

# CONSOMMATION MÉDICAMENTEUSE ET DE COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES EN ESCALADE À LA RÉUNION

Mr Simon Rey, interne de médecine générale faculté de Toulouse / Dr Bruno LEMARCHAND, UF médecine du sport, CHU La Réunion  
Antenne Médicale de Prévention du Dopage de La Réunion

## Population

53 sportifs :  
H/F = 31 hommes ; 22 femmes  
9 mineurs ; 44 majeurs (dont 75% entre 18 et 38 ans) ; Profession : 40% étudiants ; 30% médical ; 5% guides de montagne  
6 ans de pratique d'escalade et 5,6 heures d'entraînement / semaine en moyenne  
15 en compétition - 38 en loisir ; 36 pratiquent d'autres sports

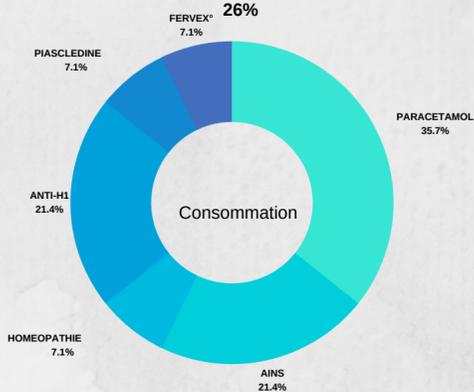
## MÉDICAMENTS

Prise au long cours sur prescription : 4%

Soit :  
1 sportif qui prend de la Desloratadine  
1 sportive qui prend une pilule contraceptive

Non sur liste WADA

Prise occasionnelle sur prescription : 26%



Attention il existe différents FERVEX° dont certains sont sur la liste des produits interdits

Automédication : 46%

Mêmes médicaments + Phloroglucinol ; Arnica

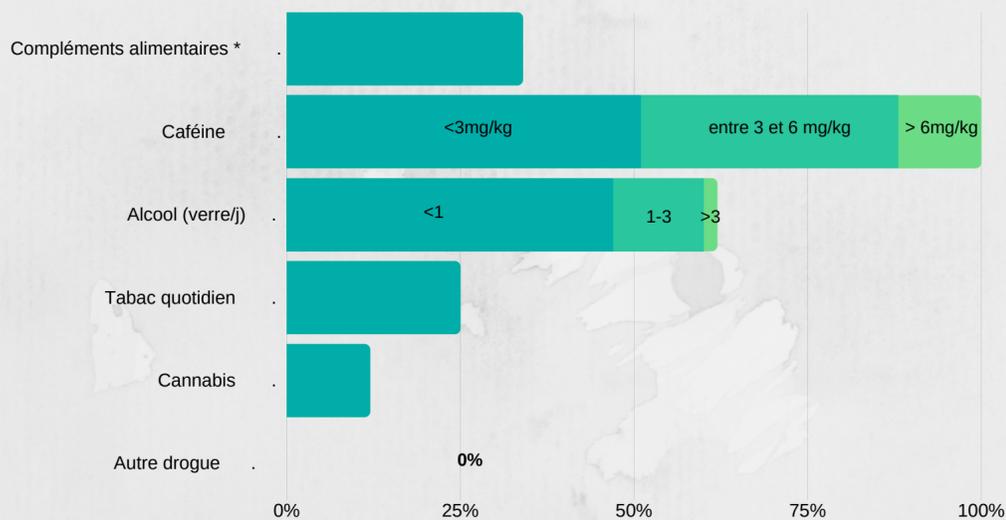
4 sportifs en prenant en vue d'une compétition :  
1 pour diminuer le stress  
1 pour améliorer la récupération  
2 pour diminuer les douleurs  
2 pour prévenir/guérir une blessure

22% des sportifs disent ne pas informer leur médecin ou pharmacien de leur pratique sportive

70% des sportifs disent connaître l'existence d'une liste de produits interdits mais seulement 6% sont capables de citer une source validée !

## COMPLÉMENTS et DROGUES

Part de la population consommant



\* Compléments alimentaires consommés par la population :

Spiruline > BCAA > WHEY > Magnésium > Créatine > Vitamine C > Ginseng > Curcuma > Basonorm°

Les sportifs déclarent prendre des compléments pour :

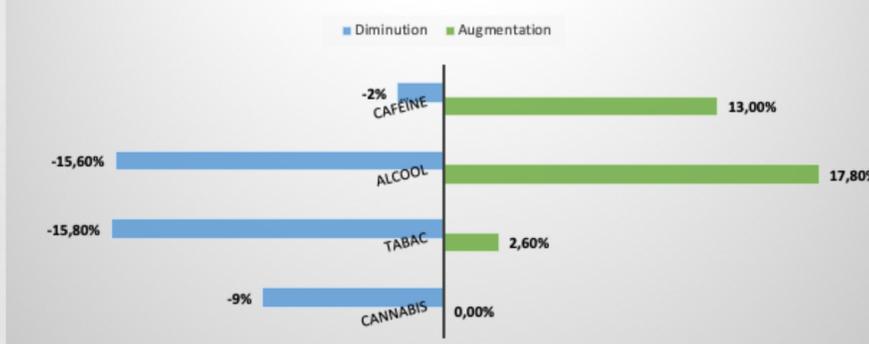
- l'amélioration de l'état général dans 72% des cas
- la récupération dans 22% des cas
- l'antalgie dans 11% des cas
- mieux dormir 11% des cas

Consommation de la population générale réunionnaise (15-75 ans) :

- 35% de consommation d'alcool hebdomadaire
- 5% de consommation d'alcool quotidienne
- 25% de consommation de tabac quotidien
- 3% de consommation de cannabis régulier (18-64 ans)
- 41% de expérimentation de cannabis

source : [https://www.ors-ocean-indien.org/IMG/pdf/ors\\_tb\\_addictions\\_reunion\\_2018.pdf](https://www.ors-ocean-indien.org/IMG/pdf/ors_tb_addictions_reunion_2018.pdf)

## Influence de l'activité physique sur la consommation



Remarque : la diminution de consommation d'alcool est observée essentiellement chez des sportifs compétiteurs et l'augmentation, plutôt dans une pratique de loisir.

## CONCLUSION

- Le principal biais de cette étude réside dans le caractère déclaratif de cet auto questionnaire.
- Il y a des conduites dopantes, mais pas de CONSOMMATION DE SUBSTANCES INTERDITES par les organismes antidopages.
- La majeure partie des compléments alimentaires consommés sont pour le bien être général plutôt que pour un objectif sportif.
- Les consommations d'alcool, de tabac et de cannabis sont similaires à celles de la population générale.
- L'activité physique a un impact bénéfique sur les consommations de tabac et de cannabis.
- La caféine semble être perçue comme bénéfique par les sportifs.
- Manque de connaissances concernant le dopage dans cette population !