

Dis maîtresse...

... C'EST QUOI LE DOPAGE ?

Lorsque les sujets d'actualité et les questions des élèves motivent des apprentissages scolaires.



LE DOPAGE
C'EST PÉNURIE, // VOUS CÂCHER VOTRE
SATISFACTION DE GAGNER ET DE
PARTICIPER.



publicitaires...) sont importants. Comment résister, lorsque l'on sait que la carrière sportive ne dure que quelques années ?

Le désir de notoriété : lorsque des sportifs obtiennent des résultats, ils deviennent des « stars ». On parle d'eux dans les journaux et les magazines, à la télévision et à la radio, et maintenant sur internet et les réseaux sociaux... Avec plusieurs millions de fans sur Facebook ou sur Twitter, comment réagir lorsqu'on s'aperçoit que la forme physique n'est pas au rendez-vous et que l'on risque de décevoir son public à la prochaine compétition ?

Les exigences sportives : multiplication des compétitions, augmentation des charges d'entraînement, risques de blessures... comment résister lorsque l'on sent que son corps se défend et montre ses limites ?

Tous les sports, tous les niveaux : le dopage n'est pas que l'affaire des grands champions, et prend des formes différentes. Que penser des amateurs qui abusent de compléments alimentaires ou de boissons énergétiques pour améliorer leur musculature ou de ceux qui prennent des médicaments antidouleurs pour continuer l'entraînement malgré une blessure ?

Pourquoi et comment lutter contre le dopage ?

La compétition sportive n'a d'intérêt que si les concurrents ou les adversaires ont les mêmes chances de gagner. Les premiers acteurs de la lutte contre le dopage sont donc les sportifs, et leur entourage immédiat

La médiatisation des grands événements sportifs fait régulièrement resurgir la question du dopage des sportifs. C'est ainsi avec le Tour de France cycliste dont le cas le plus marquant demeure assurément celui du coureur américain Lance Armstrong: après avoir remporté l'épreuve de 1999 à 2005, il a été convaincu de dopage et sanctionné en 2012 par l'Union cycliste internationale (UCI) qui lui a retiré les 7 trophées et l'a radié à vie de toute compétition. Pour ce qui concerne les Jeux olympiques, c'est en 1968 que le Comité international olympique (CIO) instaure les premiers contrôles antidopage lors des Jeux d'hiver à Grenoble et d'été à Mexico car la progression rapide des records devient suspecte. Cela n'empêchera pas 20 ans plus tard, qu'éclate à la suite des Jeux de Séoul le cas de dopage le plus médiatisé de l'olympisme moderne: après avoir remporté l'épreuve d'athlétisme du 100 m en améliorant le record du monde, l'athlète canadien Ben Johnson est rapidement reconnu coupable de dopage: déchu de son titre, sa performance est effacée des tablettes.

Qu'est-ce que le dopage ?

Le dopage consiste à utiliser des produits ou à avoir recours à des techniques médicales afin d'augmenter artificiellement ses performances physiques ou mentales. Il peut s'effectuer aussi bien à l'entraînement qu'en compétition.

Depuis toujours, l'entraînement n'a pas été la seule modalité pour tenter d'augmenter ses chances ou ses performances. On raconte que déjà, au VI^e siècle avant Jésus-Christ certains athlètes grecs avaient été dénoncés pour leur alimentation: les sauteurs mangeaient de la viande de chèvre tandis que les boxeurs ou les lanceurs abusaient de la viande de taureau... Aujourd'hui, ce sont les techniques et produits médicaux qui peuvent être détournés de leurs utilisations habituelles pour profiter de certains de leurs effets sur l'organisme.

Pourquoi les athlètes se dopent-ils ?

Citius, altius, fortius: la devise qui accompagne les Jeux olympiques modernes depuis 1896 incite à aller toujours « plus vite, plus haut, plus fort ». Elle encourage les athlètes à donner le meilleur d'eux-mêmes et à vivre le dépassement de soi comme une victoire: progresser, repousser ses limites et tendre vers l'excellence ne donne pas le droit de le faire à n'importe quel prix. Pourtant, on sait que certains sportifs (ou un entourage mal intentionné) peuvent se doper.

L'appât d'argent : le dopage s'est profondément développé avec la professionnalisation et la médiatisation de certains sports. Plus les performances d'un athlète sont élevées plus ses gains (salaires, primes, contrats

Des dopés auxquels on ne pense pas...

Lors de leurs recherches, les élèves ont découvert que dans le sport, il n'y avait pas que les sportifs à préserver. Ainsi, en équitation, la détection d'un dopage des chevaux a nécessité des sanctions dans des grandes compétitions mondiales. Véritable maltraitance animale, les médicaments utilisés sont des stimulants et des antidouleurs. Cette pratique est contraire à l'éthique du sport. L'entraîneur et le cavalier sont responsables du respect qui est dû à l'animal.

