social Media :
 - www.twitter.com/@antidoping_ch
 - www.facebook.com/antidoping.ch