

# Informations sur l'antidopage

Cette brochure réalisée par le Comité Paralympique International (IPC) vous apportera des informations générales et pratiques sur l'antidopage. Pour plus de détails sur l'antidopage, rendez-vous sur

[www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)

## LISTE DES INTERDICTIONS

La liste des interdictions de l'Agence Mondiale Antidopage (AMA) récapitule et définit les substances et méthodes interdites en compétition, et celles interdites en permanence. Elle est mise à jour au moins une fois par an, et est applicable à

partir du 1er janvier de chaque année. En tant que sportif, vous devez savoir ce que contient cette liste. Vous pouvez la consulter sur le site de l'AMA :

[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

## INFRACTIONS AUX RÈGLES ANTIDOPAGE

Voici quelques exemples d'infractions aux règles antidopage:

- Présence d'une substance interdite, de ses métabolites ou de ses marqueurs.
- Usage ou tentative d'usage d'une méthode ou d'une substance interdite.
- Soustraction ou refus de se soumettre au contrôle.
- Violation des exigences applicables en matière de disponibilité des sportifs pour les contrôles hors compétition.
- Falsification ou tentative de falsification de tout élément du contrôle de dopage.
- Possession d'une substance ou d'une méthode interdite.

- Trafic ou tentative de trafic de toute substance ou méthode interdite.
- Administration ou tentative d'administration d'une méthode ou substance interdite ; ou incitation, aide ou couverture d'une infraction aux règles antidopage.
- Assistance, incitation, contribution, conspiration, dissimulation ou toute autre forme de complicité intentionnelle impliquant une violation des règles anti-dopage.
- Association interdite entre un sportif et des coaches, entraîneurs, médecins ou autre personnel de soutien des athlètes sanctionnés et/ou soumis à une condamnation pénale pour dopage.

### Le saviez-vous?

Un nombre important de contrôles positifs ont été attribués au mésusage de compléments. Utiliser un complément alimentaire mal étiqueté n'est pas une défense adéquate dans une audience liée à un contrôle positif.

## MÉDICAMENTS ET COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Conformément au principe de responsabilité objective, chaque sportif est responsable des substances présentes dans son organisme à tout moment. En plus de connaître la liste des interdictions, vous devez vous assurer de vérifier les composants de tout médicament et complément alimentaire.

- Faites toujours vérifier vos médicaments par un médecin et/ou votre Agence National Antidopage.
- Attention aux compléments alimentaires!

## L'AUTORISATION D'USAGE À DES FINS THÉRAPEUTIQUES

L'Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) vous autorise à utiliser une méthode ou une substance interdite, à condition de présenter des preuves médicales authentiques.

Tout sportif qui souhaite utiliser une méthode ou une substance interdite doit avoir une AUT valide.

Comment faire votre demande d'AUT ? Suivez ces étapes :

**Étape 1:** Déterminez quel niveau de sportif vous êtes. Vérifiez sur le site internet de votre sport IPC si votre nom est sur la liste des athlètes internationaux (International-Level athletes - ILA).

**Étape 2:** Si votre nom est sur la liste ILA pour votre sport, vous pouvez faire votre demande directement à l'IPC. Envoyez votre demande d'AUT complète, preuves médicales à l'appui, a tue@



- Dans beaucoup de pays il n'existe pas de règles strictes pour la production et l'étiquetage des compléments alimentaires, ce qui peut entraîner la présence non-déclarée d'une substance interdite.
- L'IPC recommande à tous les sportifs d'éviter d'utiliser des compléments alimentaires afin de se protéger de toute infraction aux règles antidopage.

paralympic.org. Les demandes doivent être faites en anglais. Si votre nom n'est pas sur la liste, envoyez votre demande d'AUT à votre organisation nationale antidopage.

**Étape 3:** Si vous disposez déjà d'un certificat d'acceptation valide pour une AUT et que vous essayez de savoir si l'IPC la reconnaitra automatiquement, veuillez vérifier les règles de reconnaissance automatique présentées sur notre site internet. Vous pouvez télécharger le formulaire de demande d'AUT et obtenir plus d'information sur les AUT sur le site de l'IPC:

[www.paralympic.org/the-ipc/anti-doping/tue](http://www.paralympic.org/the-ipc/anti-doping/tue)

## LOCALISATION

L'IPC dispose d'un groupe cible de sportifs soumis aux contrôles. Si vous faites partie de ce groupe, vous êtes tenus de fournir des renseignements sur votre localisation trimestriellement. Le groupe cible de sportifs soumis aux contrôles est défini le 1er janvier de chaque année. Il est cependant revu et mis à jour constamment, et un sportif peut y être ajouté à tout moment. Le groupe cible de sportifs soumis aux contrôles de l'IPC est défini en fonction des ressources de l'IPC, des informations données par chaque sport et du classement des sportifs. Vous serez informé par votre Comité National Paralympique si vous êtes choisi pour faire partie de ce groupe.

Tous les sportifs qui font partie du groupe cible de sportifs soumis aux contrôles doivent envoyer les informations sur leur localisation via la base de données en ligne ADAMS.

