




S
P
O
R
T
/
S

Rubriques :

-  Informations Pôle Sport Santé p. 1
-  Promotion de la santé par le sport p. 1
-  Protection de la santé des sportifs et lutte contre le dopage p. 9

CHAMPAGNE-ARDENNE

N
T
E

Ce bulletin d'information est réalisé dans le cadre d'un partenariat :

- > Pôle Santé de la DRDJS
- > Pôle Sport Santé de Champagne-Ardenne (Antenne Médicale de Prévention du Dopage)
- > Réseau des comités d'éducation pour la santé de Champagne-Ardenne - CRES-CODES
- > Centre d'Information Régional sur les Drogues et les Dépendances de Champagne-Ardenne - CIRDD
- > Association Régionale de la Médecine du Sport de Champagne-Ardenne



Outils et actions de prévention

Le Pôle Sport Santé et l'Antenne Médicale de Lutte contre le Dopage ont mené au cours du 1er trimestre 2007 une action de prévention " Bienfait pratique sportive et dangers conduites addictives ".

- Le 23 février 2007 :

Collège Ste Thérèse Rethel par le Dr Caroline NICAISE, deux classes de 5ème.

Lycée Jean XXIII Reims par le Dr Jean Pierre LAMIABLE et Jean-Paul MONCHABLON, six classes de 1ère et terminales

- Le 30 mars 2007 :

Collège Mareuil le Port par Jean-Paul MONCHABLON, 3 classes de 5ème.

- Le 4 avril 2006 :

Lycée Europe à REIMS par Jean-Paul MONCHABLON.

- Les 16 et 17 mars 2007:

7ème colloque Fondation Sport Santé CNOSEF, Dr Pierre MOURET et Jean-Paul MONCHABLON



Promotion de la santé par le sport

Sites Internet

>> MANGER BOUGER :

Ce site internet, lancé en septembre 2004, s'articule autour du contenu des guides édités dans le cadre du PNNS (Programme National Nutrition Santé).

Destiné au grand public et aux professionnels, il a pour objectif de mettre les recommandations du PNNS à portée de tous.

Actualité :

Les messages sanitaires sur les publicités alimentaires

Depuis le 28 février 2007, un décret d'application et un arrêté de la loi relative à la politique de santé publique du 9 août 2004 (article 29) imposent aux annonceurs de certains produits alimentaires d'introduire les messages sanitaires suivants dans leurs publicités et outils d'information (par exemple, les brochures de la grande distribution) :

>> " Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour "

>> " Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière "

>> " Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé "

>> " Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas "

Sont concernés par cette mesure : les boissons pour lesquelles il y a ajout de sucre, de sel ou d'édulcorants et les aliments manufacturés.

Chaque annonce publicitaire devra comporter alternativement les 4 messages et ce pour chaque type de support (TV, radio, affichage, presse, cinéma, Internet, brochures...). Il n'y a pas de lien entre le type de produit promu et les messages.

Il s'agit d'une mesure de santé publique qui vise à sensibiliser le public, dont les enfants, et à faire connaître les repères essentiels en matière de nutrition issus du Programme national nutrition santé. En plus de multiples actions nationales et locales, elle doit contribuer à la promotion de la santé et la prévention des multiples problèmes et maladies liés à une mauvaise nutrition (diabète, obésité, maladies cardio-vasculaires, certains cancers...).

Les boissons et aliments exclus de cette mesure sont :

» le thé, le café, les tisanes, la chicorée, les jus de fruits et le lait (si ces produits sont sans ajout de sel, sucre ou d'édulcorant de synthèse) ;

» les produits bruts tels les fruits et légumes, œufs, épices et aromates ;

» les produits justes découpés ou hachés (viande fraîche ou poisson), congelés ou surgelés et/ou mis en conserve sans aucun ajout hormis de l'eau.

Consulter le site : <http://www.mangerbouger.fr>

» » FOU DE SANTÉ :

Vivre sainement, c'est AMUSANT. Tel est le fil rouge de l'action 'Fou de Santé', une initiative de l'Olympic Health Foundation (OHF) du Comité Olympique et Interfédéral Belge asbl, qui en est déjà à sa septième édition. Cette action est reconnue par le Plan National Nutrition Santé belge.

Un nombre croissant d'études scientifiques montrent que les enfants n'ont pas un style de vie sain : un enfant sur dix est trop gros, les facultés d'endurance sont en baisse. L'Olympic Health Foundation a comme objectif de développer des solutions concrètes.

Sur le site on trouve des informations, des conseils, des astuces et des exercices amusants pour ouvrir de vrai débat sur l'importance de bouger et d'adopter de bonnes habitudes alimentaires et d'hygiène.

» Proposé en téléchargement : des dossiers pédagogiques qui approfondissent chaque thème.

» Les e-mailings permettent de recevoir régulièrement des informations et des idées pour alimenter les débats avec les enfants en classe.

Consulter le site : <http://www.foudesante.be>



Revue

» » VIEILLIR AVEC SUCCÈS

n°46 - janvier 2007

TITRE : Manger et bouger : conseils à ceux qui aident les séniors

AUTEUR : CERIN

L'alimentation et l'activité physique jouent un rôle essentiel pour protéger la santé et permettre de "Bien vieillir". Mais il n'est pas toujours facile de préserver le plaisir de manger et de bouger, car les problèmes de santé et le vieillissement influent à la fois sur la forme et sur la manière de se nourrir.

