

A L'ATTENTION DE NOS ATHLETES ET DU PERSONNEL ENCADRANT LES SPORTIFS : POINT SUR LES SUBSTANCES DOPANTES REPERTORIEES PAR L'AGENCE MONDIALE ANTIDOPAGE ET LES SUBSTANCES INTERDITES EN COMPETITION PAR LA CMAS.

Chèr(e)s ami(e)s.

Les substances classées dopantes sont mieux connues des athlètes en raison de :

- L'obligation récente faite aux sportifs, par la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS), de valider une formation antidopage certifiée par l'Agence Mondiale Antidopage (AMA) pour participer aux compétitions nationales et internationales.
- L'obligation d'enseignement antidopage, des athlètes haut niveau et des personnels encadrants le sportif, à l'aide du programme agréé par l'AMA avec validation électronique et qui figure dans le Plan Fédéral de Prévention contre le dopage de la FFESSM en partenariat avec l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD).

Il s'agit des stratégies de lutte anti-dopage validées en France sous l'égide de l'AFLD et seuls les produits figurant sur la liste publiée annuellement par l'AMA et transposée en droit français par décret en font partie intégrante.

En parallèle, la CMAS a pris la décision d'interdire l'usage de certaines substances au titre de ses règlements techniques applicables à chaque discipline. Cette décision mérite quelques éclaircissements.

#### **A. Substances ou méthodes interdites en compétition par la CMAS hors liste de l'AMA.**

La CMAS ne peut pas interdire unilatéralement au titre de la lutte anti-dopage une substance ou méthode utilisée dans les disciplines qui nous concernent et ne figurant pas sur la liste de l'AMA, car elle est signataire du Code Mondial Antidopage et à ce titre s'est engagée à mettre en œuvre exclusivement la liste publiée annuellement par l'AMA.

Lors que la CMAS considère que des substances doivent intégrer cette liste, notamment pour les raisons suivantes :

- Augmentation artificielle des performances.
- Incompatibilité avec la défense du « sport propre »

- Présente un danger pour la santé du sportif pratiquant nos disciplines subaquatiques à court ou à long terme.

Elle peut mettre en œuvre un dispositif scientifique pouvant aboutir au rajout de ces substances sur la liste de l'AMA, soit pour toutes les disciplines, soit uniquement pour nos disciplines comme c'est déjà le cas au tableau P1 de cette liste pour les bêtabloquants dont l'usage est proscrit dans les « Sports Subaquatiques (CMAS) ». Ce qu'elle n'a pas fait à ce jour.

La CMAS a fait un autre choix en intégrant l'interdiction d'usage de ces produits dans le règlement technique de l'apnée et en y associant des sanctions possibles pour les sportifs les utilisant.

Il est utile de préciser que dans ce cas présent, le terme de dopage ne peut pas être employé puisqu'exclusivement réservé aux substances et méthodes interdites figurant dans la liste de l'AMA et que les sanctions déployées le cas échéant par la CMAS le sont au titre de non-respect de règles techniques et n'entrent pas dans les dispositifs de lutte antidopage.

#### 1. Recherche spécifique d'une substance interdite par la CMAS et hors liste AMA :

La CMAS organise des contrôles par des personnels spécifiquement formés. Ce sont les Control Officer (BEPCO) qui vont rechercher les substances interdites spécifiques par prélèvements, le plus souvent urinaires, en période de compétition.

Ces substances **doivent être indétectables 72 heures avant une compétition**. Les contrôles peuvent avoir lieu durant cet intervalle de temps et pendant toute la durée de la compétition. Pour le détail de la procédure de contrôle, se référer au règlement CMAS sur les substances interdites (version Janvier 2024)

#### 2. Prérogatives disciplinaires de la CMAS :

Dans le cas de prise d'une substance interdite par la CMAS et hors liste AMA, nous sommes dans la situation d'une infraction au Règlement Intérieur de la CMAS. **Elle conserve toutes ses prérogatives disciplinaires.**

C'est le Conseil Disciplinaire de la CMAS qui après enquête fixe la sanction infligée à l'athlète en faute.

Il y a une suspension immédiate du sportif dès la notification d'infraction par le CMAS Médical Director pour toute la période d'instruction du dossier en attente de la réunion du Conseil Disciplinaire qui statue sur la sanction.

Le barème des durées de sanctions :

- Première infraction : 2 ans
- Récidive : 4 ans
- Seconde récidive : A vie.

En Résumé : Tableaux comparatifs des produits interdits par L'AMA avec ceux interdits par la CMAS en compétition.

