

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

ADDICTION SUISSE DOPAGE AU QUOTIDIEN: MYTHE OU REALITE ?

Presseportal.ch (Communiqué de presse) - 18 juin 2012

De plus en plus de personnes en bonne santé prennent des médicaments ou d'autres substances dans le seul but d'améliorer leurs performances. Or l'action qu'on prête à ces produits n'est pas scientifiquement prouvée, alors que les risques et les effets secondaires restent difficiles à évaluer. Le phénomène n'est pas sans conséquence pour la société et il soulève des questions éthiques. Addiction Suisse lui consacre un document dressant un état des lieux détaillé des débats.

Être performant vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Se dépasser en permanence pour remplir les exigences toujours plus poussées du monde du travail ou des études. Se maintenir constamment au sommet de sa forme, si nécessaire avec l'aide de substances censées augmenter la productivité. C'est la tendance qui s'observe actuellement. Dans un nouveau document de base, Addiction Suisse donne des éléments pour mieux comprendre cette thématique complexe. « Il faut informer au sujet de ces produits et lancer un débat public sur l'évolution des exigences de la société » dit Irene Abderhalden, vice-directrice d'Addiction Suisse.

L'expression générique de « dopage au quotidien » sert à désigner toutes les tentatives qu'entreprennent des personnes saines pour améliorer leurs performances physiques et cérébrales au-delà de la normale et lutter contre la fatigue, la douleur ou l'anxiété. Au nombre des substances utilisées, on trouve les antidépresseurs, les médicaments pour le traitement des démences, les stimulants et les bêtabloquants, consommés par des personnes en bonne santé en dehors du cadre thérapeutique prescrit. L'alcool, le tabac et des substances illégales comme les anabolisants, les amphétamines, le cannabis et la cocaïne sont également censés augmenter la concentration, la mémoire ou la capacité d'apprentissage.

Une chose est sûre : l'action attribuée à la plupart de ces substances n'est pas scientifiquement prouvée et il est presque impossible d'évaluer tous leurs effets secondaires. Les risques à long terme demeurent largement inconnus. Certains produits induisent ponctuellement une amélioration de la performance dans des domaines bien précis, par exemple la concentration, mais ils diminuent simultanément d'autres facultés, comme la créativité. « Dans le doute, pour être certain de ne pas nuire à sa santé, il vaut mieux s'abstenir », conseille Irene Abderhalden. À chaque problème sa pilule ? Les professionnels s'inquiètent de l'augmentation de la consommation de médicaments. Ils constatent un phénomène de société global: les gens ont de plus en plus tendance à recourir à des moyens pharmaceutiques pour répondre aux exigences croissantes du quotidien et faire face à leurs problèmes. Les stimulants ne sont pas seuls en cause. Les tranquillisants et les anxiolytiques ont également la cote. Le document de base d'Addiction Suisse met en lumière les implications sociétales et éthiques d'une problématique qui dépasse le cadre de la santé : où nous mène cette course effrénée à la performance ? Est-il justifié et acceptable que des personnes en bonne santé augmentent leur rendement par des moyens artificiels qui leur confèrent un avantage compétitif ? Les gens devront-ils bientôt se sentir personnellement coupables si leurs succès restent plus modestes ? Un débat critique est nécessaire. En Suisse, les données statistiques sont peu abondantes concernant la consommation de produits destinés à augmenter la performance. Mais l'offre et la demande devraient vraisemblablement continuer à croître car on attend des gens qu'ils soient toujours au top dans leurs tâches professionnelles et leur vie privée. Le marché des substances dopantes est aujourd'hui très vaste ; on peut facilement se les procurer en trois clics sur internet. Dans une optique préventive, il est donc important de lancer un débat critique et de se poser des questions de fond avant de se trouver face à un problème de santé publique majeur. Le document de base d'Addiction Suisse a pour objectif d'y contribuer.

Vous pouvez télécharger le document de base complet à l'adresse suivante :

http://www.addictionsuisse.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/Dopage_quotidien.pdf

Plus d'informations sur notre site internet <http://www.addictionsuisse.ch>

Vous trouverez le présent communiqué de presse sur : <http://www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse>

UNE NORME ANTI-DOPAGE A LA VEILLE DES JEUX OLYMPIQUES ET DU TOUR DE FRANCE

agro-media.fr - 18 juin 2012

Le dopage menace les principaux événements sportifs en mettant en danger la santé des athlètes. Pour pallier cet état de fait, l'Agence Française de Normalisation (AFNOR) vient de publier la norme NF V 94-001, intitulée « Prévention du dopage dans le sport – Compléments alimentaires et autres denrées alimentaires destinés aux sportifs – Bonnes pratiques de développement et de fabrication visant l'absence de substances dopantes ».