Dans la collection " La santé en mangeant et en bougeant ", validée par les pouvoirs publics dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS), un nouveau guide s'adresse aujourd'hui à

tous ceux qui ont la charge de soutenir les personnes fragilisées par le vieillissement : conjoints, enfants, membres de la famille, amis, mais aussi "aidants", professionnels...

Cette lettre d'information commente ce guide et veut répondre à toutes les questions que se posent ceux qui accompagnent les personnes âgées.

**Cette lettre d'information
est disponible dans
les CODES de la région.**

>> LA SANTE DE L'HOMME

INPES, n° 387, janvier/février 2007.

Dossier intitulé "La santé par l'activité physique".

Résumé :

Quel est l'intérêt de l'activité physique pour la santé ? Comment inciter jeunes et moins jeunes à pratiquer ? C'est le thème du dossier central de ce numéro dans lequel quinze experts présentent l'état des connaissances et pratiques innovantes en la matière.

Sommaire du dossier :

Editorial :

Développons un environnement favorable aux activités physiques ! - *Annick Fayard, Myriam Fritz-Legendre*

>> Représentations des populations, état des lieux, recommandations

- Comment engager une personne durablement dans la pratique d'une activité ? - *Christine Le Scanff*
- Promotion de l'activité physique : des stratégies qui ont fait leurs preuves - *René Demeulemeester*
- Exercice du corps : une arme contre les maladies chroniques - *Jean-Michel Oppert*

>> SPORT INFOS

Union nationale Léo Lagrange, n° 31, décembre 2006

L'intégralité de la revue est disponible à l'adresse suivante :

<http://www.leolagrange-sport.org/>. [Cliquez ici](#)

Bouger, faire du sport, c'est bon pour la santé

Le sport représente une garantie de se maintenir en forme, de conserver ou développer le souffle, ainsi que le maintien de son capital santé. Depuis octobre 2006, les médias invitent à la pratique régulière d'un sport. Mais pourquoi toute cette campagne de santé publique ? - *Alain Desport, médecin fédéral UNSLL*

- Bouger améliore-t-il la qualité de vie ? - *Anne Vuillemin*

- L'activité physique : une affaire de goûts ? - *Claire Perrin*

- Mobilité physique à des fins préventives : ce que recommandent les experts - *Patrick Laure*

- Fréquence et temps de pratique de l'activité physique en France - *Hélène Escalon*

- Comment combiner favorablement santé, sport et activité physique ? - *Pierre Parlebas*

>> Comment favoriser l'activité physique : les pratiques en France et au Québec

- En Alsace, les collégiens vivement incités à s'activer - *Chantal Simon, Brigitte Schweitzer, Carine Platat, Emmanuel Triby*

- Vous avez dit trente minutes de marche rapide par jour ? - *Corinne Delamaire*

- Papa, papa, je veux faire du Pédibus ! - *Éric Le Grand*

- Comment le Québec " se bouge " pour endiguer la sédentarité - *Véronique Martin*

Revue disponible
dans les CODES de la région.

Les bienfaits de la pratique sportive en prison (dossier p. 6-7) : si l'on sait que la sédentarité est pathogène, que la prison est un milieu confiné où la tabagie et la prise de médicaments sont courantes, que peut apporter une pratique sportive régulière aux détenus ? Dans l'attente du jugement ou de la sortie, le milieu carcéral est un lieu où le détenu tend à se refermer sur lui-même. Pour les personnes incarcérées, les notions de réhabilitation ou de réinsertion ne sont pas une préoccupation. Proposer une pratique sportive peut les accompagner à retrouver une socialisation. Peut-elle améliorer aussi leur santé physique et psychologique ?

Une thèse de doctorat, sur l'influence des activités physiques et sportives sur la santé des personnes incarcérées, apporte des réponses.

>> COMMISSION EUROPÉENNE - “ Eurobaromètre Santé et alimentation”

Parution en 2006, 166 p.

Accessible sur le site :

<http://ec.europa.eu/>. [Cliquez ici](#)

PRESENTATION

Au cours des dernières décennies, d'importants changements socio-économiques dans la plupart des pays développés ont indéniablement affectés les modes d'alimentation et le niveau d'activité physique des personnes. Cette évolution est bien illustrée par la recrudescence actuelle des maladies liées directement ou indirectement à l'accroissement généralisé du poids corporel. Il est notoire qu'une mauvaise alimentation et une activité physique insuffisante figurent parmi les principaux facteurs de risque pour diverses maladies. L'activité physique permet aussi de combattre le stress.

La Commission européenne et en particulier sa Direction Santé et Protection des Consommateurs s'efforce d'améliorer la santé publique dans l'Union européenne, de prévenir les maladies et les affections humaines, ainsi que les facteurs de risque pour la santé humaine. Cette enquête, commanditée par cette Direction Santé et Protection des Consommateurs a pour objectif d'étudier plusieurs domaines ayant un impact sur la santé des Européens. Plus précisément, cette étude permet d'établir un relevé des caractéristiques physiques des citoyens de l'Union européenne et fournit une mesure de l'opinion de ceux-ci sur des sujets tels que la santé, l'alimentation et la pratique d'activités sportives.

