

DICTIONNAIRE DU DOPAGE

Substances et méthodes

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES "CONTAMINÉS"

Les étapes depuis 1992

La complémentation alimentaire se définit comme étant l'action d'ajouter un élément biochimique ou alimentaire à un produit ou à une ration dans le but d'en corriger les déficiences et d'améliorer ses qualités nutritionnelles : on complémente en vitamines, en minéraux etc.

Depuis l'épidémie de nandrolone dans le football français en octobre 1997, des cas hypermédiatisés de la sprinteuse jamaïcaine Merlene Ottey, de l'Anglais Linford Christie, champion olympique du 100 m à Barcelone en 1992 et de Cottrell J. Hunter, le lanceur de poids américain, toute la planète sportive sait que les compléments alimentaires destinés aux amateurs de performances athlétiques sont souvent, pour les rendre efficaces, persillés par les fabricants en précurseurs d'anabolisants qui, ingérés, se transforment dans le corps en boldénone, nandrolone, testostérone... mais aussi avec de l'éphédrine, de la phénylpropanolamine, de la caféine, etc...

Qu'il y en ait encore qui se fassent avoir, montre l'étendue de l'amateurisme de certains. Signalons toutefois qu'il ne faut pas confondre compléments avec additifs. Selon le décret n° 89-674, l'additif alimentaire est une substance habituellement non consommée comme aliment en soi et habituellement non utilisée comme ingrédient caractéristique dans l'alimentation, possédant ou non une valeur nutritive et dont l'adjonction intentionnelle aux denrées alimentaires a pour effet qu'elle devient elle-même ou que ses dérivés deviennent, directement ou indirectement, un composant de ces denrées alimentaires. C'est ainsi qu'un grand nombre de conservateurs, d'antioxydants, d'agents de texture et d'acidifiants est employé pour préserver les qualités microbiologiques, retarder le rancissement de certains aliments ou maintenir le liant ou l'onctuosité d'une préparation.

La sélection de quelques affaires ayant trait aux compléments alimentaires de plus en plus présents dans l'arsenal ergogénique des candidats aux finales et podiums démontre bien la genèse de l'explosion commerciale actuelle et des mises en garde réitérées des instances sportives telles que le Comité international olympique (CIO), la Fédération internationale d'athlétisme (IAAF), la Fédération internationale de basketball (FIBA)...

1992 - CULTURISME – Dr Rossanne M. Philen (Usa) et collaborateurs : la toxicité est mal connue

« Les compléments diététiques, considérés « naturels », ne sont pas soumis à la même réglementation que les médicaments. Pourtant, selon une étude de revues grand public menée en Géorgie, ces produits très populaires peuvent être dangereux pour la santé par leur nature, leur dosage ou leur mode de fabrication. La survenue, à la fin des années 1980, de cas de syndrome éosinophilie-myalgie dus à la prise de tryptophane a ôté leur aura d'innocuité aux produits « naturels » vendus dans les magasins diététiques. Ces produits, considérés comme des compléments diététiques, ne sont pas soumis aux règlements qui s'appliquent aux médicaments. Mais ils sont absorbés à des doses bien supérieures à celles que peut apporter une alimentation normale et les procédés employés pour leur extraction ou leur synthèse n'aboutissent pas nécessairement à un produit pur. Pour évaluer la popularité et les risques de ces produits, des médecins de Géorgie ont étudié les publicités parues dans 12 revues grand public spécialisées dans la santé, l'alimentation et le bodybuilding. Pour chaque revue, un seul numéro a été étudié. Le grand nombre de produits (311) et d'ingrédients (235) recensés suggère que les compléments diététiques sont très utilisés, du moins par les adeptes du bodybuilding. Ces produits sont souvent à base d'acides aminés, de vitamines, d'oligoéléments ou de substances végétales comme les stérols ou le ginseng. L'un des produits contenait du tryptophane (1 000 mg par unité), bien que la vente de ce produit soit interdite par la Food and Drug Administration depuis 1989. Un autre contenait de la lévodopa ; la publicité ne précisait ni la dose ni les effets secondaires de cette substance. L'hortensia entrait dans la composition d'un autre produit : les glycosides cyanogènes contenus dans cette plante

peuvent être à l'origine de symptômes toxiques. La présence de canthaxanthine a également été notée dans certains cas ; il s'agit d'un caroténoïde synthétique qui n'est pas une provitamine A et qui est soupçonné d'avoir contribué à la survenue d'une anémie aplasique mortelle chez un sujet. Quelques produits contenaient des extraits glandulaires (surrénale, hypothalamus, hypophyse) dont l'origine n'était pas précisée. Enfin, la dose d'acide folique contenue dans l'un des produits était de 10 mg, soit 25 fois plus que les apports quotidiens recommandés (400 µg/j).

Les publicités présentaient souvent leurs produits comme capables d'accroître la force physique et le volume musculaire, d'autres promettaient une augmentation des concentrations de testostérone, un plus grand dynamisme, une diminution des réserves adipeuses ou une libération d'hormone de croissance. Neuf pour cent des produits contenaient des stéroïdes, généralement dérivés de plantes (comme le B.sitostérol et la diosgénine) ou d'insectes (ecdystérone). Une revue très complète de la littérature médicale n'a retrouvé aucune étude des effets de ces substances dans l'espèce humaine. Elle n'a pas non plus retrouvé de mention de certains des ingrédients aux noms les plus exotiques, comme le muira puama ou l'uva ursi. Pour 50 % des ingrédients recensés, il n'y avait aucune donnée toxicologique dans la littérature. La plupart des publicités ne faisait aucune mention des effets secondaires possibles ou des précautions à prendre en cas de grossesse. Cette étude fait penser que des produits « naturels » dont les effets sont mal connus et dont les procédés de fabrication échappent à toute réglementation sont très populaires dans certains milieux. Les médecins doivent rechercher l'utilisation de ces produits par leurs patients et signaler tout effet indésirable éventuel aux autorités concernées.