Comme son nom l'indique, l'objectif de cette norme est de favoriser les bonnes pratiques des fabricants de compléments alimentaires et autres denrées alimentaires destinées aux sportifs afin de prévenir le dopage.

Nous avons interviewé en février dernier Bernadette Ruetsch, la chef de projet de l'AFNOR en charge de cette norme, qui nous avait expliqué la naissance du projet de normalisation, les substances incriminées et l'application de la norme.

A présent publiée, cette dernière est disponible sur le site de l'AFNOR. Les fabricants qui décideront de la mettre en application pourront indiquer sur leurs emballages : « le produit est conforme à la date de libération du lot, à la norme AFNOR NF V 94-001 ».

Les sportifs pourront ainsi choisir en toute connaissance de cause des aliments et compléments alimentaires ne présentant aucune

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

substance dopante.

AFRIQUE DU SUD - LE VAINQUEUR DE L'ULTRAMARATHON DES COMRADES ETAIT DOPE

L'Info africaine en continu - 19 juin 2012

Le Sud-Africain Ludwick Mamabolo, vainqueur du mythique ultramarathon des Comrades début juin, risque de perdre son titre après avoir fait l'objet d'un contrôle antidopage positif, a annoncé mardi l'autorité de contrôle.

Mamabolo, 35 ans, avait mis 5 h 31 min 3 sec pour parcourir les 90 km de cette course d'endurance dans les collines du Kwazulu-Natal, entre Pietermaritzburg et Durban (est).

Il était le premier Sud-Africain à s'imposer depuis 2005 dans cette épreuve qui, par le nombre de participants (près de 20.000 cette année) et la foule de spectateurs tout le long du parcours, en fait un spectacle digne du Tour du France cycliste.

Mamabolo a été contrôlé "positif au méthylhexanéamine, une substance interdite. Il pourrait être suspendu deux ans et perdre son titre s'il est jugé coupable par un tribunal indépendant", a indiqué l'institut sud-africain pour un sport sans dopage (SAIDS).

Le méthylhexanéamine est un euphorisant qui aiguise les sens et l'énergie, et peut masquer la fatigue, qui ne manque pas de survenir dans cette course que les moins aguerris terminent en civière ou à quatre pattes.

La course, qui attire de nombreux amateurs, a connu un cas retentissant de dopage, le vainqueur 1992 Charl Mattheus qui se vit retirer son titre, bien qu'il ait expliqué avoir pris un médicament contenant la substance interdite. En 2010, un coureur sud-africain, arrivé 3e, Sergio Motsoeneng fut aussi contrôlé positif.

Les "Comrades" perpétuent depuis l'origine, en 1921, une singularité: une ambiance de kermesse populaire et le traitement de héros accordé aux derniers classés qui ont droit aux mêmes honneurs que les meilleurs.

AFRIQUE DU SUD : MAMABOLO CONVAINCU DE DOPAGE

StarAfrica.com - 20 juin 2012

Le Sud-africain Ludwick Mamabolo vainqueur de la dernière édition du comrades Marathon a été déclaré positif à la testostérone mardi suite aux analyses effectuées par Le SA Institute for Drug Free Sport (SAIDS).

Le Sud-africain Ludwick Mamabolo vainqueur de la dernière édition du comrades Marathon a été déclaré positif à la testostérone mardi suite aux analyses effectuées par Le SA Institute for Drug Free Sport (SAIDS). Il risque deux ans de suspension. Mamabolo avait remporté le 3 juin l'ultra marathon (89 km) devant son compatriote Bongmusa Mthembu. Ce dernier hérite donc de la première place. C'est la deuxième fois dans l'histoire de cette célèbre épreuve de l'extrême qu'un vainqueur est déclassé pour dopage. En 1992, le Sud-africain Charl Mattheus avait perdu son titre après pour avoir consommé une substance interdite.