Il ne s'agit pas de la première enquête sur ces sujets.

Deux précédentes enquêtes relatives d'une part, à l'activité physique et d'autre part, à la santé et l'alimentation, ont déjà été menées fin 2002 et début 2003. Par rapport à ces précédentes études, le questionnaire actuel a été remanié mais plusieurs questions pourront faire l'objet d'une comparaison dans 15 des 25 Etats membres de l'Union.

Les principaux thèmes abordés dans cette enquête sont :

- L'état de santé et les caractéristiques physiques des Européens
- Le mode d'alimentation dans l'Union européenne,
- L'alimentation et les problèmes liés à l'excès de poids,
- L'activité physique du répondant.

Ce sondage a été réalisé en novembre et en décembre 2005. Il a été commandité par la Direction Générale Santé et Protection des consommateurs de la Commission européenne et réalisé par TNS Opinion & Social, un consortium formé par TNS et EOS Gallup Europe. La méthodologie employée est celle des sondages Eurobaromètre Standard de la Direction Générale Presse et Communication (Unité " Sondages d'opinion, revues de presse, Europe Direct "). Une note technique relative à la réalisation des interviews par les instituts du réseau TNS Opinion & Social, est jointe en annexe de ce rapport. Cette note précise les modalités d'interview, de même que les intervalles de confiance².

>> L'ALIMENTATION - TOUT GOÛTER, C'EST JOUER !



Thématique : Activité physique, Alimentation

Support : Kit pédagogique

Public : de 6 à 12 ans

CONTENU DE L'OUTIL

6 jeux :

1. D'où viens-tu ? : jeu de 49 cartes
2. Qui suis-je ? : jeu de 25 cartes
3. A tes ciseaux ! : 3 planches A4 de dessins en noir et blanc
4. Palais des découvertes et Petit Palais des découvertes : 1 livret A5 de 10 expériences et 1 planche A4 noir et blanc, reprenant 6 expériences du livret.
5. L'Alimentation à la carte : jeu composé de 3 activités indépendantes
6. Au fil du temps : 1 livret A4 avec 7 histoires à photocopier et 3 planches de 40 étiquettes "points activité"

Mes menus : 30 affichettes A3 pliées en deux

Menus d'ici et d'ailleurs : 1 livret A4 avec 11 menus à photocopier: 3 planches de 14 étiquettes longues "situation" et 3 planches de 40 étiquettes

Mes petits-déjeuners et goûters "aliment" : une affi-

che

Règles des jeux : 1 livret A5

Guide nutrition du maître : 1 livret A5

CONCEPT

Une mallette de jeux éducatifs destinés aux enfants de 6 à 12 ans pour découvrir les plaisirs et bienfaits de l'alimentation et de l'activité physique et devenir, en jouant, un consommateur éclairé. Chaque jeu met en situation l'enfant dans son quotidien ou dans son monde imaginaire et créatif.

Un programme intégré dans le programme scolaire

OBJECTIFS

L'enfant est amené à :

- >> repérer les produits alimentaires de base, les produits dérivés et distinguer leur origine animale, végétale ou mixte;
- >> identifier les différentes classes d'aliments et connaître leur importance pour le développement corporel;
- >> découvrir la diversité des goûts et la nécessaire variété des aliments;
- >> développer son sens critique à la lecture d'étiquettes alimentaires;
- choisir ses menus en connaissant l'équilibre alimentaire;
- >> " rencontrer " les cultures du monde avec leurs différences culinaires;
- >> reconnaître l'utilité de l'activité physique et son lien avec l'alimentation à travers l'histoire.

>> LE SPORT, JE CHOISIS JE M'ÉPANOUIS



LE GUILLOU A. CLERICE A-L PERRIN A. et al.

Saint-Brieux : IFSI ; 2006

Ce DVD vidéo a été réalisé dans le cadre de l'enseignement en Santé Publique par des étudiants en soins infirmiers et fait partie d'un projet de sensibilisation intitulé "Le sport et la famille".

SUJET :

Deux familles s'apprécient et se retrouvent aujourd'hui pour un dîner commun. Au cours du repas l'objet de la discussion porte sur l'activité sportive de leurs enfants. Les conceptions parentales ne sont pas les mêmes, les enfants par contre, sont unanimes : ils veulent être libres de choisir le sport qu'ils pratiqueront. Réussiront-ils à faire entendre leur message?

Outil disponible au CODES 08

>> GUIDES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Agence de Santé Publique du Canada

Cette agence propose différents guides destinés aux jeunes enfants, aux adolescents, aux adultes et aux seniors pour comprendre l'importance et la diversité de l'activité physique pour notre santé et pour notre bien-être. Ceci pour que chacun à son rythme et selon ses envies lui donne une véritable place dans son quotidien seul, avec les copains ou en famille.