Situations	Durée d'interdiction.	Période de contrôle.	Possibilité D'AUT (Autorisation	Ordonnance Médicale pour
------------	-----------------------	----------------------	---------------------------------	--------------------------

			d'Usage Thérapeutique).	utilisation habituelle hors compétition.
Substance ou méthode dopante Interdite par l'AMA en compétition.	24 heures avant la compétition	24 heures avant la compétition Jusqu'à la fin de la compétition et des contrôles.	OUI Dossier à valider par Agence antidopage dont dépend l'athlète avant utilisation du produit interdit en compétition. Avoir une copie de l'AUT en cours sur soi.	Toujours avoir sur soi l'ordonnance récente, en cours de validité, en cas de contrôle.
Substance ou méthode interdite par la CMAS en compétition.	72 HEURES avant la compétition. Arrêt du traitement durant cette période. Important : Arrêter plus tôt pour tenir compte de la durée d'élimination du produit.	72 heures avant la compétition Jusqu'à la fin des compétitions et des contrôles.	NON	Toujours avoir sur soi l'ordonnance récente en cours en cas de contrôle.

Remarque : Concernant les produits dopants interdits en compétition par l'AMA, il existe des situations particulières concernant les AUT :

- Selon le niveau de compétition du sportif.
- S'il existe la nécessité de soins en urgence en période de compétition.

Pour ces situations, se référer aux programmes de formation antidopage que vous avez étudiés.

Le choix de la CMAS d'interdire l'usage de certaines substances en dehors de la liste de l'AMA et en dehors des règles mondiales de l'antidopage, ne s'est pas accompagné d'un dispositif similaire ou comparable à l'AUT tel que prévu dans la réglementation mondiale et française, ce qui pose une véritable problème d'application dans le cas des personnes qui doivent prendre ces substances sous traitement médical.

Conséquences d'une utilisation interdite :

Substance ou méthode Dopante liste AMA	Notification et suspension du sportif par l'agence antidopage.	Application des sanctions retenues par l'agence antidopage compétente par les fédérations.	Durée des sanctions : 2ans, 4ans ou à vie selon le produit ou/et la gravité des faits. Résultats de la compétition annulés....	Recours : Tribunal Arbitral du Sport.
---	--	--	---	--

Substance ou méthode interdite par la CMAS	Notification et suspension du sportif par le Médical Director de la CMAS.	Prérogatives disciplinaires et décisions via le conseil de discipline de la CMAS. Les fédérations prennent acte de la sanction.	Durée : 2 ans, 4 ans ou à vie en fonction des récidives. Résultats de la compétition annulés....	Recours : Tribunal Arbitral du Sport.
--	---	--	---	---------------------------------------

### 3. Et la FFESSM ?

Depuis la délégation faite, aux fédérations françaises par le Ministère en charge des Sports, d'organiser la prévention et la lutte contre le dopage, chaque fédération se doit de valider son Plan Fédéral de Prévention qui stipule que la fédération se doit d'appliquer les décisions de sanctions préconisées par l'Agence Française de Lutte Antidopage (AFLD) et s'assurer de la réalité sur le terrain.

Sous l'égide de l'AFLD, la FFESSM ne peut appliquer au titre de la lutte antidopage que les règles validées par cette agence et qui reprennent les règles du Code Mondial Antidopage et de l'AMA.

Il n'est donc pas possible pour la FFESSM de sanctionner pour dopage des sportifs pour usage de produits interdits techniquement par la CMAS et ne figurant pas sur la liste de l'AMA.

—

En ce qui concerne les substances interdites unilatéralement par la CMAS, **elle prend acte des décisions disciplinaires prises par le Conseil de Discipline de la CMAS.** Elle n'a pas obligation de les transposer en France et si c'est le cas, pas au titre de la lutte antidopage.

Il lui est possible par contre de décider de ne pas sélectionner un sportif sanctionné par la CMAS en équipe de France ou dans un collectif participant à une compétition organisée sous l'égide de la CMAS. Il ne s'agit pas dans ce cas d'une sanction disciplinaire, mais d'une prise en compte d'une décision technique de la CMAS et de l'impossibilité pour le sportif de représenter la France dans ces compétitions organisées par la CMAS.

#### B. **Quelle est la liste des substances interdites par la CMAS.**

##### 1. Substances pharmacologiques listées.

Liste CMAS de Janvier 2024.

##### a. Benzodiazépines

De nombreuses molécules sont utilisées avec des objectifs correspondant à leurs propriétés respectives.