Tableau des effets principaux attribués aux compléments diététiques

EFFET	Nb % de produits promettant cet effet TOAL = 311
Augmentation du volume musculaire	58 (19,0)
Augmentation des concentrations de testostérone	27 (8,7)
Complément nutritionnel	21 (6,8)
Dynamisme accru	17 (5,5)
Diminution des réserves adipeuses	15 (4,8)
Force physique accrue	12 (3,8)
Libération d'hormone de croissance	8 (2,6)
Aucun effet précisé	90 (28,9)
Autres effets	62 (19,9)
TOTAL	311

[Philen R.M., Ortiz D.I., Auerbach S.B. et Falk H. - Survey of advertising for nutritional supplements in health and bodybuilding magazines. - JAMA, 1992, 268, pp 1008-1011]

1993 - DRUG ADMINISTRATION – Dr David Kessler (Usa) : la mise au ban

Récit du journaliste scientifique Laurent Silbert : « Après ses premières échauffourées avec l'industrie des vitamines et des compléments diététiques, le Dr David Kessler, patron de la Food and Drug Administration, est passé à l'attaque : « *Le marché est encombré de produits qui n'ont absolument aucune valeur curative ou préventive, quelles que soient leurs prétentions. Certains compléments sont même franchement dangereux. Nous sommes revenus à l'âge des charlatans.* »

La FDA a mis à l'index plus de 500 produits aux vertus mensongères : une collection impressionnante d'herbes, d'acides aminés, de vitamines et de minéraux censés tout guérir, depuis l'hypertension jusqu'au cancer. Après avoir demandé à 129 pharmaciens à travers les Etats-Unis des produits susceptibles de combattre le cancer et les insuffisances du système immunitaire, entre autres, les enquêteurs de la FDA ont recensé 120 recommandations frauduleuses. « *Plus que jamais, il faut que la nouvelle loi sur l'étiquetage alimentaire qui entre en vigueur l'année prochaine s'applique aussi aux compléments en tout genre* » a déclaré M. Kessler. Le lobby des vitamines et des compléments, dénonçant la « chasse aux sorcières » engagée par la FDA, a obtenu du Congrès une exemption d'un an. Le Dr Kessler fera tout pour que le moratoire ne soit pas renouvelé. »

[Le Quotidien du Médecin, 20.08.1993]

1994 - ATHLÉTISME - Jacques Piasenta (Fra) : un éducateur-entraîneur avant-gardiste

« Beaucoup d'athlètes donnent l'impression de découvrir aujourd'hui les dangers qu'il y a à consommer un produit dont ils ignorent la provenance. On rétorquera tout de même que cela fait dix

ans au moins que des mises en garde sont adressées. Jacques Piasenta, par exemple faisait signer un contrat à ses athlètes (Marie-Jo Pérec, Christine Arron, Stéphane Caristan, Dan Philibert, Philippe Tourret, Monique Ewange-Epée etc.), par lequel ils s'engageaient à ne pas consommer de produits dopants, ce qui est logique, mais il leur recommandait aussi la prudence face aux compléments alimentaires. « *Méfiez-vous également des produits diététiques et des compléments alimentaires. Ils peuvent parfois contenir des substances apparentées aux produits dopants et qui ne sont pas inscrits sur la liste des produits interdits.* »

[de Mondenard J.P. - Sur le front du dopage : si j'avais su, j'aurais pas vu. – Sport et Vie, 2002, n° 70, janvier-février, pp 58-63 (p 60)]

1995 - COMPOSITION – Chine : bidouillages à grande échelle

Commentaires du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « A une époque où l'on s'extasie facilement de la vitesse à laquelle circule l'information, certaines nouvelles mettent tout de même beaucoup de temps à nous arriver. Saviez-vous par exemple qu'en 1995, un journaliste chinois, Zhan Goshu, s'était intéressé à la composition des poudres miracle vendues pour optimiser la santé et la forme des athlètes dans tout le pays, et même à l'étranger ? Il avait découvert que la soupe de tortue, rendue célèbre par les athlètes de l'armée de Ma, ne comprenait en réalité qu'un grain de café de tortue, le reste se divisant en **concentrations aléatoires** de saccharine, d'eau du robinet et d'agents glutineux. Son étude publiée dans le *Quotidien de l'Économie* à Pékin rappelle d'autres bidouillages à grande échelle réalisés en Chine. Une association de consommateurs a ainsi fait analyser 76 gelées royales au ginseng. Résultat des courses : 58 ne contenaient ni gelée (même roturière) ni ginseng ! »

[de Mondenard J.P. - Sur le front du dopage : une tortue à doses homéopathiques. – Sport et vie, 2002, n° 70, janvier-février, pp 58-61 (p 59)]

1997 - ATHLÉTISME – Pascal Maran (Fra) : « Soyons vigilants »

« Pascal Maran, le champion de France du 400 mètres haies, contrôlé positif à l'**éphédrine**, a écrit une lettre aux athlètes de l'équipe de France qu'il a quittés, pour les mettre en garde contre les « marchands de sport peu scrupuleux » dont il s'estime victime. Dans cette missive intitulée « Soyons vigilants », le Martiniquais met l'accent sur les « nombreux compléments ou vitamines prises pour supporter nos durs entraînements. Mais il ne faut pas que nous nous égarions à prendre des produits sans en connaître leur nature, leur structure et leur composition, explique-t-il. Ni donner sa confiance sans retenue à des marchands de sport peu scrupuleux de notre santé, ne respectant pas notre sport. »

[Tribune de Genève, 09.08.1997]

1999 - ATHLÉTISME – IAAF : mise en garde

« Commentaires de l'IAAF concernant les contrôles positifs aux métabolites de nandrolone en athlétisme. A la suite des contrôles positifs de trois athlètes britanniques qui ont été lavés de tout soupçon par la Fédération britannique d'athlétisme, certains commentaires, y compris des ambiguïtés, et/ou des informations mal interprétées ont été faits par les médias. Par conséquent, et afin d'en faciliter la compréhension, l'IAAF fournit les informations suivantes qui devraient aider à clarifier ce problème.

- ♦ Les substances détectées dans les échantillons de Douglas Walker, Linford Christie et Gary Cadogan sont de la 19-norandrostérone (NorA) et 19-norétiocholanolone (NorE). La NorA et la NorE sont les principaux métabolites de la nandrolone. La nandrolone est un 19-nortestostérone (4-estren-17-ol-3-one), c'est une substance figurant sur la liste des substances interdites de l'IAAF depuis presque 25 ans. Toutes les substances chimiques ou pharmaceutiques apparentées aux agents anabolisants sont également interdits, y compris ceux qui ne peuvent pas figurer sur la liste des exemples donnés.
- ♦ NorA et NorE peuvent également être des métabolites des substances suivantes :
 - . 19-norandrostènedione (4-estren-3, 17-dione)
 - . 19-norandrostènediol (4-estren-3, 17-diol)

Ceux-ci sont apparentés aux composants de la classe des stéroïdes anabolisants. En effet, leur structure chimique est similaire à celle de la nandrolone et tous sont métabolisés de la même manière par le corps humain, donnant les substances NorA et NorE.