>> Guide d'activité physique canadien et son Cahier d'accompagnement du Guide d'activité physique

>> Guide d'activité physique pour les aînés et son Cahier d'accompagnement du Guide d'activité physique pour les aînés

>> Guide d'activité physique canadien pour les enfants (de 6 à 9 ans) / Guide familial d'activité physique canadien pour les enfants du Canada (de 6 à 9 ans) / Guide pédagogique d'activité physique canadien pour les enfants du Canada (de 6 à 9 ans)

>> Guide d'activité physique canadien pour les jeunes (de 10 à 14 ans) / Guide familial d'activité physique canadien pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans) / Guide pédagogique d'activité physique canadien pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans)

Vous pouvez télécharger les différents guides suivant en [cliquant ici](#)

>> BOUGER, C'EST GAGNE : le film du CHR d'Orléans pour promouvoir l'activité physique

Le CHR d'Orléans propose de découvrir un film sur la promotion de l'activité physique.

L'activité physique est un facteur important de bien être et de qualité de vie. La vie est prenante et certaines contraintes nous conduisent à ne pas en pratiquer. Or, il est prouvé qu'un peu d'exercice associé à une alimentation équilibrée est bon pour la santé. Eveline, Marcel, Pauline, Lucie ou Mario ont tous fait le choix de bouger.

Ce film, édité par le Centre Hospitalier Régional d'Orléans, réalisé par Philippe MINSTER, illustre à l'aide de portraits et de témoignages variés qu'il est facile et à la portée de tous d'acquérir les bons réflexes.

Un médecin spécialiste rappelle qu'une marche quotidienne d'environ une demi-heure donne déjà des bénéfices mesurables.

La pratique d'un exercice physique régulier ajoute des années à la vie, mais aussi de la vie aux années.

Contact :

CODES 45

"Espace Santé"

5, rue Jean HUPEAU

45000 ORLEANS

Tel : 02 38 54 50 96 - Fax : 02 38 54 58 23

- Mail : info@codes45.org

>> FAUT QUE CA BOUGE !

C'est un programme d'information et d'animation pédagogique qui a pour objectif d'accompagner les enseignants des classes de CE2, CMI et CM2 dans la mise en place, avec leur classe, de jeux favorisant l'exercice physique.

Ce programme met à la disposition des enseignants un matériel pédagogique qui s'inscrit dans le respect des programmes officiels de l'Education Nationale et s'appuie sur les données de la science et les principales recommandations de santé publique.



Ce programme comprend :

- >> Des fiches d'Information "Activité physique et santé", présentant les principales connaissances scientifiques concernant les relations entre l'activité physique, la santé de l'enfant et la prévention des pathologies de l'adulte,
- >> Des fiches Pédagogiques "Des jeux pour bouger, des jeux pour la santé", présentant une sélection de jeux collectifs favorisant le développement harmonieux de l'enfant,
- >> Des fiches Jeux, présentant les règles des jeux sélectionnés et permettant la mise en œuvre simple

de chaque jeu par l'enseignant ou les enfants eux-mêmes.

>> Une affiche, signifiant l'engagement des classes dans une action de prévention face à un enjeu majeur de santé publique.

>> Des brochures pour sensibiliser les familles des élèves à la problématique de la lutte contre la sédentarité et de les inciter à pratiquer davantage d'activités physiques en famille.

Pour plus d'information :

L'Institut Danone
150 boulevard Victor Hugo
93589 Saint ouen
E-mail : institut@danone.com
Site : www.institutdanone.org

Outils d'information

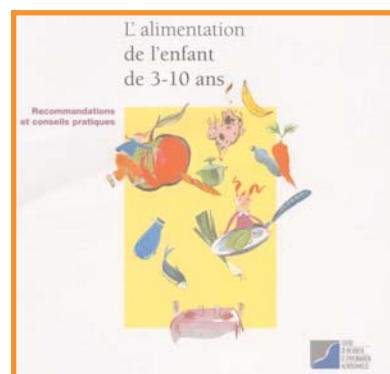
>> L'ALIMENTATION DE L'ENFANT DE 3-10 ANS : RECOMMANDATIONS ET CONSEILS PRATIQUES

CERIN, 2006, 32 pages

Vous pouvez vous procurer ce document sur le site : <http://www.cerin.org/>, rubrique "éditions", "brochures"

Ce document aborde l'alimentation en trois parties :

- >> Besoins nutritionnels : objectifs énergétiques, protéines, vitamines et minéraux, calcium et vitamine D...
- >> Environnement : déterminants du comportement alimentaire, restauration scolaire, activité physique...
- >> Situations particulières : obésité, caries dentaires, allergies alimentaires...



>> LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT DE 0 À 6 ANS

CONSEIL GENERAL DE L'AUBE, juin 2004, 16 p.

Vous pouvez commander ou télécharger ce document sur le site du Conseil Général de l'Aube, [cliquez ici](#).

La PMI, la mission Protection maternelle et infantile, service du Conseil général, qui a pour objectifs la prévention et la protection de l'enfance, la promotion de la santé de la mère et de l'enfant, propose au public ce guide réalisé à partir d'un document

>> GUIDE DES "ACTIVITÉS D'ÉVEIL" SPORTIF POUR LES ENFANTS DE MOINS DE 6 ANS.

CONSEIL GENERAL DE L'AUBE, juin 2006, 48 p.

Vous pouvez commander ou télécharger ce document sur le site du Conseil Général de l'Aube, [cliquez ici](#).

