

Sport, dopage et cannabis

Dans le cadre de la Convention Internationale contre le Dopage dans le Sport, parmi les substances et méthodes interdites en compétition, les cannabinoïdes (le Delta9-tétrahydrocannabinol – THC – naturel ou synthétique – et les analogues) sont interdits. Cependant, en France, près de 31% des résultats anormaux d'analyses en 2008 concernaient des cas de cannabinoïdes dans le cadre des contrôles positifs, et ceci, tous sports confondus. Confirmons que le sportif sera sanctionné si un contrôle est positif à l'occasion d'une compétition. Rappelons qu'une substance ou une méthode est incluse par l'Agence Mondiale Antidopage dans la liste des interdictions si le produit ou la méthode répond au moins à 2 des 3 critères suivants :

1. La substance ou la méthode a le potentiel d'améliorer la performance sportive.
2. L'usage de la substance ou de la méthode présente un risque réel pour la santé du sportif.
3. L'usage de la substance ou de la méthode est contraire à l'esprit sportif tel que décrit dans le code.

Si l'amélioration de la performance sportive, selon les disciplines, peut être variable, le cannabis présente un risque pour la santé et il est contraire à l'esprit sportif car on parle de conduite dopante lorsqu'une personne consomme un produit pour affronter un obstacle réel ou ressenti afin d'améliorer ses performances. Des sportifs utilisent le cannabis en recherchant un effet myorelaxant, anti-douleur contre le stress et l'anxiété avant, pendant ou après la compétition.

La consommation du cannabis est dangereuse. Cela résulte de l'analyse d'une abondante littérature récente. Le cannabis, actuellement en circulation, est de 4 à 10 fois plus riche en THC que les produits d'antan. Le THC se stocke durablement dans le cerveau et dans les autres tissus de l'organisme

riches en lipides. Pour cette raison, certains ont pu dire qu'« un joint, c'est une semaine dans la tête et plein de joints, c'est plein de semaines dans la tête et dans le corps ». L'élimination dans l'urine se poursuit après l'arrêt de la prise pendant plusieurs semaines d'où, notamment, des contrôles positifs « surprise » lors des compétitions.

Parmi les effets aigus que suscite le THC, on peut rappeler l'analgésie, la décontraction musculaire, l'effet sédatif, l'ivresse, le délire, les hallucinations, un accroissement de l'appétit, la perturbation de la mémoire, de l'attention, des effets anxiolytiques, pseudo-anti-dépresseurs, des troubles de l'équilibre et de la coordination des mouvements...

Du point de vue des principaux méfaits chroniques que peut engendrer le cannabis, il faut rappeler les possibilités de dépendance psychique, parfois physique, l'anxiété, la dépression, la démotivation

ici que, dans le sport de haut niveau, sélectif et souvent difficile, l'usage est volontiers contre-productif notamment en raison de la démotivation qu'elle induit. Deux aphorismes tragi-comiques « joint du matin, poil dans la main » et « joint du soir, trous de mémoire » rappellent deux méfaits de cette drogue illicite en particulier pour les scolaires.

Dr B VESSELLE

Médecin fédéral national

Crédit photo : FOTOLIA



avec la perturbation du cursus éducatif. Il semble, d'après des études internationales, que le risque de développer des symptômes psychotiques augmente chez les jeunes ayant une prédisposition avec la précocité de l'usage et l'augmentation de la consommation.

D'après des études récentes, la fumée de cannabis a des effets nocifs sur les poumons,

le cœur et la gorge : la fumée de cannabis contient 7 fois plus de goudron et de monoxyde de carbone que le tabac. L'usage du cannabis est devenu une vraie préoccupation de santé publique.

Des études montrent que l'usage du tabac, de l'alcool et du cannabis est moins fréquent chez les sportifs qui s'entraînent de façon intensive par rapport aux non sportifs. Rappelons

ici que, dans le sport de haut niveau, sélectif et souvent difficile, l'usage est volontiers contre-productif notamment en raison de la démotivation qu'elle induit.

Deux aphorismes tragi-comiques « joint du matin, poil dans la main » et « joint du soir, trous de mémoire » rappellent deux méfaits de cette drogue illicite en particulier pour les scolaires.

Dr B VESSELLE

Médecin fédéral national

OÙ SE RENSEIGNER ET DEMANDER DE L'AIDE :

- Par téléphone : *Ecoute cannabis* : 0811 91 20 20 (de 8h à 2h du matin)
- Antenne Médicale de Prévention du Dopage (dans chaque région) : www.dop-sante.net
- Agence Française de Lutte contre le Dopage : www.afl.fr
- Mission Interministérielle de Lutte contre la Drogue et la Toxicomanie (MiLDT) : www.drogues.gouv.fr

SOURCES

- Costentin Jean : Pourquoi la consommation de cannabis est dangereuse ? IX^e Colloque National de la Fondation Sport-Santé Paris, 13 et 14 mars 2009.
- Pruvost Jacques, Jacomet Yves : Cannabis et Sport : Consommation, pharmacologie, détection et sanctions. Médecins du Sport N° 70, mars-avril 2005.
- Husset Marie-Jeanne : 60 Millions de Consommateurs, N° 404, 40-44, avril 2006.
- Gallien C.L. : Le cannabis et le dopage des sportifs, CNOSEF 28 avril 2000.
- Expertise collective « cannabis », INSERM, 1^{er} juin 2004.
- Cannabis et psychose : Revue Tout Prévoir, N° 361, mai 2005, page 13.
- Stratégies. Effets indésirables du cannabis La Revue Prescrire, juillet 2010, tome 30 N°321, 515-522.

SMI, votre meilleur allié santé

Professeurs, Athlètes, Judokas,

SMI met à votre disposition
les garanties complémentaires santé
spécialement étudiées pour la FFJudo

SMI
Développement Individuel
2, rue de Laborde - 75374 Paris Cedex 08
TEL : 01 44 68 10 12
(ligne dédiée FFJudo)

www.mutuelle-smi.com

Partenaire officiel FFJudo