- ◆ Lors de la récente mise à jour de la liste des substances interdites (en février 1999), la commission antidopage de l'IAAF a recommandé l'introduction de certaines substances dans la liste des exemples en dépit du fait qu'ils étaient des composés apparentés. La raison était que de telles substances (androstènediol, 19-norandrostènediol et 19-norandrostènedione) étaient devenues faciles à acheter aux USA en tant que « **compléments** » sans prescription médicale. Cette modification a été approuvée par la réunion du conseil de l'IAAF les 19-20 mai 1999 à Séville, et les fédérations membres de l'IAAF ont reçu la nouvelle liste de substances interdites le 27 mai 1999. Le CIO a également ajouté ces substances sur la liste en janvier 1999.
- ◆ Les règlements de l'IAAF stipulent qu' « il est du devoir de l'athlète de s'assurer qu'aucune substance interdite selon ces règlements ne pénètre dans ses tissus et fluides corporels. Ces athlètes sont mis en garde sur le fait qu'ils sont responsables de toute substance détectée dans les échantillons qu'ils auront fournis. » Il n'est pas demandé dans ces règlements de montrer comment et quand la substance a été introduite dans leur corps, ou, quelle préparation d'une substance spécifique a été prise. Ces compléments en vente libre aux USA sont généralement présentés dans les publicités comme pouvant être de puissants stéroïdes « légaux », qui se transforment soit en testostérone, soit en nandrolone. Quoi qu'il en soit, l'administration de ces substances constitue une infraction aux règlements des autorités sportives. »

[Communiqué de presse : octobre 1999]

1999 - TRIATHLON – Lee Di Pietro (Usa) : trois mois pour un supplément

« Il est rare que des athlètes en activité reconnaissent s'être dopés à moins que ce ne soit « à l'insu de leur plein gré ». C'est pourtant le cas de Lee Di Pietro (USA) lors de l'Ironman d'Hawaï. Arrivée quinzisième féminine, cette mère de famille tombe des nues quand sa fédération lui annonce qu'elle a été testée positive à la **pseudoéphédrine** au terme de la course. Après réflexion, il s'avère que c'est un complément diététique – dont le nom n'a pas été révélé – disponible sur le marché américain (et peut-être français) pris pendant la course qui en est le responsable.

« Que cela serve de leçon aux triathlètes qui se précipitent sur ces suppléments naturels » clamait Di Pietro après sa comparution devant le Comité olympique US qui a admis l'utilisation non intentionnelle mais a disqualifié l'athlète et l'a suspendue pour trois mois. »

[Triathlète, 1999, n° 145, mai, p 16]

2000 - CYCLISME - Pascal Richard (Sui) : je n'avais pas vérifié...

Témoignage du champion olympique sur route 1996 : « ... La saison n'était pas terminée et ma formation avait été sélectionnée pour courir le Tour d'Italie. Le Giro allait donc m'offrir la vitrine que je cherchais pour confirmer mes bons résultats du début de saison. Nouveau coup du sort. Pour la première fois de ma carrière, une équipe m'interdit de prendre le départ parce qu'elle me soupçonnait d'être positif. L'incident s'est déroulé à Rome, juste après le prologue. En début de soirée, le médecin d'équipe est passé dans les chambres des coureurs, pour faire le point. En entrant dans la mienne, il a jeté son regard sur une boîte contenant les **compléments alimentaires** que je prenais régulièrement depuis cinq semaines et que j'achetais dans des super-marchés. Il a lu attentivement la composition puis m'a regardé horrifié. Le produit contenait une substance prohibée par la loi antidopage. Je n'avais pas vérifié, j'étais fautif.

Oui, mais voilà : je n'avais jamais été contrôlé positif durant les courses précédentes, il n'y avait donc pas de raison que cela change. Le médecin fut intraitable. Il n'avait aucun doute sur ma positivité et m'a interdit de prendre le départ de la première étape. J'ai réclamé un test au sein de l'équipe ; il me l'a refusé par crainte d'entacher l'image du groupe Linda McCartney s'il s'avérait positif. Le lendemain, dans la matinée, il a prétexté des troubles gastriques - un grossier mensonge qui, naturellement, a ouvert la porte aux interprétations les plus saugrenues. À mon retour en Suisse, j'ai voulu connaître la vérité. Le contrôle antidopage de l'UCI était formel : aucune trace de quoi que ce soit dans mes urines. En attendant, le Tour d'Italie était parti une dernière fois sans moi. »

[Richard P. - Géants de la route, forçats de la vie (entretiens écrits par Patrick Oberli et Christian Rappaz) - Genève (SUI), éd. Factual, 2001 - 143 p (pp 137-138)]



Pascal Richard, champion olympique sur route 1996

2001 - ANDROSTÈNEDIONE – Drug Enforcement Administration : des études approfondies...

Commentaires du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Les suppléments alimentaires composés de prohormones, notamment d'androstènedione (précurseur de la testostérone) et de norandrostènedione (précurseur de la nandrolone) sont apparus sur le marché américain en 1996. En vente libre, leur usage a rapidement convaincu les athlètes et, dans la foulée, une épidémie de cas positifs à la nandrolone a déferlé sur l'Hexagone à l'automne 1997 et s'est répandue ensuite à l'ensemble de la planète sportive. Mais, jusqu'il y a peu, ces produits n'étaient pas considérés comme dopants aux Etats-Unis. C'est chose faite désormais avec mention des prohormones sur la liste rouge du CIO (depuis 1997), sur celle de la NCAA (Fédération du sport universitaire américaine) et de la NFL (ligue nationale du football américain).

Récemment, la NBA (basket-ball) a elle aussi entériné son interdiction malgré l'hostilité du syndicat des joueurs. Il faut dire que, depuis quelque temps, les prohormones sont la cible de la Drug Enforcement Administration (DEA). Son directeur, Barry McCaffrey, a déclaré qu'elles faisaient l'objet d'études approfondies, notamment sur le plan de l'anabolisme musculaire. De deux choses l'une. ou bien ces prohormones agissent effectivement sur la prise de muscle et elles devront rejoindre les stéroïdes anabolisants (testostérone, stanozolol, etc.) qui, depuis 1991, se trouvent au « Controlled Substances Act », classées dans le groupe III des drogues prohibées. Ou alors, il est démontré qu'elles ne servent à rien et leur popularité risque d'en prendre un sérieux coup. Bref, on gagne toujours à faire la lumière sur un produit dopant. »

[de Mondenard J.-P. - Sur le front du dopage : avant les hormones, c'est déjà les hormones - *Sport et Vie*, 2001, n° 64, janvier-février, pp 52-57 (p 55)]