L'IPC est clairement engagé dans la lutte contre le dopage. Si vous observez des faits qui vous paraissent suspects ou si vous avez connaissance d'activités concernant l'antidopage, vous pouvez nous contacter en toute confidentialité.  
[antidoping@paralympic.org](mailto:antidoping@paralympic.org)  
+49 228 2097-130



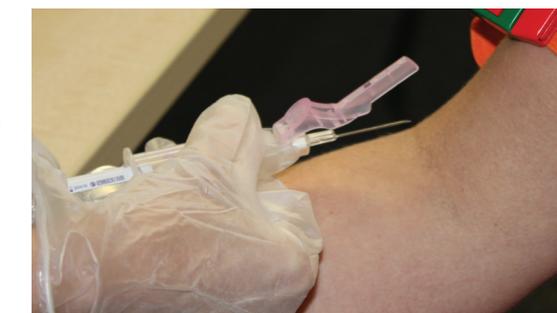
## PRÉLÈVEMENTS DES ÉCHANTILLONS SANGUINS

La procédure de prélèvement des échantillons sanguins est la suivante:

- Vous devez être assis pendant au moins 10 minutes (ou jusqu'à 2h si vous étiez en train de pratiquer une activité physique) avant de commencer le prélèvement.
- Après vous avoir montré sa pièce d'identité et ses documents d'identification, l'Agent de prélèvement sanguin (APS) choisit la veine la plus appropriée pour l'échantillon.
- La quantité de sang prélevée est suffisante pour les besoins de l'analyse, mais reste inférieure à 25ml.

L'APS retire l'aiguille, et pose une compresse sur le point de prélèvement.

Etant donné la quantité de sang prélevée, vous ne devriez pas souffrir d'effets secondaires.



## PRÉLÈVEMENTS DES ÉCHANTILLONS D'URINE

### 1. Notification et accompagnement

L'Agent du contrôle du dopage (ACD) ou l'escorte vous montre sa pièce d'identité et vous informe que vous avez été retenu pour un contrôle du dopage. Vous devez également lui montrer votre pièce d'identité avec photo, et généralement vous rendre directement au poste de contrôle du dopage, en restant à tout moment à la vue de l'ACD ou de l'escorte. Vous êtes autorisé à être accompagné d'un représentant.

### 2. Échantillonnage

- Lorsque vous êtes prêt à fournir l'échantillon d'urine, vous devez choisir un récipient de prélèvement d'échantillon. Assurez-vous qu'il est propre et scellé.
- Les sportifs avec un handicap visuel ou une déficience intellectuelle peuvent être accompagnés à tout moment d'un représentant pendant la procédure de prélèvement des échantillons, y compris dans les toilettes. Cependant le représentant du sportif ne peut être le témoin du prélèvement.
- Vous devez retirer vos vêtements de manière à ce que l'ACD aie une vue sans restriction de la fourniture de l'échantillon. Les sportifs dotés d'un cathéter externe ou intra vésical doivent enlever le sac de vidange en place et rincer le tube pour fournir un échantillon propre. Les sportifs qui pratiquent l'auto-sondage peuvent utiliser leur propre cathéter pour fournir l'échantillon peuvent utiliser leur propre cathéter pour fournir l'échantillon. Le cathéter doit être sous emballage scellé.
- Vous devez fournir au moins 90ml d'urine. Si vous ne pouvez fournir d'avantage d'urine à ce moment, votre échantillon partiel est temporairement scellé et vous devrez fournir plus d'urine, qui sera mélangée à l'échantillon partiel.
- Une fois l'échantillon fourni, fermez le récipient de prélèvement d'échantillon et retournez au poste de contrôle du dopage. Vous êtes responsable de votre échantillon et devez vous assurer que personne d'autre n'y touche, sauf si vous avez besoin d'aide

- Vous pouvez demander de l'aide à votre représentant ou à l'ACD lors de la manipulation de l'équipement, de la répartition de l'échantillon ou du remplissage des documents.
- Ensuite, vous devez sélectionner une trousse de prélèvement scellée. Assurez-vous qu'elle contient les récipients A et B intacts, propres et scellés, et que les numéros des récipients correspondent.
- L'ACD vous demande de repartir votre échantillon entre le récipient B (minimum 30ml) et le récipient A (minimum 60ml), puis de sceller les récipients, de les placer dans un sac plastique puis dans la boîte de stockage. L'athlète est souvent assisté de l'ACD pour cette étape, ce qui est permis car le récipient est déjà scellé.
- L'ACD contrôle ensuite la gravité spécifique de l'échantillon (densité de l'échantillon comparée à la densité de référence). Si l'échantillon est trop dilué, cela sera pris en note et il pourra vous être demandé de fournir d'autres échantillons

### 3. Le formulaire du contrôle du dopage

- L'ACD remplit le formulaire avec les données concernant l'échantillon et vous demande de vérifier les informations.
- Vous devez ensuite fournir toutes les informations concernant les médicaments ou compléments que vous avez pris pendant les 7 derniers jours. Vous êtes également invité à remplir la partie 'commentaires' du formulaire si vous avez des préoccupations ou des commentaires à formuler sur la procédure de contrôle du dopage ou tout autre aspect du contrôle.
- Enfin, vous devez vous assurer de nouveau que toutes les informations du formulaire du contrôle du dopage sont correctes, puis signer le document.
- L'ACD signe également le formulaire et vous en remet une copie.



Paralympic.org

International Paralympic Committee

Adenauerallee 212-214  
53113 Bonn, Germany

Tel. +49 228 2097-200  
Fax +49 228 2097-209

info@paralympic.org  
www.paralympic.org

© 2015 International Paralympic Committee – ALL RIGHTS RESERVED  
Photo ©: IPC, Berlinger Special



International  
Paralympic  
Committee

Comité paralympique  
international

# Informations sur l'antidopage

Décembre 2013

