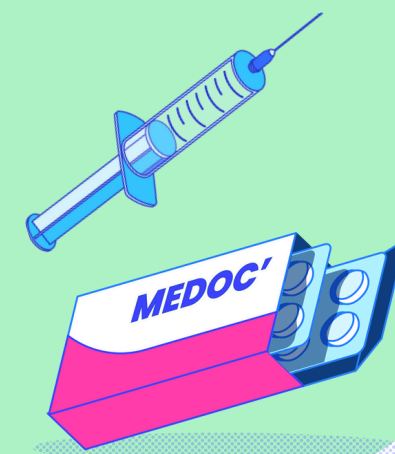


## Les stimulants



### De quoi parle t-on?



#### Les stimulants

- Stimulants du système nerveux central : augmentent l'activité physique et intellectuelle.
- De nombreuses substances
  - Des stupéfiants (drogues interdites) : cocaïne (cf fiche spécifique), ecstasy, amphétamines, métamphétamine...
  - Des médicaments, vendus avec ou sans ordonnance : éphédrine et adrénaline (stimulants cardiaques), modafinil (traitement de la narcolepsie), heptaminol (traitement de l'hypotension orthostatique), pseudoéphédrine (vasoconstricteur : actifed rhume, dolirhume, humex rhume, nurofen rhume, rhinadvil rhume) tuaminoheptane (décongestionnant nasal: Rhinofluimucil), méthylphénidate (traitement du TDAH)...
- Attention aux médicaments en "vente libre" en pharmacie et attention aux compléments alimentaires qui peuvent contenir des stimulants.

#### Modes d'utilisation

- Selon la substance:
- Stupéfiants : sniffés, injectés, inhalés, ingérés
- Médicaments : injections, comprimés, sprays nasaux

### Effets recherchés par les sportifs

- Augmentation de la concentration et de l'attention
- Augmentation de la résistance à l'effort
- Augmentation de la confiance en soi, sensation de toute puissance
- Sensation d'euphorie, hyperactivité
- Suppression de la sensation de fatigue et de la douleur
- Coupe-faim, perte de poids
- Diminution de l'anxiété
- Stimulation de la libido

### Risques pour la santé

Effets indésirables variables selon les substances, leur concentration, leur mode et durée d'utilisation.

- Troubles cardiorespiratoires : troubles du rythme cardiaque, crise cardiaque, mort subite, AVC, augmentation de la tension artérielle, essoufflements, arrêt respiratoire
- Augmentation de la température corporelle : risque de déshydratation voire de coup de chaleur à l'exercice
- Convulsions
- Troubles du sommeil
- Troubles psychiatriques (anxiété, crises d'angoisse, dépression, agressivité, hallucinations, paranoïa, suicide...)
- Troubles digestifs (vomissements, diarrhée...)
- Insuffisance rénale
- Perte de poids (diminution de l'appétit, malnutrition)
- État d'épuisement général
- Difficultés sexuelles, infertilité
- Substance sniffée : lésions des sinus et du nez (perte d'odorat, infections des sinus)
- Substance injectée : infections au point d'injection, hépatites, VIH
- **Risque de surdosage (overdose)**

#### Risque de dépendance et d'addiction

### Que dit la loi?



#### Règlementation générale

- Si substance illicite (amphétamines...) : usage (public et privé), fabrication, transport, détention, vente interdits et sanctionnés par la loi
- Si substance médicamenteuse : délivrance avec ou sans prescription médicale (ordonnance), en pharmacie

#### Règlementation anti dopage

- Catégorie S6 - Stimulants - Substance interdite en compétition (de 23h59 la veille de la compétition jusqu'à la fin de la compétition), mais attention à la période de sevrage qui varie selon la substance, la dose et la voie d'administration utilisées.
- En cas de pathologie nécessitant un traitement par un stimulant : nécessité d'avoir une Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT)

#### Que risquez-vous?

- Substance illicite : si usage, trafic... : poursuites judiciaires (amende, emprisonnement...)
- Substance médicamenteuse : si achat sans ordonnance, achat avec ordonnance falsifiée ou trafic de médicaments : poursuites judiciaires (amende, emprisonnement...)
- Sanctions disciplinaires en cas de contrôle antidopage positif en compétition : suspension jusqu'à 4 ans, sanctions financières, annulation des résultats...

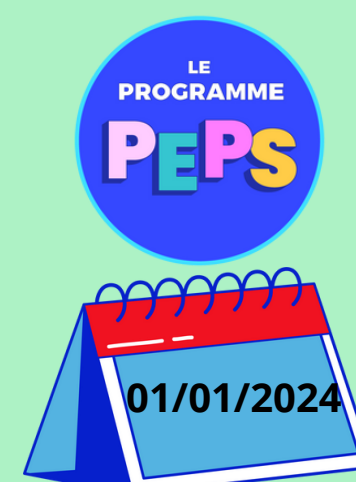
1

Je me sens concerné, je m'interroge, je m'inquiète pour moi ou mon entourage:



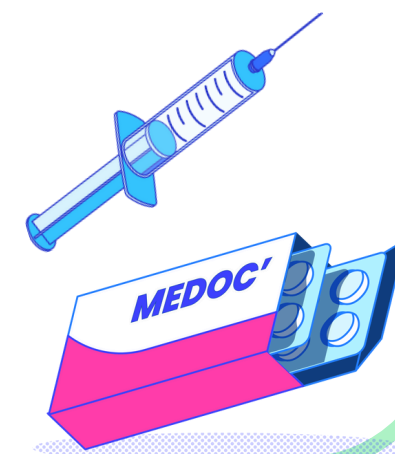
### Qui contacter?