2001 - ATHLÉTISME – Mark Richardson (Gbr) : ne faites pas comme moi

Texte du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Les choses sont en train de changer dans l'affaire de la nandrolone, du moins dans l'attitude des institutions sportives. Rappelez-vous. Dans un premier temps, les autorités n'ont pas voulu reconnaître l'existence d'un problème. Elles sanctionnaient sans pitié, malgré les suppliques des athlètes. Aujourd'hui c'est clairement en train d'évoluer. Nous en prendrons pour preuve la réintégration plus rapide que prévue de Mark Richardson, le coureur britannique de 400 mètres dont on se rappellera peut-être qu'il avait été testé positif à la nandrolone le 27 octobre 1999 à l'occasion d'un contrôle hors compétition. Sa suspension courait normalement jusqu'à la fin du mois d'octobre 2001. Mais il a été blanchi par l'UKA (Fédération Anglaise d'Athlétisme) en juillet dernier (ce dont il avait profité pour gagner la finale du Grand Prix en octobre). Et voilà que l'IAAF décide à son tour de passer l'éponge. La fédération Internationale d'Athlétisme justifie cela par les circonstances exceptionnelles prévues par le règlement 60.8. Plus prosaïquement, il s'agit d'une simple marchandage par lequel Richardson renonce à faire appel au Tribunal d'Arbitrage en échange d'une promesse de réduction de peine. Plus intéressante : cette initiative prise par l'UKA d'utiliser l'athlète comme porte-parole des méfaits du dopage. Richardson a entrepris ainsi plusieurs actions éducatives auprès des jeunes, notamment pour les mettre en garde contre des **compléments alimentaires**, souvent achetés par correspondance, dont on ne connaît avec certitude ni le contenu, ni la provenance. Il a participé aussi à la rédaction d'une série d'articles, notamment sur le site Internet de l'IAAF et de communiqués comme celui qu'il a lu lors des Championnats du monde de la jeunesse de Debrecen en Hongrie. Enfin, il est intervenu au congrès « Nutrition et Sport » lors des Championnats du monde d'Edmonton et sera encore intégré aux nouvelles activités mondiales de la WADA (Agence mondiale antidopage) puisqu'il souhaite poursuivre ces actions préventives après sa réintégration. »

2001 - ATHLÉTISME – Christophe Cheval (Fra) : Internet c'est « positif »

Commentaires du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Le sprinter français Christophe Cheval, contrôlé positif à la nandrolone lors des Mondiaux d'Edmonton en août 2001, s'était défendu en disant qu'il n'avait pas sciemment consommé le produit et que la faute incombait probablement aux **compléments alimentaires** achetés sur Internet. Pour prouver cela, il a soumis deux anciens pots de produits à l'analyse par le laboratoire du Pr Lhermitte du centre hospitalier universitaire (CHU) de Lille. Celui-ci a constaté effectivement une présence de nandrolone et de produits dérivés qui ne figuraient évidemment pas dans la composition indiquée par le fabricant. Le 16 novembre dernier, la fédération française d'athlétisme (FFA) a admis l'argument. Michel Marle, vice-président chargé de la lutte antidopage a commenté cette information : « *Cela n'excuse pas Christophe Cheval qui a fait une bêtise. Toutefois, cela nous amène à mener une action entre nos avocats et les siens pour que ce genre de pratique cesse. Il faut trouver les responsables.* » Suspendu pour deux ans, Cheval (30 ans) a déposé plainte contre la société de vente par correspondance qui lui a fourni les produits, strictement identiques à ceux qu'il achetait précédemment en pharmacie, mais un peu moins chers. Enfin, Michel Marle a précisé que la FFA a l'intention d'appuyer l'année prochaine la demande de Christophe Cheval de bénéficier d'une réduction de peine auprès de la Fédération internationale (IAAF) afin de « lui permettre de tenter de se qualifier pour les Mondiaux 2003 à Paris ». Certains athlètes ont pu bénéficier de cette mesure de clémence pour bonne conduite en effectuant des actions de prévention et d'éducation sur le dopage. Dans le cas présent, il serait très opportun qu'il relate son expérience d'achat par correspondance ! »

[de Mondenard J.P. .- Sur le front du dopage : le Net c'est pas net. – Sport et Vie, 2002, n° 70, janvier-février, pp 58-61 (p 59)]

2001 - ÉPHÉDRINE – USA : ils pètent la forme

Commentaires du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Dans son dernier numéro, le *New England Journal of Medicine* rapporte les résultats d'une pré-étude qui sera publiée plus tard dans sa version complète. Mais déjà le constat est accablant. A la demande de la FDA (Food and Drug Administration) américaine, le laboratoire de Christine Haller à l'université de Californie a étudié les effets secondaires des compléments nutritionnels. Les chercheurs épluchèrent 140 dossiers d'accidents survenus au cours des deux dernières années. Dans 31 % des cas, c'est probablement l'**éphédrine** contenue dans ces préparations qui se trouve à la source du problème. Parmi les 43 victimes, 3 personnes sont mortes, 7 ont des séquelles permanentes et 4 nécessitent un traitement médical. L'éphédrine aurait ainsi été responsable de 5 arrêts cardiaques (dont 2 fatals et 3 suivis de dégâts neurologiques permanents), 4 accidents vasculaires cérébraux (AVC) et 5 hypertensions artérielles (HTA). Si l'on ajoute les 44 cas suspects, on atteint le nombre de 10 décès sur 87 cas et 13 cas de séquelles permanentes. Ces chiffres sont impressionnants. Evidemment, il faut les rapporter à l'importance du marché des ergogènes aux Etats-Unis : 12 millions de consommateurs réguliers et 3 millions de doses vendues par jour. D'ailleurs, il ne s'agit pas toujours d'améliorer sa résistance physique. Certains les utilisent tout simplement pour maigrir ou lutter contre la fatigue. Il existe des douzaines de préparations différentes en vente libre qui contiennent souvent des dérivés de plante chinoise « ma Huang » et de la caféine tirée du guarana. Or on sait que l'association éphédrine-caféine a un fort pouvoir stimulant sur le cœur ; effet qui peut être encore renforcé par les autres prises de caféine (café, thé, coca, energy drinks, etc.)

Aussi, les auteurs recommandent que la FDA impose des recommandations sur la dose maximale consommable en 24 heures et établissent la liste des contre-indications : maladies cardiaques, hypertension, hyperthyroïdie, troubles psychiatriques, dysautonomie (anomalie du système nerveux autonome), antécédents de convulsions et diabète. Evidemment, il ne resterait plus beaucoup de monde... »

[de Mondenard J.-P. .- Sur le front du dopage : les Américains pètent la forme .- Sport et Vie, 2001, n° 64, janvier-février, pp 52-57 (p 55)]

2001 - ÉTUDE SCIENTIFIQUE – DGCCRF : quinze sites en infraction..