LA MORT SUBITE FAUCHE LES SPORTIFS AMATEURS

Le Nouvel Observateur - 20 juin 2012

En France, 2 à 3 sportifs décèdent chaque jour d'un arrêt cardiaque. Une prévention et une prise en charge adaptées permettraient d'éviter ces morts subites. Et l'Académie de Médecine demande qu'une autopsie soit réalisée pour en comprendre les causes.

Marc-Vivien Foé, Antonio Puerta ou encore récemment Piermario Morosini, la liste des footballeurs professionnels morts sur le terrain ne cesse de s'allonger. L'image du sportif en pleine action s'écroulant sur la pelouse en arrêt cardiaque est toujours très saisissante. Mais l'immense majorité des sportifs qui décèdent ainsi n'ont pas les honneurs médiatiques. Et pour cause, la mort subite du sportif concerne davantage les sportifs occasionnels.

« En France, chaque année, environ 1000 morts subites surviennent pendant ou dans l'heure qui suit une activité sportive. Seules 15 à 20 concernent des sportifs de haut niveau, tous les autres sont des amateurs », souligne le cardiologue Xavier Jouven, qui dirige le centre d'expertise sur la mort subite de l'adulte.

Sur le podium des sports les plus durement touchés figurent la course à pied, le football et le cyclisme. Mais il s'agit plutôt du reflet des sports les plus pratiqués par les Français que du palmarès des sports les plus à risque de mort subite.

Cet arrêt cardiaque inopiné ne respecte aucune parité, il frappe des hommes dans 95% des cas, âgés en moyenne de 45 ans. Pour l'immense majorité d'entre eux, aucun antécédent cardiaque n'était connu et faute d'autopsie, ces décès restent le plus souvent inexpliqués.

Pour trouver des réponses, l'Académie de Médecine demande, dans un rapport rendu public hier, que tout décès sur un terrain de sport soit suivi d'une autopsie systématique. « C'est fondamental pour la prévention, explique le cardiologue Xavier Jouven. Pour le moment, on est très démuné pour identifier précocement les personnes à risque ». D'autant plus que l'aptitude au sport est

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

rarement évaluée en bonne et due forme.

Pr Xavier Jouven, cardiologue à l'hôpital européen Georges Pompidou, responsable du centre d'expertise sur la mort subite de l'adulte : « Le certificat médical de sport est une hypocrisie majeure, un certificat de complaisance »

En 2011, le club des cardiologues du sport a édicté 10 règles d'or pour prévenir les morts subites de sportifs parmi lesquelles prévenir son médecin en cas de malaise, d'essoufflement anormal ou de palpitations mais aussi s'hydrater et ne pas fumer pendant l'effort ou encore s'échauffer correctement. A défaut de pouvoir identifier les personnes à risque, ces règles d'or s'appliquent à tous les sportifs et particulièrement ceux du dimanche.

Une bonne nouvelle tout de même, et non des moindres, on sait comment optimiser les chances de sauver les victimes d'arrêt cardiaque pendant un effort sportif. L'urgence absolue est de commencer le massage cardiaque, même s'il est rudimentaire, en attendant l'arrivée des secours.

Pr Pierre Carli, médecin urgentiste, chef du SAMU de Paris : « Un massage commencé dans les 10 premières minutes réduit la mortalité et les séquelles au cerveau »

Dans un deuxième temps, il faut aider le cœur à reprendre un rythme normal grâce à un choc électrique envoyé par un défibrillateur. L'appareil est entièrement automatisé et détecte seul s'il y a lieu ou non d'envoyer la défibrillation. Mais encore faut-il avoir un défibrillateur à portée de main.

Pr Xavier Jouven : « Il y a un extincteur par stade mais pas de défibrillateur, c'est franchement anormal ! »

Une fois passées ces premières minutes cruciales où la survie du sportif dépend de ceux qui l'entourent, la survie n'est pas garantie mais les techniques de réanimation ont énormément progressé. L'exemple le plus médiatique est certainement celui du footballeur Fabrice Muamba. En mars dernier, pendant un match de son équipe de Bolton contre Tottenham, il s'est effondré victime d'un arrêt cardiaque. Il a fallu 78 minutes et 15 chocs électriques pour que son cœur reprenne une activité spontanée. Trois mois plus tard, match retour, Fabrice Muamba était de retour en tribune et il n'est même pas exclu qu'il retrouve un jour la pelouse... !

