



Tu peux être convoqué pour un contrôle anti-dopage....

QUAND ?

En compétition,
A l'entraînement,
Parfois à domicile,
En France comme à l'étranger.

COMMENT ?

Tu es informé du contrôle juste après ton épreuve (course ou concours) directement par un délégué fédéral (personne habilitée par les instances fédérales).

Tu signes une convocation (une personne va alors te suivre partout jusqu'à ce que tu te présentes au contrôleur assermenté souvent un médecin).

OU ?

Tu dois alors te rendre immédiatement sur le lieu du contrôle qui est indiqué dans ta convocation (la plupart du temps un vestiaire dans le stade).

Prend avec toi une pièce d'identité, ta licence FFA, ton sac avec des vêtements de rechange et tes ordonnances si tu prends un traitement

régulier ou ponctuel. Si tu as une AUT (autorisation pour usage thérapeutique) tu dois toujours en avoir une copie dans ton sac.

AVEC QUI ?

Une personne de ton choix peut t'accompagner (il est préférable que le médecin d'équipe t'accompagne lors d'une compétition à l'étranger)

Tout cas de refus ou de non présentation au contrôle est sanctionné comme un contrôle positif à une substance dite lourde comme les anabolisants.

LE CONTRÔLE ANTIDOPAGE EN COMPETITION



CONSEIL : Evite d'aller aux toilettes entre la fin de ta compétition et ton arrivée au local de contrôle, sinon ton stage à cet endroit risque de s'éterniser quelque peu



Actuellement, la plupart des contrôles anti-dopage se fait essentiellement par prélèvement d'urines. Mais parfois le préleveur assermenté pourra effectuer un prélèvement sanguin, salivaire voire capillaire (une centaine de cheveux ou de poils) voire un prélèvement d'ongles. Si c'est le cas, tout cela sera précisé dans ta convocation.



Le local où s'effectue le contrôle doit réglementairement comporter une salle d'attente, une salle d'examen et des toilettes privées. Ce n'est pas un lieu traversé par le public ! Ton identité va être vérifiée et tu vas être invité à boire de l'eau ou des sodas.

ATTENTION : Ne bois que dans des bouteilles CAPSULEES que tu ouvres toi-même. Personne ne doit boire dans ta bouteille!!! Garde la donc précieusement !



Dès que tu te sens prêt à émettre le précieux liquide, le contrôle peut commencer :

1ère étape : Recueil des urines

- Choisis un gobelet enfermé dans un sac plastique hermétique
- Vérifie que ce sachet est bien intact et ne laisse pas échapper d'air
- Déchire toi-même le sachet et récupère le gobelet

**C'est toi qui manipules le gobelet !
Exceptionnellement le préleveur assermenté pourra
être amené à le toucher pour t'aider.**

Tu peux maintenant aller aux toilettes en compagnie du médecin ou de la personne assermentée qui vérifiera l'émission sans fraude de ton urine. La loi prévoit que la personne qui t'accompagne aux toilettes et visionne ton émission d'urine soit de même sexe que toi. Alors dépêche-toi, il (ou elle) en a vu d'autres !!!



Ton gobelet doit contenir au moins 100 ml d'urines. Donc force-toi un peu !

2^{ème} étape : Choix des packs numérotés

Choisis un pack scellé contenant deux boîtes (jaune et verte en France, bleu et rouge en compétition internationale) et vérifie qu'il n'ait pas déjà été ouvert.

Le numéro inscrit sur le pack, sur les boîtes et les flacons doit être identique.

Vérifie que ce numéro unique est inscrit sans erreur par le préleveur sur le procès verbal.

Ce numéro sera spécifique de ton prélèvement. Une étiquette comportant ce numéro avec un code barre sera d'ailleurs collée sur chaque feuillet du procès verbal.