Commentaires du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Il était enfin temps que l'on s'attaque aux pourvoyeurs sévissant sur le net. Ainsi, la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), a contrôlé au cours des trois premiers trimestres de l'année 2001, vingt-six sites Internet proposant des compléments alimentaires par correspondance. Quinze sites étaient en infraction aux lois françaises et quatorze procédures judiciaires ont été engagées pour « tromperie et falsification », « mise en vente de produits illicites », « absence de coordonnées de l'entreprise » et « publicité mensongère ». Evidemment, cette grande rafle ne peut se faire qu'à l'encontre des firmes basées sur le territoire français ou dans des pays limitrophes ayant conclu des conventions avec la France. Il reste tout à fait impossible de sanctionner le commerce en provenance des Etats-Unis où l'on deale encore hormones et autres produits illicites en toute liberté. »

[de Mondenard J.P. - Sur le front du dopage : grand nettoyage. – Sport et Vie, 2002, n° 70, janvier-février, pp 58-63 (p 60)]

2001 - FOOTBALL – Italie : les contaminants suspectés

Texte et commentaire du Dr Jean-Pierre de Mondenard : « Trois ans après la France, voilà que le football italien croule sous les révélations des joueurs positifs à la **nandrolone** : huit joueurs épinglés depuis septembre, notamment le Néerlandais Edgar Davids (Juventus), le Belge Jean-François Gillet (Bari), le Portugais Fernando Couto (Lazio Roma), etc. Le parquet de Turin serait lui-même sur la trace des 75 sportifs suspects dont 25 footballeurs. Les raisons précises de cette pandémie à la nandrolone restent mystérieuses. Certes, depuis trois ans, des scientifiques ont successivement démontré que ce stéroïde anabolisant était présent naturellement dans l'espèce humaine, que la prise d'autres substances hormonales prohibées telles que la gonadotrophine chorionique était susceptible de booster sa production, voire même que la consommation de barres énergétiques ou de viande contaminée pouvait entraîner un contrôle positif. Les médecins de club mettent actuellement leurs joueurs en garde contre les risques de contamination par des **compléments alimentaires**. Mais, pour ne pas condamner aveuglément, il faudrait passer le relais aux organismes d'État comme l'Agence de sécurité sanitaire des produits de santé qui, en France, est chargée de vérifier la composition des aliments. Tous les sportifs n'ont pas à leur disposition un laboratoire privé capable de déceler les substances étrangères à la composition inscrite sur les emballages. »

[de Mondenard J.-P. - Sur le front du dopage : la nandrolone court toujours. - Sport et Vie, 2001, n° 66, mai-juin, pp 58-63 (p 61)]

2001 - HALTÉROPHILIE – Niger : des victimes

Texte du Docteur Jean-Pierre de Mondenard : « Une grosse affaire de dopage est passée relativement inaperçue ces derniers temps : il faut dire qu'elle concernait d'obscurs haltérophiles nigériens. Pourtant l'histoire est intéressante et relance le débat sur une éventuelle suppression de la discipline du programme olympique. Rappelons qu'aux Jeux olympiques de Sydney, trois Bulgares et un Arménien avaient été dépossédés de leurs médailles après des contrôles positifs aux stéroïdes. Sur l'ensemble de la saison, ils étaient vingt à être pris en flagrant délit. Puis, au mois d'octobre, quatre nouvelles têtes tombaient : celles de Tina Chima, Evelyn Ebhomien, Curtis Omaghinor et Oliver Toby, tous membres de l'équipe du Nigeria et positifs à la norandrostérone (métabolite de la nandrolone) lors d'un test conduit par l'Agence mondiale antidopage (AMA). Cela commence à faire beaucoup de monde. On ne parlait d'ailleurs que de cela aux Championnats du monde d'haltérophilie qui se sont déroulés les 6 et 7 octobre derniers à Nauru (Pacifique Sud). Le président de la fédération internationale d'haltérophilie (IWF), Tamas Anjan, eut alors cette attitude paradoxale qui consista à sanctionner sévèrement le Nigeria – suspension d'un an de toutes les compétitions internationales – tout en couvrant les athlètes présentées comme des victimes de **compléments alimentaires** frauduleux. Ce type de décision marque peut-être une nouvelle étape dans la lutte contre le dopage où l'on punirait plus sévèrement les dirigeants que les athlètes, à charge pour les premiers de faire respecter certaines règles de prudence dans leur délégation. »

[de Mondenard J.P. - Sur le front du dopage : coup de barre. – Sport et Vie, 2002, n° 70, janvier-février, pp 58-63 (p 59)]

2002 - ALICAMENT – AFSSA : aucun intérêt nutritionnel

Texte du Docteur Jean-Pierre de Mondenard : « L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) vient de rendre plusieurs avis défavorables concernant l'enrichissement des aliments en minéraux et vitamines. Le plus souvent, l'agence considère en effet que les ajouts

demandés par les industriels ne présentent aucun intérêt nutritionnel ; tout simplement parce que les aliments concernés ne sont pas de bons vecteurs pour ces vitamines et sels minéraux. C'est le cas notamment pour l'ajout de calcium dans les boissons aux fruits ou pour celui de vitamines et minéraux dans les biscuits ! cela n'a rien à voir avec le dopage. Quoique... On trouve des raisons de craindre cette entreprise de banalisation pharmacologique qui conditionne la santé, la forme et la performance à la consommation de ces nouveaux alicaments. »

[de Mondenard J.P. - Sur le front du dopage : alicament bobo. – Sport et Vie, 2002, n° 73, juillet-août, pp 50-53 (p 53)]

2002 - ATHLÉTISME – Moussa Sissoko (Fra) : conseillé par un médecin du sport

« Le Français Moussa Sissoko, spécialiste du 110 m haies et de la longueur, a été suspendu pour deux ans à la suite d'un contrôle antidopage positif effectué à l'issue d'un meeting à Bordeaux, le 12 juin. La sanction court à partir du 24 septembre, date à laquelle elle lui a été notifiée par la Fédération française d'athlétisme, selon le quotidien *Sud-Ouest* qui a révélé l'affaire dans son édition de mardi. Moussa Sissoko, 28 ans, licencié dans un club de la région bordelaise, a été contrôlé positif à un dérivé de la **testostérone**, mais se défend d'avoir voulu se doper sciemment. L'athlète, champion de France Nationale 2 sur 110 mètres haies en 1999 et 2000, plusieurs fois finaliste sur cette distance aux Championnats de France Elite, a en effet acheté en Espagne, sur les conseils d'un médecin du sport, un **complément alimentaire** en vente libre dans ce pays, sans savoir que ce produit à base de protéines, dont il ne se souvient pas du nom, contenait de la testostérone.