- En parler avec un médecin, un pharmacien, son entraîneur, sa famille, ses proches...
- Contacter l'Antenne Médicale de prévention du Dopage la plus proche : <https://www.ampd.fr/carte.php>
- Se renseigner sur le site de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage : <https://www.afld.fr/> et rechercher si un médicament contient une substance dopante : <https://medicaments.afld.fr/?search>
- Contacter Drogues info service par téléphone au 0 800 23 13 13 ou par chat : <https://www.drogues-info-service.fr/>





## Les stimulants



### De quoi parle t-on?



#### Les stimulants

- Stimulants du système nerveux central : augmentent l'activité physique et intellectuelle.
- De nombreuses substances
  - Des stupéfiants (drogues interdites) : cocaïne (cf fiche spécifique), ecstasy, amphétamines, méthamphétamine...
  - Des médicaments, vendus avec ou sans ordonnance : éphédrine et adrénaline (stimulants cardiaques), modafinil (traitement de la narcolepsie), heptaminol (traitement de l'hypotension orthostatique), pseudoéphédrine (vasoconstricteur : actifed rhume, dolirhume, humex rhume, nurofen rhume, rhinadvil rhume) tuaminoheptane (décongestionnant nasal: Rhinofluimucil), méthylphénidate (traitement du TDAH)...
- Attention aux médicaments en "vente libre" en pharmacie et attention aux compléments alimentaires qui peuvent contenir des stimulants.

#### Modes d'utilisation

- Selon la substance:
- Stupéfiants : sniffés, injectés, inhalés, ingérés
- Médicaments : injections, comprimés, sprays nasaux

### Effets recherchés par les sportifs

- Augmentation de la concentration et de l'attention
- Augmentation de la résistance à l'effort
- Augmentation de la confiance en soi, sensation de toute puissance
- Sensation d'euphorie, hyperactivité
- Suppression de la sensation de fatigue et de la douleur
- Coupe-faim, perte de poids
- Diminution de l'anxiété
- Stimulation de la libido



Je me sens concerné, je m'interroge, je m'inquiète pour moi ou mon entourage:



### Qui contacter?

- En parler avec un médecin, un pharmacien, son entraîneur, sa famille, ses proches...
- Contacter l'Antenne Médicale de prévention du Dopage la plus proche : <https://www.ampd.fr/carte.php>
- Se renseigner sur le site de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage : <https://www.afld.fr/> et rechercher si un médicament contient une substance dopante : <https://medicaments.afld.fr/?search>
- Contacter Drogues info service par téléphone au 0 800 23 13 13 ou par chat : <https://www.drogues-info-service.fr/>

### Risques pour la santé

Effets indésirables variables selon les substances, leur concentration, leur mode et durée d'utilisation.

- Troubles cardiorespiratoires : troubles du rythme cardiaque, crise cardiaque, mort subite, AVC, augmentation de la tension artérielle, essoufflements, arrêt respiratoire
- Augmentation de la température corporelle : risque de déshydratation voire de coup de chaleur à l'exercice
- Convulsions
- Troubles du sommeil
- Troubles psychiatriques (anxiété, crises d'angoisse, dépression, agressivité, hallucinations, paranoïa, suicide...)
- Troubles digestifs (vomissements, diarrhée...)
- Insuffisance rénale
- Perte de poids (diminution de l'appétit, malnutrition)
- État d'épuisement général
- Difficultés sexuelles, infertilité
- Substance sniffée : lésions des sinus et du nez (perte d'odorat, infections des sinus)
- Substance injectée : infections au point d'injection, hépatites, VIH
- **Risque de surdosage (overdose)**

#### Risque de dépendance et d'addiction

### Que dit la loi?



#### Règlementation générale

- Si substance illicite (amphétamines...) : usage (public et privé), fabrication, transport, détention, vente interdits et sanctionnés par la loi
- Si substance médicamenteuse : délivrance avec ou sans prescription médicale (ordonnance), en pharmacie

#### Règlementation anti dopage

- Catégorie S6 - Stimulants - Substance interdite en compétition (de 23h59 la veille de la compétition jusqu'à la fin de la compétition), mais attention à la période de sevrage qui varie selon la substance, la dose et la voie d'administration utilisées.
- En cas de pathologie nécessitant un traitement par un stimulant : nécessité d'avoir une Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT)

#### Que risquez-vous?

- Substance illicite : si usage, trafic... : poursuites judiciaires (amende, emprisonnement...)
- Substance médicamenteuse : si achat sans ordonnance, achat avec ordonnance falsifiée ou trafic de médicaments : poursuites judiciaires (amende, emprisonnement...)
- Sanctions disciplinaires en cas de contrôle antidopage positif en compétition : suspension jusqu'à 4 ans, sanctions financières, annulation des résultats...

