

Fiche d'information médicale

>>>document à transmettre à vos parents si vous êtes mineur

Vous allez consulter votre médecin traitant ou un médecin spécialisé en médecine sportive pour obtenir votre **certificat de non contre indication** à la pratique de votre sport, ne prenez pas cette consultation à la légère, des examens complémentaires, ou des démarches spécifiques peuvent être nécessaires :

- Indiquez bien au praticien tous les traitements que vous prenez, actuellement ou régulièrement. Donnez à votre praticien toute information utile pour évaluer votre état de santé (problèmes de santé antérieurs, blessures, essoufflement à l'effort, douleurs diverses...).

Vous allez participer à une compétition :

- vérifiez votre situation médicale :

- si vous avez pris un **médicament** la semaine précédant la compétition, dans la boîte à pharmacie familiale, informez en votre praticien ou une personne de confiance (parent si vous êtes mineur, entraîneur si vous êtes majeur), ou appelez directement le numéro vert **Ecoute dopage au 0 800 15 2000**, pour connaître le statut de ce médicament.

- Dans la **trousse de première urgence** que vous préparez pour votre compétition, ne joignez que des médicaments pour lesquels vous aurez reçu l'aval de votre praticien.

- si vous prenez des vitamines ou des plantes, ou toute substance destinée à renforcer votre forme, informez en également votre praticien ou une personne de confiance ou renseignez vous auprès du numéro vert Ecoute dopage **0 800 15 2000**.

- si vous avez consulté un médecin qui vous a prescrit des médicaments sur ordonnance, que vous **avez pris dans la semaine précédant la compétition**, appelez votre médecin ou le numéro vert Ecoute dopage 0 800 15 2000 pour connaître le statut de ces médicaments vis à vis de la réglementation anti dopage. Peut-être vous faudra-t-il suspendre votre participation à cette compétition si le médicament est encore décelable dans votre organisme, ou présente un risque prolongé vis à vis d'un effort intense. En règle générale, prévenez toujours votre médecin, ou tout praticien que vous consultez, au sujet de votre pratique sportive et de l'échéance de votre prochaine compétition. Dans certains cas, votre médecin peut vous conseiller d'ajourner une reprise de la compétition jugée trop précoce vis à vis de votre santé.

- si vous prenez un traitement au long cours, ou de manière prolongée, ou en cures saisonnières, informez vous auprès de votre médecin sur le statut des médicaments qui composent ce traitement. Peut-être certains nécessitent-ils de faire la demande d'une **Autorisation d'usage thérapeutique** auprès de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD). Référez vous à vos parents si vous êtes mineur, vous pouvez choisir d'informer votre entraîneur si vous êtes majeur.

La consommation de médicaments peut sembler banale, ainsi que celle de vitamines ou de boissons énergisantes. Elle n'est pas anodine dans le cas d'une pratique sportive en compétition car le sportif est responsable de toutes ses consommations. Celles-ci doivent donc être effectuées avec la plus grande prudence, dans le respect de la réglementation anti dopage.

Pour tout complément d'information, adressez vous à votre médecin traitant ou à **l'Antenne médicale de prévention du dopage** de votre région : **04.67.33.22.73** en Languedoc Roussillon.