Ce guide recense, par secteur géographique, des activités d'éveil sportif proposées aux tout-petits dans l'Aube et donne des conseils et renseignements pratiques pour les parents. En effet, l'activité phy-

nialement destiné aux assistantes maternelles.



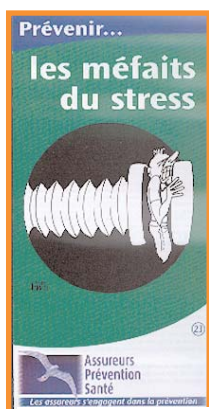
Ce guide décrit les grandes étapes du développement de l'enfant de 0 à 6 ans : développement moteur, développement psychoaffectif, jeux et jouets, activités, rôle de l'adulte. En effet, il est important d'observer son enfant et de l'accompagner dans sa découverte du monde.

sique est vivement conseillée aux jeunes enfants (à condition de préserver le plaisir et le jeu) et il est important pour les parents, de savoir où s'orienter.



Ce guide vous est proposé par le conseil général de l'Aube car la petite enfance (0-6 ans) est au cœur de ses missions

>> LES " ASSUREURS PRÉVENTION SANTÉ " ONT ÉDITÉ 3 NOUVELLES BROCHURES



>>> Prévenir les méfaits du stress

Brochure de prévention qui se présente sous la forme d'un dépliant en 3 volets. Elle informe sur :

- >> La définition du stress
- >> Comment calculer votre stress ?
- >> Les facteurs du stress
- >> Les risques pour la santé
- >> Qui contacter ?

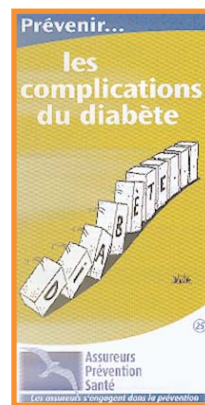
Prévenir l'ostéoporose <<<



Cette brochure explique ce qu'est l'ostéoporose avec ses conséquences au niveau de la santé, comment elle peut évoluer, les facteurs de risque et les précautions à apprendre aux différents âges de la vie.

Prévenir les complications du diabète <<<

Cette brochure répond aux questions que l'on peut se poser sur le diabète : les complications liées à la santé, la définition du diabète et les clés de la prévention (dépistage et traitement).



- >>> Dans le cadre de ses actions de sensibilisation à la prévention santé, l'AG2R a réalisé un nouveau guide " Agir sur la santé par l'activité physique et sportive " destiné au grand public et aux entreprises. Réalisé avec le Dr. Eric Bouvat, Médecin du Sport et responsable de l'Unité de Traumatologie du Sport (hôpital Sud - de Grenoble), ce guide présente les bienfaits de la pratique d'une activité physique et sportive sans risque et apporte des clés essentielles pour entretenir son capital santé tout au long de la vie. Pour plus d'information vous pouvez vous adresser à l'agence AG2R la plus proche de chez vous ou consulter le site www.ag2r.com rubrique actualités.

Protection de la santé des Sportifs et lutte contre le dopage

Informations légales et réglementations

>> J.O. du 27 février 2007

Délibération du 5 octobre 2006 portant règlement intérieur du Collège de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage suite au décret n° 2006-1204 du 29/09/2006 relatif à l'organisation et fonctionnement de l'A.F.L.D.

>> **Loi n° 2007-129 du 31 janvier 2007** autorisant la ratification de la convention internationale contre le dopage dans le sport (J.O. du 01/02/2007).

>> **Décret n° 2007-461 du 25 mars 2007** relatif aux modalités de délivrance des autorisations d'usage à des fins thérapeutiques pour application de l'article L 232-2 du Code du Sport (J.O. du 28/03/2007).

>> **Décret n° 2007-462 du 25 mars 2007** relatif aux contrôles autorisés pour la lutte contre le dopage et à l'agrément et l'assermentation des personnes chargées des contrôles (J.O. du 28/03/2007).

>> **Décret n° 2007-503 du 2 avril 2007** portant publication de la convention internationale contrôle dopage dans le sport, adoptée à Paris le 19 octobre 2006.

>> **Code mondial antidopage**
entrée en vigueur le 1er janvier 2007.
Liste des interdictions 2007, Standard international

Sites Internet

>> [SITE DE L'AMA : AGENCE MONDIALE ANTI-DOPAGE](#)



Pour accéder au site : <http://www.wada-ama.org/fr/>

Nouveau numéro de Franc Jeu sur le nouveau paradigme de la lutte contre le dopage



Date : 26 mars 2007

L'AMA a publié un nouveau numéro de son magazine Franc Jeu, consacré à l'évolution de la lutte contre le dopage.

Ce numéro se penche sur les nouvelles stratégies adoptées face aux trafics et au dopage organisé. Il comprend notamment des extraits d'une étude sur le trafic international de substances dopantes et des articles sur de nouvelles stratégies mises en place pour renforcer la collaboration entre le Mouvement sportif et les gouvernements dans le cadre d'enquêtes.