« J'avais décidé de prendre une pseudo année sabbatique. Je me suis juste préparé pour les championnats inter-clubs fin avril puis j'ai fait quelques compétitions. » Après avoir participé à un meeting à Saint-Brieuc, début juin : *« J'avais l'intention de reprendre fin juillet pour me préparer pour cet hiver »,* a-t-il dit. Malgré un travail musculaire, Moussa Sissoko s'est rendu compte qu'il *« avait perdu musculairement. J'ai été voir mon médecin traitant, un généraliste, qui m'a conseillé d'aller voir un médecin du sport. Ce médecin m'a conseillé un produit, en vente libre en Espagne, puisque je devais me rendre dans ce pays. »* »

[Agence France-Presse, 22.10.2002]

2002 - BASKETBALL – FIBA : mise en garde

« La Fédération internationale de basketball (FIBA) a enregistré trois cas de dopage cette année concernant des joueurs internationaux de haut niveau, MM. Erdogan Serkan (TUR), Ionnis Giannoulis (GRE) et Rafael Araújo (BRE) – pour lesquels la substance interdite détectée était la nandrolone – et a dû appliquer, conformément à ses règlements en vigueur, deux ans de suspension.

Dans chaque affaire, les athlètes incriminés ont reconnu avoir ingéré des **compléments alimentaires** en ignorant qu'ils contenaient des stéroïdes anabolisants androgènes.

La FIBA est particulièrement préoccupée par la consommation grandissante de pseudo médicaments énergisants (créatine, minéraux, acides aminés, complexes poly-vitaminiques, plantes, etc.) vendus dans le monde entier. Or, certains manufacturiers, pour accroître l'efficacité de leurs produits, y ajoutent des prohormones de testostérone, nandrolone, boldénone, ingrédients des plus dopants.

Les compléments nutritionnels sont proposés dans des emballages ne comportant pas l'indication réelle des composants, avec parfois des déclarations mensongères de conformité avec les règlements du CIO.

C'est un véritable piège tendu aux pratiquants du basketball et à ceux qui ont en charge leur santé qui peuvent, par manque d'information, se retrouver coupables de dopage. Certes, l'athlète est réglementairement le seul responsable de tout ce qu'il introduit dans son organisme. Encore faut-il qu'il en soit parfaitement avisé et conscient.

C'est pourquoi la FIBA a décidé de lancer une campagne de sensibilisation et d'alerter ses 212 Fédérations nationales adhérentes par des circulaires, documents à diffuser auprès des intéressés.

En suivant les indications déjà données par le CIO en avril 2002 et par les athlètes, lors du premier Forum international d'octobre 2002, la FIBA souhaite que les lois gouvernementales obligent les fabricants de compléments alimentaires à révéler la liste des constituants de leurs produits et que le Mouvement olympique, l'AMA, le Conseil de l'Europe organisent une campagne médiatique d'envergure à propos du risque de sanction qu'encourent les sportifs absorbant des préparations polluées. »

[Conseil Médical de la FIBA - La consommation croissante de pseudo médicaments énergisants menace la lutte contre le dopage - Communiqué de presse, 19.12.2002]

2002 - ENQUÊTE – CIO : 15 % de substances illicites

Information de *La Lettre Economique du sport* : « Précisions sur les compléments alimentaires. Comme nous l'annoncions dans le précédent numéro, les chercheurs de l'Institut de biochimie de Cologne ont détecté des substances illicites dans 94 (soit 15 %) des 634 compléments alimentaires qu'ils ont analysés. Le comité international olympique, à l'origine de cette étude, précise qu'il a collecté les compléments alimentaires auprès de 215 fournisseurs de treize pays entre octobre 2000 et novembre 2001. Sur les 94 échantillons « positifs », 23 contiennent de la **nandrolone** et de la **testostérone**, 64 de la testostérone et 7 de la nandrolone. Les Pays-Bas affichent le taux record de « positivité » des produits testés (25 %), devant l'Autriche (22 %), la Grande-Bretagne et les Etats-Unis (19 % chacun). Puis viennent l'Italie, l'Espagne, l'Allemagne, la Belgique, la France (6,7 %) et la Norvège (3,3 %). Seules la Suisse, la Suède et la Hongrie n'enregistrent aucun cas positif. Rien n'empêche leurs sportifs de se fournir à l'étranger. »

[*La Lettre Economique du sport*, 2002, n° 612, 10 avril]

2002 - ENQUÊTE– Comité olympique néerlandais (NOCNSF) : 25 % des échantillons testés plus ou moins positifs

« Une étude menée à la demande du Comité olympique néerlandais (NOCNSF) sur les compléments alimentaires utilisés par les sportifs, a révélé que 25 % des échantillons analysés contiennent des produits, parfois dopants, non mentionnés sur l'étiquette. Cette analyse, menée jusqu'à présent sur 55 des 69 produits qui ont été soumis aux chercheurs, a mis en évidence la présence d'éléments dopants dans les compléments alimentaires utilisés par les sportifs néerlandais sélectionnés pour les JO d'hiver de Salt Lake City. Dans tous les cas cependant, il s'agit de très faibles concentrations qui ne pourraient pas être seules responsables d'un contrôle antidopage positif, estiment les chercheurs néerlandais. Il existe néanmoins un véritable risque dès que ces compléments sont utilisés en combinaison avec certains aliments ou boissons (comme le café ou le cola) ou d'autres compléments. De telles réactions peuvent également être décelées lorsque le corps est soumis à certaines circonstances particulières comme le froid, la chaleur ou l'altitude, ce qui inquiète le NOCNSF, la ville de Salt Lake City aux Etats-Unis étant située à 1 425 mètres d'altitude. »

[*L'Équipe*, 06.01.2002]

2003 - ATHLÉTISME (perche) – Okkert Brits (Afs) : de l'éphédrine à son insu

« Le perchiste sud-africain Okkert Brits, contrôlé positif à l'**éphédrine** fin janvier, a été « averti » par sa fédération qui a retenu l'argument de la prise non-intentionnelle du produit après absorption d'un **complément alimentaire**, a-t-on appris jeudi 13 février d'un membre de la Fédération sud-africaine.

« Il a été contrôlé positif à l'éphédrine, a déclaré à l'AFP Linda Ferns, responsable du marketing de la Fédération sud-africaine. Il s'agit de sa première faute et a reçu un avertissement public. Il pourra donc concourir. » Un porte-parole de la Fédération internationale (IAAF) a confirmé que pour un premier contrôle positif à ce type de produit, l'athlète recevait un avertissement avant d'être suspendu deux ans en cas de récidive.

Vainqueur des Jeux du Commonwealth cet été à Manchester, Brits (29 ans) avait été le troisième perchiste à franchir la barre des 6,00 m réussissant même 6,03 m en août 1995.

Brits a reconnu dans un communiqué son erreur et a expliqué avoir utilisé des produits acquis via internet sur lesquels ne figurait pas le stimulant incriminé. Il a décidé de ne pas demander de contre-expertise et de ne pas faire appel après ce contrôle survenu le 31 janvier lors de la réunion nationale de Potchefstroom. »

[*Agence France-Presse*, 13.02.2003]



Okkert Brits – 6,03 m en août 1995

2003 - MISE EN GARDE (Grande-Bretagne) – Richard Callicott (Gbr): les seuls responsables...

