



Le diaporama « Le Sport pour la Santé »



Les facteurs de vulnérabilité

Pourquoi se dope-t-on?

Analyse des facteurs de vulnérabilité

- Le milieu sportif et sa logique
 - › L'obligation de résultats
 - › Les exigences du sport de haut niveau
 - › L'isolement social
 - › Les particularités d'une carrière sportive
 - › La médicalisation des structures sportives professionnelles

Pourquoi se dope-t-on?

Analyse des facteurs de vulnérabilité

- Le milieu extra-sportif
 - › Le manque d'investissement diversifié : « le sport et rien d'autre »
 - › Le milieu familial
 - › La recherche de notoriété



Pourquoi se dope-t-on?

Analyse des facteurs de vulnérabilité

- La promotion de l'image des produits de « la performance »
 - › Les « croyances »
 - › L'existence probable de laboratoires clandestins et de réseaux de trafics
 - › La facilité d'accès aux informations scientifiques
 - › Les doutes sur l'efficacité de la répression
 - › L'incitation au dopage par certains
 - › Le fait que le trafic de produits dopants soit devenu lucratif
 - › La facilité de se procurer les produits

Les adolescents : un groupe à risques

- Le corps :

- › L'image
- › La croissance

- Le risque :

- › Le comportement
- › Le paradoxe



Les adolescents : un groupe à risques

- Qu'en est-il du jeune sportif ? Est-il plus ou moins vulnérable devant les dangers de la vie qu'un jeune non sportif ?
 - › **Les athlètes inscrits en pôle** ou pratiquant en moyenne une activité physique et sportive dix heures par semaine sont moins consommateurs de substances psycho-actives
 - › **Ils n'ont pas une bonne perception** de l'importance de leur santé
 - › **On trouve des usagers de produits "dopants"** dans toutes les disciplines sportives
 - › **Il semble établi** que 5% d'adolescents ont recours au dopage
 - › **Les usagers d'alcool** sont plutôt de sexe masculin, âgés d'au moins 17 ans
 - › **Les usagers de cannabis** sont plutôt de sexe masculin, âgés d'au moins 17 ans
 - › **La tentation du dopage** est plus élevée chez les adolescents de plus de 15 ans, peu satisfaits de leurs résultats scolaires, dormant mal, fumant du tabac

Les adolescents : un groupe à risques

- › Incitation à la consommation de produits en milieu sportif
- › Motifs de non consommation
- › Opinions des jeunes sur le dopage

Motifs de ne pas consommer des produits pour faire du sport. Test du Chi2. En %

Précisez pour quelle(s) raison(s) vous ne consommez pas de produits :	Garçons	Filles	Total
Les produits sont dangereux pour la santé	73,8	78,0	76,0
Je n'en ai pas besoin	75,7	75,7	75,7
Ce serait tricher	68,8	70,6	69,7
Je ne veux pas être manipulé(e)	51,6	62,9*	57,5
Mes parents me l'interdisent	23,0	26,6	24,9
Les produits sont trop chers	17,7*	14,7	16,1
Les produits ne sont pas efficaces	10,7	12,9	11,8
Autre	10,3	11,7	11,0

*Total par colonne supérieur à 100% : plusieurs réponses possibles.
(* p < 0,001)*

Source : Enquête "Adolescents, sportifs et conduites dopantes" - P. Laure - 2003

Les dangers d'un entraînement et d'une hygiène de vie mal maîtrisés

Les signes du syndrome de surentraînement

EFFETS	SYMPTÔMES
Effet global	<ul style="list-style-type: none">• Baisse des performances
Effets psychiques	<ul style="list-style-type: none">• Fatigue généralisée• Irritabilité, dépression
Effets cardio-vasculaires	<ul style="list-style-type: none">• Modification de la tension artérielle et du pouls au repos
Effets squelettiques et musculaires	<ul style="list-style-type: none">• Fractures de fatigue• Blessures musculaires et tendineuses
Effets immunitaires	<ul style="list-style-type: none">• Baisse des défenses immunitaires avec infections ORL
Effets biologiques et hormonaux	<ul style="list-style-type: none">• Anémie• Baisse des hormones sexuelles avec trouble des règles (femmes) et de la libido• Baisse des facteurs de croissance avec ralentissement de la croissance chez l'enfant

Les dangers d'un entraînement et d'une hygiène de vie mal maîtrisés

- Les erreurs d'entraînement
- Une mauvaise hygiène de vie
 - › La fatigue
 - › Le sommeil
 - › L'alimentation



Le mauvais usage du médicament

- Quelques idées simples à retenir :
 - › **Garder à l'esprit** que le médicament est la meilleure chose qui soit s'il est utilisé à bon escient
 - › **Ne pas oublier** que le médicament doit être utilisé en réponse à une pathologie
 - › **S'informer** sur la nature du médicament ingéré
 - › **Prendre conscience** que l'on ne peut connaître le devenir du principe actif d'un médicament s'il est associé à plus de deux autres molécules
 - › **Savoir** que la dose « dopante » est très nettement supérieure à la dose « thérapeutique », avec les conséquences pouvant en découler pour la santé

Quels sont les pourvoyeurs ?

- Principales sources d'approvisionnement :
 - › Les officines pharmaceutiques, à l'aide d'ordonnances prescrites par erreur ou méconnaissance, volées ou falsifiées
 - › Des personnes mal intentionnées appartenant au milieu sportif
 - › Sites Internet