Pour télécharger Franc Jeu. : [cliquez ici](#)

L'AMA lance un appel aux commentaires à propos de la version révisée des Standards internationaux de contrôle

Date : 16 mars 2007

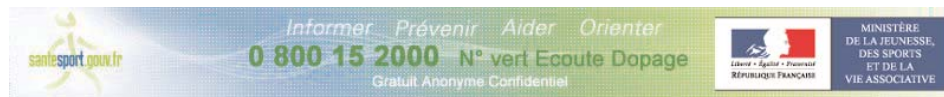
L'AMA a publié une version révisée des Standards internationaux de contrôle (SIC), révisée pour tenir compte des commentaires reçus lors de la période de consultation la plus récente et des réactions transmises par les partenaires dans le cadre de la révision du Code mondial antidopage.

La version révisée provisoire de ces Standards inclut désormais des clauses se rapportant à la gestion des

informations sur la localisation des sportifs et les contrôles manqués. Puisque ces éléments sont nouveaux, un processus de consultation étendu a été mis en place pour coïncider avec le processus de révision du Code mondial antidopage. Une vue d'ensemble de ce plan de consultation peut être consulté avec la version révisée provisoire des SIC.

Pour davantage d'informations : [cliquez ici](#).

>> [SITE SANTESPORT](#)



Pour accéder au site :
<http://www.santesport.gouv.fr/>

En ligne :
Titre III du Code du sport : Santé des sportifs et lutte contre le dopage, [cliquez ici](#).

...des commentaires sur les éléments novateurs de cette loi, [cliquez ici](#).

...et ...les textes d'application, [cliquez ici](#).

>> SITE DE L'AFLD (AGENCE FRANÇAISE DE LUTTE CONTRE LE DOPAGE) :

Pour accéder au site : <http://www.afld.fr/>



Ce nouveau site, qui remplace celui du CPLD (Conseil de Prévention et de Lutte contre le Dopage) propose une vue d'ensemble sur l'organisation, la composition, le fonctionnement et les missions de cette nouvelle agence.

Site bien structuré avec des thématiques et sous thématiques, une rubrique actualités et un regroupement par thème des documents proposés en téléchargement.

Bonne ergonomie. Par contre : plusieurs rubriques sont encore en cours de construction et donc non-renseignées pour le moment. A découvrir !

Nouvelles éditions

>> NOUVELLES ACQUISITIONS DE LA MÉDIATHÈQUE DE L'INSEP

>> Ouvrage

Personne, Jacques - D'un sport perverti au "sport plaisir"
Paris, L'Harmattan, 2006 / ISBN2-296-00458-X

>> Journal de traumatologie du sport, 2006, vol. 23 - n°3, pp. 186-192

Guillaume, G.- Prescriptions licites et illicites par le médecin chez le sportif

Résumé

Mise au point : rappel des règlements concernant les prescriptions illicites susceptibles de rendre positif un contrôle antidopage; l'autorisation d'usage thérapeutique (AUT); la procédure abrégée d'AUT; les glucocorticoïdes; le synacthène, les stéroïdes anabolisants, l'hormone de croissance, les narcotiques, l'EPO...

>> Scandinavian journal of medicine and science in sports - - 2006 - vol.16 - n°1, pp.41-48.

Baume, N. Saugy, Martial, Kamber, Matthias, Mangin, P., Mahler, N. - Research of stimulants and anabolic steroids in dietary supplements

>> Sciences humaines, 2007, n° 180, pp. 18-23

Troger, Vincent - Sport et dopage : perversion marchande ou rêve de surhumanité ?
Sciences humaines, 2007, n° 180, pp. 18-23

Résumé

D'un côté, la correspondance avec le libéralisme de nos sociétés, de l'autre, le besoin de dépassement de soi, de donner du sens à son existence, tels sont les deux modèles d'interprétation donnés par les sociologues à ce phénomène de société que représente le sport, modèles à l'intersection desquels s'impose la question du dopage. Avec un point de vue de Georges Vigarello : 'L'invisibilité du dopage'. (Article disponible au CIRDD Champagne-Ardenne).

>> SCIENCE ET SPORTS

Pour en savoir plus : [cliquez ici](#)

>> Science et sports 2007 - Volume 22 - Numéro 1 - pp: 28-34

M. Aremou, P. Gouthon, J.-M. Falola, M. Lawani, C. Toundonou, H. Agboton

Les facteurs non hémodynamiques de variation de la pression artérielle chez d'anciens sportifs demeurés actifs

Objectifs :

Cette étude transversale a pour objectifs :

- 1) de déterminer dans un échantillon d'anciens sportifs demeurés actifs, les paramètres qui différencient les sujets à pression artérielle élevée, des normotendus;
- 2) d'identifier dans le même groupe, les paramètres qui expliquent le mieux les variations de la pression artérielle.

>> LA SANTE DE L'HOMME

Un dossier est consacré à la prévention des consommations à risques chez les jeunes, avec un article sur la prévention du dopage auprès des jeunes sportifs.

" En Lorraine, une action pour prévenir le dopage chez les jeunes sportifs ".

Résumé :

" Trois à 5 % des adolescents sportifs disent s'être dopés au moins une fois. Depuis des décennies, des actions de prévention de la prise de produits dopants sont mises en œuvre, consistant essentiellement à informer sur la dangerosité de ces substances, avec des résultats pour le moins mitigés. Une expérience de prévention de Lorraine associe jeux de rôles et débats pour augmenter les facteurs de protection des jeunes sportifs. Les premiers résultats sont prometteurs.".

