



# Fiche d'information sur l'antidopage

## PRÉVENTION

---

Les dispositions antidopage s'appliquent à tous les sportifs et sportives titulaires d'une licence ou ainsi qu'à tous les membres d'un club ou d'une fédération affiliée à Swiss Olympic. Cela signifie notamment que **chaque athlète est seul-e responsable** des substances trouvées dans ses échantillons lors d'un contrôle de dopage. D'une manière générale, nous conseillons:

- de ne pas prendre de médicament avant d'avoir vérifié dans la [base de données sur les médicaments](#) de Swiss Sport Integrity s'il est inscrit dans la liste des produits dopants.
- de veiller, lors d'un voyage, à emporter ta propre pharmacie ne contenant que des médicaments autorisés.
- d'apporter ta liste de médicaments (dans l'idéal avec des photos des emballages) lors des Testing Days du Centre national de performance du sport en fauteuil roulant (CNP).

Le site de [Swiss Sport Integrity](#) fournit de nombreuses informations sur le sujet.

## MALADE OU BLESSÉ-E?

---

Certains médicaments contiennent des substances interdites, selon la liste des interdictions, et peuvent conduire à un contrôle antidopage positif. **Vérifie toujours tes médicaments avant de les utiliser.**

- [Base de données sur les médicaments](#)
- [Plus d'informations](#)

La médecine du sport de Nottwil se tient à tout moment à ta disposition pour répondre à tes questions.

Si, en recherchant dans la base de données des médicaments, tu t'aperçois qu'un des tiens apparaît en orange ou en rouge (substance partiellement ou totalement interdite), adresse-toi immédiatement à la médecine du sport de Nottwil. Nos médecins te conseilleront et t'indiqueront des alternatives.

## AUTORISATION D'USAGE À DES FINS THÉRAPEUTHIQUES (AUT)

---

Il existe des situations dans lesquelles les athlètes ont besoin, pour des raisons de santé, d'une substance ou d'une méthode interdite par la liste des produits dopants. Dans ce cas, les règles antidopage prévoient une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques, ou [AUT](#) (en anglais: Therapeutic Use Exemption, TUE). Une AUT préalable signifie qu'une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques valable doit être délivrée avant le début de la thérapie comprenant une substance ou une méthode interdite. Les athlètes suivant-e-s doivent obtenir une **AUT préalable**:

- Tous les athlètes qui, selon la définition de Swiss Sport Integrity, font partie du pool AUT. Plus d'informations et vérification de l'appartenance au pool AUT: [Pool-AUT](#)
- Tous les athlètes définis comme «International Level Athlete» (ILA) par la fédération internationale concernée.



L'athlète peut vérifier si sa fédération internationale l'a classé-e ILA en se rendant sur le site Internet de celle-ci.

## **COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES**

---

La performance des athlètes s'appuie sur une alimentation de base saine et équilibrée. Pour répondre à des situations et des besoins individuels et spécifiques à la discipline sportive, les compléments alimentaires peuvent compléter l'alimentation de base, mais jamais la remplacer. Les compléments alimentaires présentent un risque de dopage, car ils peuvent être contaminés par des substances interdites. Pour minimiser ce risque, il convient de suivre ces deux principes:

- [Déterminer les besoins individuels avec un·e spécialiste](#)
- [Tenir compte des critères d'exclusion et de sélection de Swiss Sport Integrity](#)

Davantage d'informations: [Guide des suppléments nutritionnels de Swiss Sports Nutrition Society](#)

## **CONTRÔLES ANTIDOPAGE**

---

Pour assurer l'égalité des chances, l'équité et l'éthique du sport, il n'y a pas d'autre solution que de recourir aux contrôles antidopage. Le système de contrôle antidopage est dans l'intérêt des athlètes honnêtes. En principe, il n'y a pas de limite de temps, les contrôles antidopage peuvent avoir lieu à tout moment et partout. En tant que para-athlète, il est important d'observer ces deux points:

- La convocation à un contrôle antidopage doit être respectée. Il faut s'y soumettre. Un refus peut entraîner une suspension.
- Il est de la responsabilité des para-athlètes de se munir de l'équipement supplémentaire nécessaire pour fournir un échantillon d'urine, comme par exemple un cathéter/système de drainage.

Tu trouveras plus d'informations sur le déroulement du contrôle sur le site de [Swiss Sport Integrity](#).

## **CONTACT**

---

Si tu as des questions, le Dr Phil Jungen, le Dr Robert Werder de la médecine du sport de Nottwil ainsi que les managers des disciplines sportives de Sport suisse en fauteuil roulant se tiennent à ta disposition.