L'Académie de médecine s'inquiète des méfaits du dopage

Dans le sport amateur, 4% des jeunes et 10% des adultes auraient recours ou eu recours au dopage. Du cannabis pour lutter contre la pression, de la cocaïne ou des amphétamines pour se stimuler, des corticoïdes pour repousser la douleur ou encore des anabolisants pour gagner en masse musculaire, les méthodes sont nombreuses. Même celles qui étaient encore réservées aux spécialistes il y a peu comme l'EPO arrivent désormais dans les compétitions juniors. L'Académie de Médecine a donc rendu public hier un rapport dans lequel elle s'alarme des conséquences sanitaires de cette "épidémie" de dopage. Elle réclame aux pouvoirs publics une véritable politique de prévention du dopage tant pour l'image du sport que pour l'enjeu de santé publique qu'elle représente. Pour mieux comprendre les morts subites et déterminer quelle part peut être imputée aux substances dopantes, les Académiciens préconisent une autopsie systématique en cas de décès sur un terrain de sport. Pour lutter contre le dopage à la racine, elle demande également que soit fixé un nombre annuel maximal de matchs par joueur pour leur éviter des cadences infernales et que l'indépendance des médecins de clubs soit renforcée pour les extraire du cercle vicieux de la performance à tout prix. Avec un médecin du sport aux manettes du ministère du même nom, les Académiciens ont bon espoir que leurs recommandations ne restent pas lettre morte.

SINKEWITZ : LA NADA FAIT APPEL 7 ENVOYER A UN AMI

L'Equipe.fr – 21/06/12

L'Agence allemande antidopage (NADA) a décidé jeudi de faire appel auprès du Tribunal arbitral du sport (TAS) du cas de Patrik Sinkewitz. Le coureur de 31 ans a été le tout premier à avoir été contrôlé positif à l'hormone de croissance en février 2011, et avait été blanchi en première instance.

« Nous ne sommes pas d'accord avec cet arbitrage, a répliqué dans un communiqué l'Agence antidopage allemande. Il n'explique pas en particulier pourquoi des valeurs aussi élevées ont été mesurées dans le sang de monsieur Sinkewitz. C'est la raison pour laquelle nous avons décidé de faire appel devant le Tribunal arbitral du sport. » Le coureur, suspendu déjà un an après avoir été contrôlé positif à la testostérone en 2007, risquait théoriquement une suspension à vie avec ce second contrôle positif.

CORY MARSH SUSPENDU POUR S'ETRE DOPE

RDS - 25 juin 2012

LAUSANNE, Suisse - Un gymnaste canadien a été suspendu pour une période de six mois après un contrôle positif à la marijuana.

La Fédération internationale de gymnastique a révélé que Cory Marsh a échoué un test antidopage aux championnats du monde juniors en gymnastique acrobatique à Orlando en avril.

L'Ontarien de 18 ans a terminé 11e de l'épreuve en duo avec son coéquipier Jamie Patrick. Ce résultat a été annulé à la suite du contrôle positif.

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

Marsh est interdit de compétition jusqu'au 22 novembre. Il a écopé d'une amende de 1000 \$. Il a 21 jours pour faire appel. Le responsable des relations avec les médias à la Fédération internationale, Philippe Silacci, a précisé qu'il n'y a eu que quelques cas positifs à la marijuana en gymnastique au cours des 20 dernières années. La fédération a récemment fait appel au Tribunal arbitral du sport pour contester la volonté de l'Agence mondiale antidopage d'imposer une suspension de deux ans pour un test de dopage à la marijuana. La fédération a soutenu avec succès dans le cas d'un athlète russe que la marijuana n'avait pas contribué à l'amélioration des performances et que la suspension de deux ans était trop sévère.

LA FAA CONFIRME LE CAS DE DOPAGE DE ZAHRA BOURAS ET LARBI BOURAADA

Le temps d'Algérie – 27/06/2012

Les athlètes Larbi Bouraâda (décathlon) et Zahra Bouras (800 m) ont été contrôlés positifs à la Stanozolol, une substance interdite, dans leur organisme, a annoncé hier la Fédération algérienne d'athlétisme (FAA).