Revue disponible dans les CODES

>> Science et sports 2007 - Volume 22 - Numéro 1 - pp: 50-53

Fall, M. Sarr, S.-H. Mandengue, L. Badji, A. Samb, L. Gueye et al.

Effets d'une restriction hydrique et alimentaire prolongée (ramadan) sur la performance et les réponses cardiovasculaires au cours d'un exercice incrémental en milieu tropical chaud

Contexte :

Des études antérieures ont montré que la consommation maximale d'oxygène et la fréquence cardiaque maximale n'étaient pas significativement différentes chez des sujets en période de restriction hydrique et alimentaire prolongée (ramadan), comparativement à une période d'alimentation normale. Peu de données cependant, ont été rapportées sur les effets du ramadan sur certains paramètres cardiovasculaires.

>>>



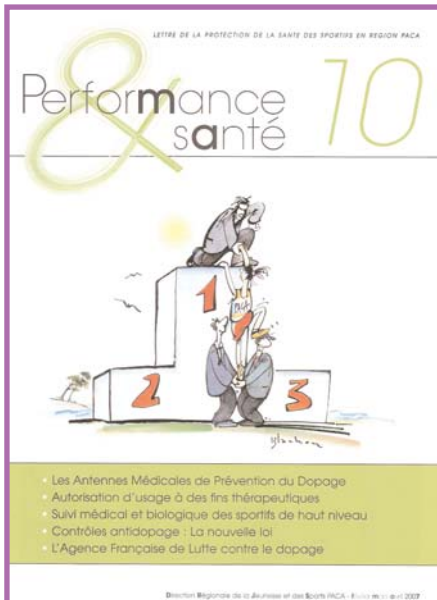
>> SPORT INFOS

Union nationale Léo Lagrange, n° 31, décembre 2006
L'intégralité de la revue est disponible à l'adresse suivante : [cliquez ici](#)

Les méfaits du dopage (p. 3-4) : Que devient la représentation du phénomène du dopage auprès du

public ? Le dopage est-il encore considéré comme un phénomène réservé au sport de haut-niveau ? Peut-on se dopé sans avoir conscience de tricher ? Peut-on se dopé sans conséquence sur sa santé ?

Dorian Martinez, responsable du site www.dopage.com et coordinateur du numéro vert 0800 15 2000 répond à ces questions.



<<<

>> PERFORMANCE ET SANTE - n° 10

Au sommaire :

- >> les Antennes Médicales de Prévention du Dopage (AMPD)
- >> Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT)
- >> Suivi médical et biologique des sportifs de haut niveau
- >> Contrôles antidopage : la nouvelle loi
- >> L'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD)

Revue disponible
au CIRDD Champagne Ardenne

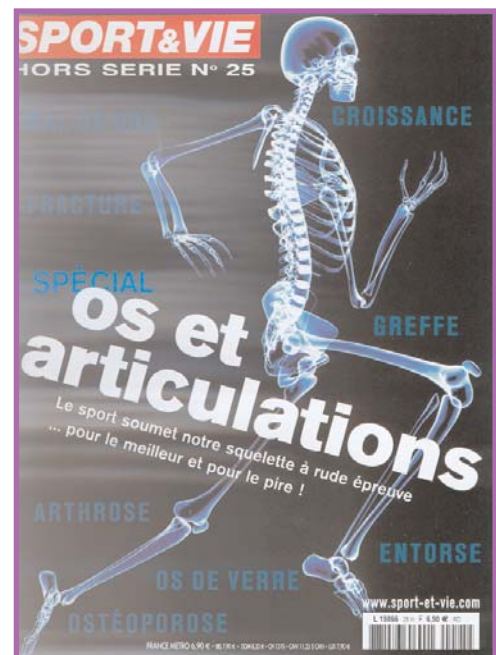
>> SPORT ET VIE

Hors série n° 25 : Dossier : " Os et articulations ".

Résumé :

" Le sport soumet notre squelette à rude épreuve pour le meilleur et pour le pire. Dans ce numéro spécial, Sport et vie, présente les différentes conséquences du sport sur les articulations et le squelette. "

>>>



n° 100 janvier/février 2007.

<<<

Résumé :

" Cette revue aborde le problème des tendinites, des lombalgies dans le milieu sportif et également de l'insuffisance thyroïdienne "



Outils de prévention

»» L'AMA LANCE SA NOUVELLE MALLETTE POUR ENTRAÎNEURS

Le plus récent outil éducatif de l'Agence mondiale antidopage offre un atelier de prévention du dopage prêt à livrer et conçu spécialement pour les entraîneurs d'élite. Les entraîneurs ont une grande influence sur les sportifs. Les éduquer représente un moyen efficace de promouvoir le sport sans dopage auprès des sportifs et des membres de leur entourage.

La Mallette pour entraîneurs de l'AMA a pour but d'aider les signataires du Code mondial antidopage à faire face à leur responsabilité d'éduquer les sportifs, les entraîneurs et le personnel d'encadrement au sujet des dangers et des conséquences du dopage dans le sport.