« Les athlètes britanniques ont été mis en garde, lundi 10 février, par le président d'une instance sportive nationale, contre la consommation de **compléments nutritionnels**, susceptibles de provoquer des contrôles antidopage positifs, selon une étude sur la nandrolone effectuée l'an dernier à Cologne (Allemagne).

D'après cette étude, 94 des 634 échantillons de suppléments diététiques - a priori « sains » - testés (soit 15 %) ont révélé la présence de stéroïdes, une substance inscrite sur la liste des produits dopants par le Comité international olympique (CIO).

« Les athlètes qui prennent des suppléments (nutritionnels) le font à leur propre risque et sont seuls responsables » a déclaré Richard Callicott, président de l'instance consultative UK Sport, créée en 1996 sur charte royale.

« Compte tenu des risques de contamination ou de manque d'informations quant au contenu de certains compléments, comme l'a souligné cette étude, l'UK Sport se sent dans l'obligation d'inviter les athlètes à la plus extrême prudence », a poursuivi Richard Callicott.

Le CIO avertit régulièrement les athlètes des risques liés à la consommation de compléments alimentaires, et certains pays envisagent d'entreprendre des actions afin de renforcer la transparence de ces produits, notamment en matière d'étiquetage. »

[Agence France-Presse, 10.02.2003]

2003 - ATHLÉTISME – Fatima Hajjami (Fra) : toujours l'excuse des compléments « contaminés »

« L'athlète franco-marocaine Fatima Hajjami a été contrôlée positive à un produit anabolisant à l'occasion d'un cross régional qui s'était déroulé à Firminy (Loire) en décembre 2003, a-t-on appris mardi 16 mars auprès de l'intéressée. L'internationale de course sur route, aujourd'hui âgée de 37 ans, a expliqué avoir été informée la semaine dernière par la Fédération française d'athlétisme du résultat positif d'un contrôle effectué le 21 décembre alors qu'elle venait de remporter le cross Guy-Dalban. Fatima Hajjami, qui évolue au club stéphanois Coquelico-42 comme son compatriote Driss Maazouzi, a plaidé la bonne foi et l'imprudence et expliqué que lors d'un stage au Maroc en octobre dernier, elle avait acheté dans un magasin de sport un complément alimentaire en ignorant qu'il contenait du **stanozolol**, un produit anabolisant. « *Ce n'est pas à 37 ans que je vais me lancer dans le dopage, que je dénonce, après 18 années de carrière* », a déclaré l'athlète, soulignant que le suivi longitudinal dont elle est l'objet de la part de la FFA n'a rien révélé de particulier en janvier. L'athlète a demandé une contre-expertise et attend la décision de la commission de discipline de la fédération qui doit lui être signifiée le 31 mars prochain. Elle encourt une suspension de deux mois à deux ans. »

[Agence France-Presse, 16.03.2004]



Fatima Hajjami

2005 - TENNIS – ATP : des compléments certifiés « propres »

Texte de la journaliste Patricia Jolly : « Des compléments alimentaires garantis sans substance dopante : c'est la nouveauté proposée en ce début d'année par l'ATP, l'association qui dirige le tennis professionnel masculin. Une ligne de cinq produits – trois boissons énergétiques ou de récupération, un gel et des barres nutritionnelles à l'orange – est désormais à la disposition des joueurs via un site Internet sécurisé par l'ATP. Elle a été mise au point par le laboratoire pharmaceutique GlaxoSmithKline (GSK) et testée par le laboratoire de Newmarket (Angleterre), accrédité par l'Agence mondiale antidopage (AMA).

Cette démarche inédite dont le lancement officiel coïncide avec le début des Internationaux d'Australie (17 au 30 janvier), fait suite à une embarrassante publicité qu'a dû affronter l'ATP. Celle-ci avait admis publiquement la distribution par ses propres soigneurs sur des tournois, entre juin 2002 et mai 2003, de compléments susceptibles de contenir des substances dopantes. Sept joueurs du circuit, contrôlés positifs à la nandrolone (stéroïde anabolisant) avaient été blanchis au bénéfice du doute après l'aveu de l'ATP. L'affaire ayant atteint son paroxysme en janvier 2004, après que le Britannique Greg Rusedski, ancien numéro 4 mondial, eut annoncé qu'il avait été contrôlé positif à la nandrolone en juillet 2003. Une infraction qui le rendait passible de deux années de suspension, ce qui, à 30 ans, aurait précipité la fin de sa carrière. La défense du joueur avait plaidé le dopage par inadvertance causé par les produits fournis par l'ATP bien que celle-ci eût retiré les compléments suspects du circuit dès mai 2003. Faute de preuves sur la durée d'action de ces produits, le Britannique avait été absous.

L'ATP avait alors constitué un groupe de travail composé d'une dizaine de joueurs en activité dont André Agassi, Greg Rusedski ou le Britannique Tim Henmann, d'entraîneurs, d'organiseurs de tournois, de médecins et de juristes et présidé par le Danois Jan Leschly, numéro 10 mondial en 1967 et ex-dirigeant du groupe pharmaceutique SmithKline Beecham. Leur mission ? « *Développer des solutions à court et à long terme pour aider les joueurs à gérer les risques liés à la prise de vitamines et de compléments nutritionnels et minéraux* ». En novembre 2004, le groupe avait conclu à la nécessité de lancer une ligne de compléments alimentaires spécifiquement conçue pour le circuit ATP par GlaxoSmithKline. Cette démarche est inédite. Mais si l'initiative de l'ATP, soutenue par la Fédération internationale de tennis (ITF) part d'un sentiment louable, la mise à disposition de compléments alimentaires pour les joueurs, au prétexte de mieux en contrôler la provenance et la composition, revient aussi à en encourager la consommation. Voire à affirmer qu'ils sont indispensables à la pratique du sport de haut niveau. Ce qui n'est pas du goût de l'Agence mondiale antidopage (AMA) auteur d'un rapport sur les huit cas de dopage de l'ATP, qui insiste sur le fait qu'elle n'est pas partie prenante dans l'accord qui lie le laboratoire GSK et l'instance sportive. « le problème des compléments est très sensible, explique David Howman, directeur général de l'AMA, non seulement à cause des questions de contamination, mais aussi à cause de celles liées à la contrefaçon et à d'autres questions de santé primordiales. »

[Jolly P. - L'ATP met à disposition des joueurs une ligne de compléments alimentaires certifiés « propres ». – Le Monde, 18.01.2005]

