

# Performances, dopage et conduites dopantes

Au cours des dernières décennies, les conduites dopantes se sont développées dans le monde du travail comme dans celui du sport et des études. Dans nos sociétés occidentales, le dépassement de soi est devenu une norme qui s'inscrit dans le culte de la performance et de l'efficacité<sup>(1)</sup>. Se doper, dans le monde moderne, représente aussi un moyen de prévenir l'échec, un processus d'intégration parfois indispensable, une arme pour affronter le réel.

Pour parvenir à un tel dépassement, on n'hésite pas à absorber des pilules de toutes sortes : vitamines, oligo-éléments, compléments alimentaires (créatine), anabolisants, antiasthéniques, etc. Lorsqu'il s'agit de substances psychoactives, le produit devient une aide pour repousser les limites (amphétamines, cocaïne), pour diminuer les effets du stress (médicaments psychotropes), pour se socialiser (alcool, cannabis). Être plus fort... mais aussi éviter l'échec, à tout prix.

## Un sujet de consultation ?

Certaines occasions permettent au médecin d'aborder le sujet : lors de la demande d'un produit (pour passer un examen, lutter contre une fatigue professionnelle, prendre la parole en public, réduire le stress avant un entretien d'embauche, améliorer les résultats scolaires...), mais aussi lors de la délivrance d'un certificat de non-contre-indication à la pratique sportive. La consultation constitue alors un moment opportun pour revenir sur la « performance du quotidien » et les substances consommées. Car force est de constater que bon nombre de substances utilisées dans ce contexte sont issues de prescriptions médicales détournées de leur usage : corticoïdes, bêta-bloquants, anxiolytiques, sildénafil, et, surtout dans le champ sportif, agents anabolisants, bêta-2 agonistes, diurétiques, narcotiques et stimulants (adrénaline, dérivé de l'amphétamine...), etc.

1- Ehrenberg, A. Le culte de la performance, Calmann-Levy, 1991.

## Conduite dopante et dopage, quelle différence ?

- On parle de **conduite dopante** lorsqu'une substance (vitamine, médicament, stupéfiant, etc.) est utilisée dans le but de surmonter un obstacle, que celui-ci soit réel ou supposé, à des fins de performance<sup>(2)</sup>. L'obstacle peut être un examen, un entretien d'embauche, un travail difficile et/ou pénible, une épreuve sportive, etc.
- Le **dopage**, lui, ne concerne que les sportifs qui, dans le cadre de compétitions ou de manifestations organisées par les fédérations, utilisent des substances ou des méthodes inscrites sur une liste établie chaque année par l'Agence mondiale antidopage (AMA). Sans Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) délivrée par l'AFLD, c'est une pratique interdite.

## Quels facteurs peuvent motiver une conduite dopante et/ou un dopage sportif ?

La recherche de **performances** physiques ou intellectuelles constitue le motif principal : pour les augmenter ou pour les maintenir au même niveau (éviter qu'elles diminuent). Pour certains, la recherche d'un **corps « parfait »** constitue la seule motivation (bodybuilders).

De nombreux éléments interviennent dans la motivation :

### • les facteurs liés à la personne elle-même :

- **le sexe** : en moyenne, les garçons se dopent plus que les filles, mais leurs pratiques sont différentes. Les filles consomment plus fréquemment des produits (vitamines, médicaments, etc.) pour améliorer leurs performances intellectuelles et scolaires, et les garçons consomment deux fois plus que les filles des produits pour améliorer leurs performances physiques et sportives<sup>(3)</sup>,
- **l'âge** : le nombre d'usagers augmente au cours de l'adolescence,
- **le stress**, l'anxiété, une estime de soi peu élevée, les difficultés à faire face aux tracas de la vie quotidienne, l'absence de préparation à l'échec,
- **le sentiment de n'être pas soutenu** par ses parents, ou, au contraire, la pression de l'entourage vis-à-vis des résultats,
- **l'incapacité à demander de l'aide** à autrui, les difficultés de sociabilité,
- **l'envie d'expérimenter des produits**, l'usage d'autres substances psychoactives (tabac, alcool, cannabis),
- **le manque d'investissement dans d'autres activités**, etc. ;

### • les facteurs liés à son environnement :

- **l'isolement social** : l'éloignement du domicile, des lieux d'étude, de travail ou d'entraînement sportif, le manque de relation affective avec ses proches,
- **l'incitation aux pratiques dopantes** par le référent, l'entourage, le milieu familial ; le **comportement des aînés** vis-à-vis des substances psychoactives, la consommation de substances interdites par des **collègues** ou **coéquipiers**,
- **l'obligation de résultats**, la culture excessive de la performance et du résultat, le discours « incitateur » ambiant,
- **le système de carrière et la recherche de célébrité**, mais aussi la gestion de la **fin de carrière** et de l'abandon de la pratique, en particulier à haut niveau ;
- **les facteurs liés aux substances** : facilité pour se les procurer, coût peu élevé, croyance dans leur efficacité.