Les deux athlètes, qui se trouvent actuellement à Porto Novo au Bénin, pour participer à la 18e édition du Championnat d'Afrique (27 juin-1er juillet), «ont été informés de manière directe et convoqués pour être auditionnés et donner leurs explications», précise la FAA dans un communiqué.

La FAA a été informée que l'athlète Larbi Bouraâda a été contrôlé en compétition, le 15 juin 2012, au meeting de Ratingen (Allemagne), et que l'analyse a révélé la présence de Stanozolol. Bouraâda avait, lors de cette compétition, amélioré le record d'Afrique de la discipline en le portant à 8.332 points.

Quant à Zahra Bouras, elle a été contrôlée également en compétition à deux reprises, le 5 juin 2012, au meeting de Montreuil (France) et le 9 juin 2012 au meeting de Villeneuve d'Ascq, à Lille (France), deux rendez-vous où elle s'était également illustrée en remportant les épreuves du 800m.

Les contrôles ont été effectués par le laboratoire de Cologne (Allemagne) en ce qui concerne Bouraâda, et le laboratoire de Châtenay-Malabry (France) pour Bouras, précise l'instance fédérale. Les deux sportifs peuvent, dans un délai imparti, demander, à leurs frais, une contre-expertise qui sera effectuée sur flacon B, précise la FAA.

Bouraâda et Bouras risqueraient une suspension pouvant aller jusqu'à deux années, et rateraient ainsi les jeux Olympiques 2012 de Londres (27 juillet-8 août).

BERTAGNOLLI ACCUSE DE DOPAGE

Sport.fr (Communiqué de presse) - 27 juin 2012

L'Italien Leonardo Bertagnolli est accusé de dopage à partir des éléments de son passeport biologique, a annoncé lundi l'Union cycliste internationale (UCI). Bertagnolli est le premier coureur pour lequel l'UCI demande l'ouverture d'une procédure disciplinaire à cause de son passeport biologique depuis mai 2010. Agé de 34 ans, Bertagnolli court pour l'équipe Lampre depuis 2011, sans résultats majeurs.

Le principe du passeport biologique, mis en place au début de la saison 2008, consiste à détecter le dopage à partir de ses effets sur l'organisme (variations anormales dans le profil hématologique), contrairement à un test classique qui cherche des traces de produit interdit dans le sang ou les urines. Suivant le règlement, il revient maintenant à l'instance nationale du coureur en cause de le sanctionner.

NATATION : LE BRÉSILIEN SILVA SUSPENDU POUR DOPAGE

Sport365.fr – 28/06/2012

Contrôlé positif à la testostérone lors des sélections brésiliennes le 12 mai, Glauber Silva a été suspendu deux ans et ne participera donc pas aux Jeux Olympiques de Londres pour lesquelles il s'était qualifié sur 100m papillon.

Glauber Silva ne verra pas Londres. Contrôlé positif à la testostérone le 12 mai lors des sélections brésiliennes à Rio de Janeiro, le nageur brésilien a été suspendu deux ans et ne sera, par conséquent, pas présent aux Jeux Olympiques de Londres pour lesquelles il s'était qualifié sur 100m papillon. Il ne faisait pas partie des favoris sur cette distance.

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

L'EQUIPE EUROPCAR SOUPÇONNÉE DE DOPAGE

7sur7 - 28/06/12

A chaque Tour de France, c'est la même rengaine. Comme chaque année, une affaire de dopage fait déjà l'actualité alors que la Grande Boucle n'a pas encore débuté.

L'Equipe révèle qu'une enquête a été ouverte, en juillet 2011, concernant les pratiques de l'équipe Europcar, celle de Thomas Voeckler. On se rappelle que lors de l'édition précédente du Tour de France, les performances de Voeckler et de son équipe avaient été pas mal commentées.

"On n'a rien à cacher"

Les soupçons qui pèsent sur la formation française concernent l'utilisation présumée de perfusions de récupération et la prise détournée de corticoïdes pour accroître les performances.

Jean-René Bernaudeau, le manager de la formation, a vivement contesté dans L'Equipe ces accusations. "Je n'ai jamais reçu un coup de fil, c'est un peu fort. On n'a rien à cacher. On milite depuis toujours pour la transparence. On a assez souffert de tous ces problèmes ces dernières années."