(entraîneurs, coaches, agents...). Alors que les effets bénéfiques de la pratique sportive sont connus, les conséquences du dopage peuvent apparaître plusieurs années après avec des effets physiques (accidents cardiaques, insuffisances rénales et hépatiques, cancers, stérilité), psychologiques (anxiété, agitation, agressivité) ou comportementaux (troubles du sommeil, perte de la mémoire, dépression...).

Le premier moyen pour protéger le sportif des tentations du dopage est un suivi médical régulier: en préservant des blessures, en étant attentif à l'état de forme, en améliorant la récupération, il est moins vulnérable. Pour préserver l'équité du sport, une Agence mondiale antidopage (AMA) a été créée en 1999. Cette organisation internationale indépendante coordonne la lutte contre toutes les formes de dopage, et dans tous les sports. Son « Code mondial antidopage » s'accompagne d'une liste des produits et des méthodes interdits. Aujourd'hui, plus de 200 substances sont répertoriées, en particulier celles qui servent à :

- combattre la fatigue ;
- diminuer le stress et augmenter la concentration ;
- augmenter la masse et la force musculaire ;
- améliorer l'endurance ;
- masquer les produits dopants déjà utilisés.

Dépistage et sanction

La détection des sportifs dopés¹ se réalise principalement par l'analyse d'échantillons d'urine et de sang: les prélèvements se font après une compétition (les médaillés et d'autres tirés au sort) mais aussi sur les lieux d'entraînement.

Mais cela ne suffit plus: chaque sportif de haut niveau possède un Passeport biologique de l'athlète (PBA) qui permet de détecter les variations exceptionnelles de certaines données biologiques.

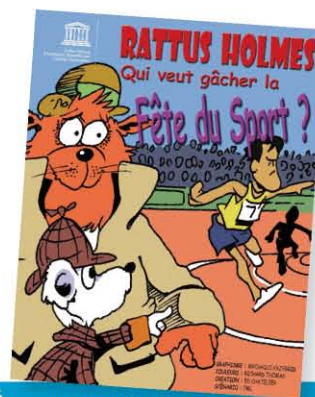
Les sanctions peuvent se traduire par des interdictions de participer à des épreuves sportives pendant des durées allant d'une année à une suspension à vie. Elles peuvent s'accompagner d'amendes financières importantes.

Information et prévention

« Mieux vaut prévenir que de punir! » L'information et la prévention constituent des moyens importants et efficaces pour lutter contre le dopage. L'AMA, le CIO, l'IPC, l'UNESCO... toutes les organisations internationales intéressées par le sport et l'éducation s'engagent et proposent des outils d'éducation et de sensibilisation à destination des sportifs, de leur entourage et des acteurs du sport (entraîneurs, dirigeants, médecins).

Philippe Vanroose,
CPC EPS, Circonscription de Neufchatel-en-Bray (76).
Émilie Aubert-Bertin,
Professeure des écoles, directrice du groupe scolaire Les Trois hameaux, Morgny-la-Pommeraye (76).

1. Voir « Le contrôle du dopage pour les sportifs », sur le site de l'AMA: wada-ama.org, rubrique Ressources/Education et prévention.



POUR EN SAVOIR PLUS

Avec *Rattus Holmes: qui veut gâcher la fête du sport*, découvrez comment la lutte contre le dopage constitue une véritable enquête policière.

fr.unesco.org

ALLER À L'ESSENTIEL

Vient de paraître

LES ESSENTIELS
LICENCE
STAPS



ÉRIC MARGNES, MARIE-FRANCE CARNUS,
RAPHAËL LECA, DENIS LOIZON

L'INTERVENTION EN EPS ET EN SPORT

ÉDITIONS
EPS

14 € sans port
18 € port compris

Code 06081
ISBN 9782867135613

Tarifs valables pour la France métropolitaine uniquement jusqu'au 31 août 2019.

Connaître les conceptions orientant la planification d'un projet d'EPS ou d'un programme d'entraînement vecteur d'autonomie et de progrès.

Comprendre les mécanismes stimulant l'engagement des élèves et des pratiquants sportifs dans une perspective d'éducation à la santé et à la citoyenneté.

Intervenir en différenciant sa pédagogie au regard des comportements observés et évalués.

Si on a longtemps parlé de « vocation » à enseigner ou à entraîner, le concept d'intervention permet de s'inscrire dans une approche plus rationnelle du métier. L'intervention n'est cependant pas un acte professionnel froid et méthodique. Elle repose sur la capacité d'adaptation de l'intervenant confronté aux aléas du moment pédagogique, avec sa part de subjectivité et d'affect. Conçue comme un espace d'inventivité, elle contribue à l'émancipation de tous les apprenants.

112 pages

DANS LA MÊME
COLLECTION



© Éditions EP&S 2018. Tous droits de reproduction et de représentation réservés. Reproduction interdite.

ÉDITIONS
EPS