- Médecine du sport, Nottwil: +41 41 939 66 00 / [sportmedizin@sportmedizin-nottwil.ch](mailto:sportmedizin@sportmedizin-nottwil.ch)
- Sport suisse en fauteuil roulant: +41 41 939 54 11 / [rss@spv.ch](mailto:rss@spv.ch)

# Sport de compétition

Fiche d'information, valable dès le 01.01.2022



## Les règles du sport propre

### Les 11 violations des règles antidopage:

1. Résultat d'analyse positif
2. Usage
3. Refus de se soumettre aux contrôles
4. Manquements aux obligations de localisation
5. Falsification
6. Possession
7. Commerce / Trafic
8. Administration
9. Complicité
10. Association interdite
11. Empêchement de «whistleblowing»



## Les conséquences du dopage

### Conséquences légales

Sanction et suspension dans le sport, sanctions pécuniaires, sanctions pénales

### Conséquences sur la santé

Changements corporels et psychiques; graves problèmes de santé

### Conséquences financières

Suppression ou obligation de remboursement des aides financières et des prix en argent, difficultés sur le marché du travail

### Conséquences sociales

Perte de prestige et de respect de la part de la famille, des amis, de l'employeur; exclusion sociale



## Les athlètes portent la responsabilité

Selon le principe de la «**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 les médicaments, dans l'alimentation, dans les suppléments alimentaires et dans les produits à base de plantes

### Trois étapes sont utiles à cet effet:

**J'informe** mon entourage ainsi que mon médecin traitant ou mon pharmacien que je suis soumis(e) au Statut concernant le dopage de Swiss Olympic.

**Je vérifie** préalablement le statut d'interdiction de tout médicament avec la base de données DRO Global sur [www.sportintegrity.ch](http://www.sportintegrity.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. Swiss Sport Integrity me soutient également.



## Médicaments

Certains médicaments peuvent être interdits selon la Liste des interdictions. Avant de prendre un médicament, je m'assure toujours **moi-même** qu'il est permis, car même les médicaments en vente libre contre la **grippe ou le rhume** peuvent contenir des substances qui sont interdites en compétition. Lorsque des médicaments sont interdits, je vérifie les alternatives thérapeutiques et opte pour les thérapies autorisées.

Les **médicaments contre l'asthme** - dépendant des substances contenues, du dosage et de la voie d'administration - sont interdits, permis ou seulement permis jusqu'à une certaine limite de dosage selon la Liste des interdictions. Par conséquent, une vérification et une application minutieuses sont nécessaires.

Les **perfusions** et/ou injections intraveineuses de plus de 100 ml par période de 12 heures sont interdites. Ceci s'applique quelle que soit la substance administrée. Cela signifie que les perfusions de fer sont aussi interdites à partir de 100 ml.

Il existe des situations pour lesquelles la thérapie nécessaire est interdite selon la Liste des interdictions et aucune alternative permise ne peut être utilisée. Dans ce cas, une **autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT)** est nécessaire. Les athlètes qui font partie du pool d'AUT et les athlètes de niveau international sont obligés de soumettre une demande d'AUT préalable. Cela signifie qu'en principe, une AUT valide doit être obtenue avant le début de la thérapie.

Base de données sur les médicaments DRO Global

Apple Store Google Play Store



## Contrôles antidopage

Le **déroulement** des contrôles est clairement défini. Je connais et exerces droits et obligations lors d'un contrôle antidopage. Afin de pouvoir être localisés en permanence, les athlètes faisant partie d'un groupe cible sont tenus d'indiquer leurs **lieux de séjour (Whereabouts)**. Dans les sports d'équipe, les administrateurs d'équipe sont tenus de fournir les informations de localisation.



## Cannabis/CBD

Les **cannabinoïdes** sont interdits en compétition et leur présence peut être prouvée pendant plusieurs jours ou semaines après sa consommation lors des contrôles antidopage en compétition. Swiss Sport Integrity par conséquent recommande aux athlètes de renoncer à la consommation de cannabis et des produits CBD.



## À l'étranger

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 je voyage. Je vérifie les médicaments achetés à l'étranger avec la base de données de l'organisation du pays concerné.

En Chine, au Guatemala et au Mexique, il s'est avéré que des substances interdites ont été retrouvées dans des **viandes contaminées**, causant des cas de dopage involontaires. La précaution appropriée est nécessaire.



## Suppléments

Je dois utiliser les **compléments alimentaires ou suppléments** uniquement après avoir consulté des spécialistes. Dans la majorité des cas, ils ne sont pas nécessaires, sont onéreux et peuvent présenter des risques.

En raison d'une **contamination** ou d'un mélange délibéré, des substances interdites ou dangereuses peuvent être contenues sans être déclarées.

L'extrême prudence dans le **choix des produits** est essentiel. Il est recommandé de recourir à des produits certifiés ou à des fabricants suisses dignes de confiance et produisant pour le sport de compétition. Swiss Sport Integrity conseille fortement de renoncer à importer des produits ou à les commander sur Internet.



## Pour un sport propre

### J'ai une position claire:

Je réfléchis à la façon de réaliser et réussir mes performances et je dis «non» aux raccourcis. Je ne tolère pas de dopage dans mon entourage.

### Je me positionne publiquement:

Les sportives et sportifs propres défendent l'équité et se positionnent clairement et publiquement pour un #cleansport. #ProtectingOurSport

### Je transmets des informations d'initiés:

Les indications concernant de possibles cas de dopage peuvent être d'une grande importance. Les informations confidentielles peuvent nous aider à protéger le sport propre.