### Recherche de l'amélioration des performances à l'adolescence (Enquête ESCAPAD 2002<sup>(4)</sup>, chez les jeunes de 18 ans)

- 22,3 % des garçons et 38,3 % des filles déclarent avoir eu recours au moins une fois dans leur vie à des produits pour améliorer les résultats scolaires ou intellectuels ;
- 7,6 % des garçons et 3,6 % des filles ont eu recours au moins une fois dans leur vie à des produits pour améliorer leurs performances physiques ou sportives.

Ces indicateurs regroupent des situations extrêmement variées, d'une prise ponctuelle de vitamines, d'oligo-éléments, de médicaments pour la mémoire ou la concentration, à la prise régulière de produits classés dans la liste des substances dopantes (anabolisants, corticoïdes, stimulants - amphétamine, cocaïne, caféine à fort dosage...), ces dernières s'avérant beaucoup moins fréquentes.

2- Laure P. Dopage et société, Ellipses, 2000.

3- Beck F., Legleye S., Peretti-Watel P. « Sport et usages de produits psychoactifs dans les enquêtes quantitatives auprès des jeunes scolarisés : quelles interprétations sociologiques ? » in Faugeron C., Kokoreff M., Société avec drogue. Enjeux et limites. Erès, Ramonville-Ste-Agne, 2002, pp. 99-125.

4- ESCAPAD 2002. Site Internet de l'OFDT [[www.ofdt.fr](http://www.ofdt.fr)].

## Le sport : quels produits sont interdits\* ?

• L'Agence mondiale antidopage publie chaque année une **liste<sup>(5)</sup> des substances et méthodes interdites** (cf. décret sur le site du ministère de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative [<http://www.santesport.gouv.fr/contenu/dopage/definition.asp>], disponible aussi sur les sites de l'AMA et de l'AFLD).

Le médecin, le pharmacien seront attentifs aux classes thérapeutiques lors de la prescription ou de la délivrance de médicaments, notamment en cas de pratique sportive de compétition.

*NB: l'article L. 232-10 du code du sport interdit la prescription, la cession, l'offre, l'administration ou l'application de substances interdites à des sportifs.*

• **Dans certains cas, l'usage de substances interdites est autorisé** selon une procédure d'Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT). Le sportif ne peut obtenir une AUT que si la prescription répond à des critères stricts :

- l'absence de traitement constituerait un préjudice de santé pour le sportif ;
- il n'existe pas d'alternative thérapeutique autorisée ;
- la prise de la substance ne produit pas d'amélioration de la performance au-delà d'un retour à un état de santé « normal » ;
- l'état pathologique n'est pas la conséquence de la prise antérieure (non thérapeutique) de substances ou procédés interdits.

Cf. informations complémentaires sur le site de l'Agence française de lutte contre le dopage [[www.aflld.fr](http://www.aflld.fr)].

Les produits dopants sont achetés dans le circuit pharmaceutique légal (médicaments détournés de leur usage, souvent prescrits sur ordonnance médicale), mais également sur Internet, sur les lieux de pratique (salles de sport, salles de musculation) et sur le marché clandestin (produits de laboratoires clandestins ou importations frauduleuses, leur nature exacte est invérifiable et leur qualité sujette à caution). Ils sont alors fournis le plus souvent par l'entourage des usagers.

## À quelle occasion en parler ?

### • Chez tous les patients :

- systématiquement quand on évoque les consommations de substances : tabac, alcool, cannabis, autres produits ;
- lors de la demande explicite d'un produit par une personne : pour passer un cap difficile, passer un examen, un entretien d'embauche, etc. ;
- en cas de situation inhabituelle dans la vie d'une personne, dont elle juge l'enjeu important et pour laquelle elle se sent peu (mal) préparée.

### • Chez le sportif :

- la consultation liée à la délivrance du certificat médical de non-contre-indication à la pratique sportive, exigé pour l'obtention d'une licence sportive et la participation aux compétitions sportives (articles L.231-2 et L.231-3 du code du sport) est un moment opportun d'éducation, de prévention et d'information pour le jeune, notamment pour aborder les substances consommées ;
- la survenue d'une blessure (*a fortiori* de blessures à répétitions), d'un échec important, de l'arrêt du sport de haut niveau (moment présentant un risque de difficultés psychologiques, de dépendance).

### Exemples de questions pour l'entretien

« Tu (vous) viens me voir pour ton certificat de sport mais je vois que nous ne nous sommes pas vus depuis xx mois, je te propose qu'on fasse un point sur ta santé...