Chaque molécule de cette vaste classe thérapeutique va être plus efficace au niveau d'une ou plusieurs propriétés figurant sur le tableau suivant et seront choisies selon l'effet bénéfique recherché :

Propriétés pharmacologiques des Benzodiazépines	Effets secondaires
---	--------------------

Baisse de l'anxiété, myorelaxation, amélioration des troubles du sommeil, antiépileptique	Somnolence, altération de la vigilance, fatigue, irritabilité, troubles de la mémoire, troubles de la coordination des mouvements, vertiges, dépression. Risque de dépendance +++
---	--

Tenir compte des contraintes environnementales de nos disciplines.

b. Inhibiteurs de la PDE5 (inhibiteurs de la Phospho Di Estérase 5)

Il en existe plusieurs ayant chacun des spécificités de durée et de délais d'action propres.

Propriétés pharmacologiques variables Suivant les molécules	Effets secondaires
Utilisée dans les troubles de l'érection, effets de vasodilatation du système vasculaire pulmonaire (relâchement des muscles lisses), effets vasodilatateurs potentiels sur la circulation vasculaire générale.	Hypotension sévère, toxicité hépatique, altération de la fonction cardiaque de base, risque de décompensation d'un angor pré existant, troubles de la conduction cardiaque avec risque de syncope, troubles visuels, priapisme, contre-indication absolue avec certains traitements à visée cardiaque

Mise en garde sur le détournement d'utilisation à des buts purement « récréatifs » chez les populations jeunes (achat sur le web).

Evaluation médicale systématique nécessaire, pour les sportifs, compétiteurs ou non, pouvant être concernés par ce type de traitement. Expliquer le rapport « bénéfice risque » individuel de l'utilisation selon âge ou état de santé.

Tenir compte des contraintes environnementales de nos disciplines.

2. Cas particulier de l'Oxygène utilisée en Apnée.

Il convient d'abord de rappeler que l'inhalation de mélanges enrichis en oxygène, ou d'oxygène pur, avant les compétitions d'apnée est **formellement interdite** par la CMAS **dans l'heure précédant l'immersion. (cf. règlements techniques)**. Là encore, il ne s'agit pas de dopage car l'oxygène ou les mélanges suroxygénés ne figurent pas sur la liste de l'AMA.

Elle est autorisée par la CMAS **en récupération** sur des immersions en eau libre au-delà de 70 mètres de profondeur dans des conditions d'utilisation très précises. (Récupération en surface ou à moins de 5 mètres et moins de cinq minutes). Se référer au règlement de la CMAS (Version Janvier 2025). Le matériel est fourni par l'organisateur.

Toutefois la FFESSM a une attitude plus restrictive. **L'oxygène doit être délivré uniquement en présence d'un médecin sur le site de la compétition. La supplémentation ne doit se faire qu'en surface et pendant cinq minutes au maximum (décision du CDN en date du 23 février 2025). Il s'agit d'une décision conjointe, médicale et technique, qui là également ne concerne pas le dopage.**

C. **Conseils.**

Un athlète doit s'assurer auprès de son médecin que celui-ci ne lui prescrit pas, dans un cadre thérapeutique précis, une substance interdite par sa Fédération Internationale.

S'il n'existe pas d'alternatives médicamenteuses ou psychothérapeutiques dans le but d'éviter cette situation à risque, le médecin et l'athlète devront vérifier la durée d'élimination totale du produit par l'organisme et définir ensemble la période d'arrêt préalable de la molécule, garantissant une sécurité suffisante à l'athlète en cas de contrôle en période de compétition. En effet, les benzodiazépines persistent très longtemps dans le corps, certaines pouvant encore être détectées des semaines après la prise.

**Le sportif est responsable objectivement** de ce qui est trouvé dans son organisme avec ou sans prescription.

La présentation d'une prescription médicale en cours de validité durant le contrôle ne va pas exonérer le sportif de sa responsabilité, ni éviter une éventuelle sanction.

**D. Pour en savoir plus.**

<https://www.wada-ama.org>

<https://www.cmas.org>

CMAS technical rules on Benzodiazepines and PDE5 inhibitors. Version Janvier 2024

CMAS\_FreedivingInternationalRules\_DeephCompetitions\_2025

CMAS\_FreedivingInternationalRules\_PoolCompetition\_2025

Dr Eric Sarrazin

Réfèrent Fédéral Antidopage de la FFESSM

Vice-Président de la CMPN