2008 - QUE CHOISIR – Jean-Paul Geai (Fra) : perlimpinpin et compagnie

Texte de Jean-Paul Geai, rédacteur en chef de la revue *Que Choisir* : « Ventre plat, jambes légères, teint éclatant, cheveux brillants et soyeux, forme éblouissante, mémoire retrouvée, anti-âge et antistress... A lire les promesses portées sur leurs emballages, les **compléments alimentaires** ne manquent pas d'arguments pour séduire. Et ça marche ! Du moins sur le plan économique. Le

marché, lui, est en pleine forme. A l'heure du culte de l'apparence et de l'éternelle jeunesse, les Français dépensent aujourd'hui plus d'un milliard d'euros par an à l'achat de ces comprimés, gélules, poudres en sachets et autres solutions buvables. Les pharmaciens, qui assurent 60% des ventes grâce au tiercé gagnant des produits pour la minceur, la ménopause et aux toniques, peuvent se frotter les mains et les grandes surfaces et les parapharmacies agrandir leurs rayons : le secteur compte porter son chiffre d'affaires à deux milliards d'euros d'ici quatre ans. Mais ce business florissant suscite aussi beaucoup d'interrogations. Et si toutes les allégations santé mises en avant, et savamment orchestrées par la publicité et le marketing des fabricants pour doper leurs ventes, étaient du vent ? A la frontière de l'aliment et du médicament, les compléments alimentaires sont, selon une définition officielle de mars 2006, des « denrées alimentaires ayant un effet nutritionnel ou physiologique ». Concrètement, ils peuvent contenir des mélanges de vitamines et de sels minéraux mais aussi de plantes, d'extraits végétaux et même d'autres substances actives comme des protéines, des acides gras, des antioxydants... Le cocktail de tous ces ingrédients en fait-il pour autant la panacée à tous nos maux ? Toutes les études épidémiologiques et scientifiques sérieuses montrent que, sauf cas particulier de carences, tous ces produits ne servent à rien quand ils ne s'accompagnent pas parfois d'effets nocifs. On ne trouve rien parmi leurs principes actifs qui puisse justifier les allégations prometteuses imprimées sur les boîtes. Aucun de leurs ingrédients ne voit ses vertus confirmées par une étude rigoureuse. Tout ce que ces compléments apportent se trouve déjà dans ce que nous mangeons tous les jours pour peu que notre alimentation soit variée et équilibrée. » [Que Choisir, 2008, n° 464, novembre, p 3]

2012 - FRANCE - Certifiés sécurisés par l'AFNOR

Texte du journaliste Damien Ressiott : « En collaboration avec le ministère des Sports, l'AFNOR (Agence française de normalisation) publie une nouvelle norme relative aux compléments alimentaires et autres denrées alimentaires destinés aux sportifs. Cette démarche volontariste de prévention du dopage mise en œuvre par le ministère des Sports est applicable depuis le 14 juin 2012. Elle garantit aux consommateurs que les produits ainsi labellisés sont exempts de substances dopantes. La présence de la mention NF V 94-001 sur l'emballage des produits, commercialisés en majorité dans les salles de sport, les grandes et moyenne surfaces et les pharmacies, assurera aux sportifs que ce qu'ils consomment a été conçu et fabriqué en respectant un protocole d'assurance qualité strict. Valérie Fourneyron, ministre chargée des Sports et médecin du sport de formation, s'est félicitée hier de la mise en place de ce label "qui permettra de préserver la santé des athlètes et de leur éviter de cruelles désillusions." »

[L'Équipe, 21.06.2012]

2013 - ATHLÉTISME - Pas indispensable pour gagner

Allyson Félix, la triple championne olympique des Jeux de Londres (200 m, 4 x 100 m, 4 x 400 m), interviewée par *L'Équipe*, au sujet des problèmes de dopage en Jamaïque, liés soi-disant à des compléments alimentaires contaminés (Asafa Powell et Sherone Simpson, les derniers en date épinglés par la patrouille), répond catégoriquement : « *Cela surprend souvent les gens, mais je ne prends aucun supplément. Je me contente d'une nourriture saine. Je ne prends même pas de vitamines. C'est une décision que j'ai prise il y a longtemps. En fait, dès le départ, c'est devenu ma routine. Quand je vois des athlètes revenir de chez un nutritionniste avec des montagnes de boîtes, je me dis que c'est beaucoup trop.* »

Consciente de la singularité de sa réponse, elle ajoute : « *Mon cas est rare. On en parle avec mes partenaires d'entraînement. Certains prennent des vitamines, d'autres de suppléments. Je ne juge pas, ce n'est pas de la triche, les vitamines et les suppléments sont légaux. C'est ma paranoïa à moi. Vous ne pouvez pas contrôler leur composition. Et comme j'ai connu le succès sans, je n'éprouve pas le besoin de changer.* »

Cette interview apporte deux informations à tous les runners de la planète : on peut être performant sans suppléments et que ces derniers peuvent, en 2014, être encore contaminés.

[Dr JPDM – *Running Attitude*, 2014, n° 143, avril, p 55]

2014 - ATHLÉTISME - Asafa Powell (Jam) : 9 produits différents

L'ex-recordman du monde du 100 m, le Jamaïcain Asafa Powell, contrôlé positif à l'oxilofrine – un stimulant qui abrège le temps de réaction - a mis en avant pour sa défense la pollution à son insu d'un complément alimentaire commercialisé sous le nom d'Epiphany D1. Afin de renforcer son image d'athlète propre, Powell insiste sur ses 150 tests tous négatifs en 12 ans de carrière. Signalons qu'il existe de nombreuses substances indécélables et que, pour cela, un contrôle négatif « n'est la preuve de rien du tout » !

Par ailleurs, *Pow*, son surnom des enceintes athlétiques, a révélé devant la Commission qu'il prenait neuf produits différents (plus quatre injections dont des vitamines). Pour quelqu'un qui affirmait dans les médias la main sur le cœur qu'il était contre le dopage, on peut lui rétorquer que sans état d'âme il s'autorisait pour le moins des conduites du même type.

[Dr JPDM – *Running Attitude*, 2014, n° 146, juillet, p 58]



Asafa Powell, en juin 2007 recordman du monde du 100 m : 9''74

RÉGLEMENTATION

2023 - Liste Agence mondiale antidopage (AMA)

Depuis janvier 2004, l'AMA édicte et publie au plan international, la seule liste faisant désormais référence pour l'ensemble du mouvement sportif. Les compléments alimentaires ne figurent pas en tant que tels dans la nomenclature des substances et méthodes prohibées par l'AMA. En revanche, toute « pollution » intentionnelle ou « à son insu » par une substance prohibée entraînera un contrôle positif et fera l'objet d'une sanction. L'excuse « c'est pas ma faute, je ne savais pas » n'est plus recevable.