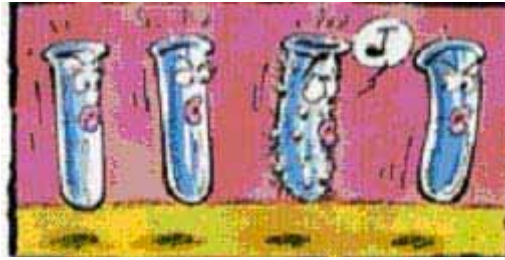
Personne d'autre que toi ne dois manipuler ces flacons jusqu'à leur fermeture définitive. Exceptionnellement le préleveur assermenté pourra être amené à les prendre pour t'aider.

3^{ème} étape : Transfert des urines dans les packs numérotés

Transvase toi-même ton urine du gobelet de recueil dans les deux flacons en verre en suivant les indications du préleveur.

Ferme les flacons avec les bouchons correspondants et assure-toi de l'étanchéité.

Insère les flacons dans les packs qui seront alors scellés.
Tu peux maintenant confier les packs scellés au préleveur.



Quand ces deux boîtes ou packs sont fermés hermétiquement et scellés, plus personne ne peut les ouvrir sans que l'effraction ne soit visible.

Le préleveur se charge de les faire acheminer au laboratoire de dépistage agréé dans des conditions de transport particulières et sécurisées.

Le préleveur procède **alors et seulement** à une première analyse de ton urine (qui sert seulement à déterminer si le liquide que tu as émis est bien de l'urine).

Il trempe une bandelette dans l'urine restant dans le premier gobelet de recueil. Cette analyse ne doit se faire :

- qu'**APRES** la fermeture définitive des boîtes et des packs,
- **SEULEMENT** sur l'urine restant dans le premier gobelet de recueil afin que la bandelette ne contamine pas ton urine. Le reste des urines est alors jeté.

4^{ème} étape : Rédaction du procès verbal

Sois **VIGILANT** car le contrôle n'est pas terminé !

Le préleveur finit en effet de remplir le procès verbal dont un exemplaire sera envoyé aux différentes instances sportives et administratives.

Le préleveur va alors te demander si tu as pris des médicaments récemment. Tu dois signaler tous les médicaments que tu as éventuellement pris les jours précédents et si possible montrer les **ORDONNANCES** médicales correspondantes.



Si tu prends des médicaments inscrits sur la liste des produits interdits mais autorisés avec une **AUT (autorisation pour usage thérapeutique)**, tu dois montrer ton **AUT** au préleveur qui le consignera dans le procès verbal. Par exemple une justification thérapeutique pour prendre des médicaments contre l'**ASTHME** : seuls le Salbutamol (Ventoline), le Salmétérol (Sévévent), la Terbutaline (Bricanyl) et le Formotérol (Foradil) sont autorisés sous ces conditions).

RAPPEL : L'AUT doit être préalablement envoyée et enregistrée par l'AFLD (Agence Française de Lutte contre le Dopage)



Si tu as oublié tes ordonnances, signale de mémoire **TOUS LES MEDICAMENTS** que tu as pris récemment.



Enfin, le préleveur te demandera si tu as des remarques à faire sur le déroulement du contrôle.

C'est à ce moment que tu dois signaler **PAR ECRIT** les **ANOMALIES EVENTUELLES** de procédure que tu as pu constater (tu écris dans un espace prévu à cet effet).

Le procès verbal est ensuite signé par le préleveur, le délégué fédéral s'il y a lieu, ton accompagnateur si tu en as désiré un et enfin par toi-même.

Ta signature ne doit pas déborder de la case qui t'est impartie pour respecter l'**ANONYMAT** de ton prélèvement quand il arrivera au laboratoire de dépistage. En effet le laboratoire de dépistage ne connaît pas l'identité du sportif qu'il est en train d'analyser.



AVANT DE PARTIR :

Relis l'intégralité du procès verbal de contrôle anti dopage
Demande le feuillet qui t'est destiné
Garde ce feuillet précieusement deux mois minimum



Si ton contrôle est négatif, tu n'en recevras jamais de nouvelles...

Mars 2009

Livret établi par le Dr Martine PREVOST, Commission Médicale FFA

Illustrations : CLED'12 et Ministère Jeunesse et Sports