



Résumé des principales informations complémentaires destinées aux athlètes.



## Les règles du sport propre

Les 11 violations des règles antidopage

-  Résultat d'analyse positif
-  Usage
-  Refus de se soumettre aux contrôles
-  Manquements aux obligations de localisation
-  Falsification
-  Possession
-  Commerce / Trafic
-  Administration
-  Complicité
-  Association interdite
-  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.antidoping.ch](http://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.



## Contrôles antidopage

Le **déroulement des contrôles** est clairement défini. Je connais et exerce mes 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.



## 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 traitements autorisés.

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 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.



## 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. Antidoping Suisse conseille fortement de renoncer à importer des produits ou à les commander sur Internet.



## 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 nationale antidopage du pays concerné.

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



## 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. Antidoping Suisse par conséquent recommande aux athlètes de renoncer à la consommation de cannabis et des produits CBD.



## 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 #EnsemblePourUnSportPropre.

**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.



## Contacts

**Contrôles & Whereabouts**

whereabouts@antidoping.ch  
+41 31 550 21 21

**Pharmacie & Médecine**

med@antidoping.ch  
+41 31 550 21 28

**Base de données sur les médicaments DRO Global**

Apple Store

Google Play Store



**antidoping.ch**