*Comment te sens-tu depuis la dernière fois ?*

*À l'école, ça se passe comment ? Et à la maison ?*

*Depuis combien de temps pratiques-tu ce sport ?*

*À quelle fréquence pratiques-tu ce sport ?*

*Qu'est-ce que tu aimes dans cette activité ?*

*Qu'est-ce que tu n'aimes pas ?*

*Comment est l'ambiance dans ton club ?*

*Est-ce qu'on fume dans ton entourage ? Et toi-même ?*

*T'a-t-on parlé de dopage depuis que tu fais du sport, à quelle occasion ?*

*Comment arrives-tu à concilier toutes ces activités ? »*

En profiter pour rechercher **les raisons et facteurs favorisants** de ces conduites et dans quel **contexte social et familial** elles s'inscrivent.

5- La liste 2008 a été adoptée par le décret n° 2008-35 du 10 janvier 2008, en application de l'article L.232-9 du code du sport.

\* Pour rappel : l'usage illicite de substances classées comme stupéfiants (telles que le cannabis, la cocaïne ou les amphétamines) est, selon la loi n° 70-1320 du 31 décembre 1970, sanctionnée d'une peine pouvant aller jusqu'à 1 an de prison et 3 750 euros d'amende.

## Que faire en cas de détection de consommation de substances ?

### • En médecine générale<sup>(6)</sup>, l'entretien cherche à :

- **investiguer le contexte de consommation**, l'environnement social et familial, les motivations de la consommation de substances. Il cherchera tout particulièrement :
  - la nature des substances utilisées, leur origine (contrefaçon ?) ;
  - la dose utilisée, la durée de la consommation, la voie d'administration ;
  - la présence d'éventuels effets indésirables.
- **travailler la motivation au changement** : « raisons qui poussent à consommer », « raisons qui poussent à ne pas consommer », sans banaliser, sans culpabiliser ;
- **faire savoir au patient** qu'il n'hésite pas à venir en parler avec vous en cas de besoin.

### • Orientation des patients pour une prise en charge spécifique :

- **des Antennes médicales de prévention du dopage (AMPD)** sont implantées en centre hospitalier dans chaque région. Elles offrent des consultations anonymes et gratuites, qui permettent la prise en charge médicale des sportifs ayant eu recours (ou susceptibles de recourir) à des pratiques dopantes. Une carte d'implantation est disponible sur le site [[www.dop-sante.net](http://www.dop-sante.net)] et vous pourrez trouver des informations complémentaires sur le site [[http://www.santesport.gouv.fr/contenu/Lutte\\_Anti\\_Dopage/antennes\\_medicales.asp](http://www.santesport.gouv.fr/contenu/Lutte_Anti_Dopage/antennes_medicales.asp)] ;
- **des consultations cannabis** ont été mises en place dans l'ensemble des départements depuis 2005. Ces consultations anonymes et gratuites sont destinées aux jeunes consommateurs de cannabis et autres substances psychoactives et à leur famille. Liste disponible sur le site [[www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr)].

#### Trois numéros pour les patients : écoute, informations, conseils, orientation

- **Écoute Dopage : 0 800 15 2000**, anonyme et gratuit depuis un poste fixe (du lundi au vendredi de 10 h à 20 h – psychologues et médecin) ; cf. aussi [[www.dopage.com](http://www.dopage.com)].
- **Drogues Info Service : 0 800 23 13 13**, anonyme et gratuit depuis un poste fixe. À partir d'un portable : 01 70 23 13 13 au prix d'une communication ordinaire. 7j/7 de 8 h à 20 h.
- **Écoute cannabis : 0 811 91 20 20**, anonyme et confidentiel, au prix d'une communication locale depuis un poste fixe.

Vous disposez d'une **brochure** destinée aux jeunes sportifs amateurs ou étudiants « **Se doper ou pas ?** », que vous pouvez commander gratuitement auprès de l'Inpes [[www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)], rubrique « catalogue »



6- Rappel du code du sport : l'article L232-3 dispose qu'un médecin qui est amené à déceler des signes évoquant une pratique de dopage est tenu de refuser la délivrance d'un des certificats médicaux prévus par les articles L.231-2-1 et L.231-3 et doit informer son patient des risques encourus et proposer de le diriger vers une AMPD. Il transmet obligatoirement au médecin responsable de l'antenne médicale mentionnée à l'art L232-1 les constatations qu'il a faites et informe le patient de cette obligation de transmission. Cette transmission est couverte par le secret médical.

**Rédaction et coordination éditoriale :** Emmanuelle Le Lay (Inpes).

**Remerciements :** François Beck, Gilles Einsargueix, Nadine Gauthier, Bruno Housseau, Jean-Marc Julien, Patrick Laure, Fabienne Lemonnier, Dorian Martinez, Véronique Meyer, Olivier Middleton, Maud Ottavy, Jacques Pruvost, Sylvie Vella, Isabelle Vincent.