"Pas d'évolution dans le dossier"

Depuis l'ouverture de la procédure, lancée à la suite d'une demande de la direction de l'AFLD, "il n'y a pas eu d'évolution notable dans ce dossier", indique-t-on au parquet de Paris

De source proche de l'enquête, on ajoute qu'il n'y a pas, pour l'heure, d'opération programmée contre Europcar.

INTRODUCTION AU PROGRAMME ANTIDOPAGE

UEFA.com - 28 juin 2012

Les joueuses participant au Championnat d'Europe féminin des moins de 17 ans de l'UEFA à Nyon ont été informées sur les pièges et dangers du dopage, qui peuvent mettre leur carrière en péril.

Les quatre nations participant à la phase finale (l'Allemagne, le Danemark, la France et la Suisse), ont assisté à une présentation au siège de l'UEFA, où Richard Grisdale de l'unité de lutte contre le dopage de l'UEFA a expliqué en quoi le dopage était l'une des plus grandes menaces à une carrière longue et fructueuse.

"Se doper, c'est tricher, tout le monde le sait", a expliqué Grisdale. "Respectez vos coéquipières, mais surtout respectez-vous. Vous ne voulez pas gagner en sachant que vous avez triché, donc ayez du respect pour vous-mêmes. Vous jouez désormais pour votre pays, vous être au haut niveau et c'est un sujet très important."

Certaines des joueuses en action à Nyon cette semaine subiront un contrôle antidopage pour la première fois, et Grisdale a précisé que c'est un protocole auxquelles elles vont devoir s'habituer. "Je sais que vous ne voulez pas le faire, mais soyez patientes", a-t-il déclaré après avoir diffusé une vidéo sur des contrôles antidopage effectués à l'UEFA EURO 2008, un tournoi qui est désormais utilisé comme référence pour les activités antidopage de l'UEFA.

Une anecdote sur un joueur de premier rang rechignant à prendre part à un contrôle officiel a détendu l'atmosphère, mais la réalité de sa sanction a rappelé le sérieux du sujet. "J'aime le football, vous aimez le football, le monde entier aime le football et nous ne voulons pas que le football soit miné par le dopage", a poursuivi Grisdale. "Vous devez le savoir, et le dopage est souvent une erreur, pas délibérée. Cela pourrait vous valoir une suspension de deux ans, et votre carrière serait ruinée."

L'Agence mondiale antidopage (AMA) dicte les règles et publie les listes des substances interdites chaque année. La liste s'applique à chaque sport, pas seulement au football, mais l'AMA n'approuve aucun produit. "Si vous trouvez un produit qui dit être approuvé, alors c'est un mensonge", a averti Grisdale. "Il est plus probable qu'il contienne un produit interdit."

Alors comment les footballeurs de l'élite adhèrent-ils à ces règles, même s'ils ne cherchent qu'à soigner une toux grasse, ou même à essayer de perdre du poids ou à lutter contre la chute des cheveux ? De nombreuses substances interdites peuvent être trouvées dans les médicaments vendus en pharmacie et alors qu'une marque peut être sûre, un autre produit avec un emballage semblable peut contenir une substance interdite. "Tout d'abord, vérifiez avec le médecin de votre club, ou même consultez l'AMA ou l'UEFA", a conseillé Grisdale, qui a souligné que l'ignorance n'est pas une option. "Enfin, vous êtes responsables. Vous êtes des athlètes de l'élite désormais, vous jouez pour votre pays, alors prenez vos responsabilités."

Ces responsabilités s'étendent également à la conduite des joueurs en dehors des terrains d'entraînement ou du stade. "60 % de tous les tests positifs dans le football sont dus au cannabis ou à la cocaïne", a révélé Grisdale à propos des dangers des drogues récréatives. "Ils ne pensent peut-être pas à leur prochain match, ils fument un joint ou deux, puis quelques semaines plus tard, un test est positif." Le corps met particulièrement longtemps à éliminer de telles drogues et le message est clair : "Ne les essayez même pas."

Éviter les dangers commence par une attitude consciencieuse et professionnelle. Tous les produits dopants ont des effets secondaires et sont généralement mauvais pour la santé. "Donc avant tout, déterminez si vous en avez absolument besoin", a souligné Grisdale. "Le dopage sur une longue durée peut réduire l'espérance de vie de plusieurs décennies et ce n'est pas le but du

REVUE DE PRESSE du 28 juin 2012

sport."