La Mallette pour entraîneurs, développée par l'AMA en collaboration avec un groupe de travail composé de représentants de différents partenaires, comprend un atelier prêt à livrer sur la prévention du dopage pour les entraîneurs d'élite. L'atelier, divisé en modules, propose un programme de formation de base de trois heures pouvant se transformer en une journée complète avec l'ajout de modules optionnels "à la carte".

Interactif, l'atelier comprend des analyses de scénarios, des résolutions de problèmes et des débats en petits groupes. Les participants seront sensibilisés aux rôles et responsabilités des

entraîneurs d'élite dans la promotion du sport sans dopage, seront mieux informés des enjeux et des règlements antidopage en vigueur, et recevront des documents de référence utiles pour la prévention du dopage.

La mallette contient tous les outils nécessaires à la présentation de l'atelier, de sa promotion jusqu'à son évaluation, incluant un Guide de l'organisateur, des Directives pour l'animateur, un diaporama accompagné de notes de présentation, du matériel audio-visuel, un Cahier du participant ainsi que plusieurs documents de référence et outils pratiques. Déjà produite en français, anglais et espagnol, la Mallette fait aussi l'objet de traduction dans d'autres langues par certaines organisations nationales antidopage (ONAD). Les usagers sont également invités à adapter le programme en y ajoutant du contenu particulier à leur pays ou à leur sport.

La seconde partie de la Mallette, actuellement en phase de développement, ciblera plus précisément les entraîneurs de jeunes athlètes.

Pour télécharger la brochure de promotion et en savoir plus sur la politique de distribution de la Mallette pour entraîneurs et sur les conditions d'obtention, pour télécharger le bon de commande : [cliquez ici](#).

Informations diverses

»» INFORMATIONS EXTRAITES DU BULLETIN DE L'ANTENNE MÉDICALE MIDI-PYRÉNÉES DE PRÉVENTION DU DOPAGE, 2007, 1, (3), 1-3

UNE INFILTRATION A RISQUE

Docteur Odile Humenry - Médecin du Sport

Les sportifs blessés ont souvent recours aux infiltrations de corticoïdes pour soulager rapidement la douleur générée par une lésion traumatique ou micro-traumatique et accélérer ainsi la reprise sportive. L'effet est souvent spectaculaire car les glucocorticoïdes sont des anti-inflammatoires puissants

réduisant rapidement les composantes de l'inflammation, dont la douleur est le signe majeur. Privés de ce signal, le sportif va pouvoir poursuivre son activité sportive, mais la lésion sous-jacente n'étant pas guérie, elle va s'aggraver, augmentant encore le temps de guérison, d'autant que le produit injecté fragilise les structures musculo-tendineuses. "

»»

» Il s'agit d'un premier risque connu de tous les médecins. Ce qui est moins bien connu, c'est le "risque élevé d'insuffisance surrénalienne après infiltration unique intra ou péri articulaire de glucocorticoïdes", objet d'une communication du Dr Martine Duclos lors du dernier congrès de la Société Française de Médecine du Sport. Cet effet indésirable existe malgré le caractère local de l'infiltration avec son retentissement sur l'axe hypothalamo-hypophysosurrénalien. Il s'agit d'une insuffisance surrénalienne biologique avec diminution du cortisol plasmatique persistant encore 14 jours après l'infiltration. Sur ce terrain fragilisé, un facteur déclenchant comme un stress important, un nouveau traumatisme ou une intervention chirurgicale, peut déclencher la survenue d'une insuffisance surrénalienne aiguë. Les signes d'alerte devant amener à consulter sans délai sont une asthénie progressive débutant à l'effort, une perte de poids avec anorexie, une tendance hypotensive aggravée par l'orthostatisme, des malaises hypoglycémiques, une pâleur ainsi qu'une dépilation des aisselles et du pubis. Ces signes s'aggravent progressivement réduisant l'activité et une décompensation surrénalienne aiguë à l'occasion d'un stress est possible.

QUELS OBJECTIFS POUR UNE PREVENTION DU DOPAGE EFFICACE ?

Jean-Rémi Dalle - Psychologue du Sport

" Le dopage ne se dit pas, il se pratique ... et dans la majorité des sports, il n'existe pas, alors pourquoi en parler ? "

Le vide causé par l'absence de dialogue autour du dopage laisse la place aux fausses informations (celles qui arrangent ceux qui les colportent), laisse la place à l'action au détriment de la réflexion et de la prise de recul, laisse la place au déni des risques engendrés au profit de solutions rapides et efficaces. Penser à se doper, avoir envie ou même envisager de se doper ne constitue pas en soi une faute répréhensible.

» Le premier objectif de la prévention devrait donc être de restaurer cette liberté de pensée et de parole auprès des sportifs et de leur entourage (parents, amis, entraîneurs, dirigeants). C'est le point de départ nécessaire à toute prise de recul

par rapport aux conduites dopantes.

» Le second objectif devrait concerner la capacité du sportif à reconnaître les situations de danger. Prévenir le dopage c'est aussi donner les moyens au sportif de reconnaître, dans son vécu au quotidien, les situations favorisant l'inclination aux conduites dopantes (et au dopage). Se faisant c'est permettre au sportif d'anticiper. Il s'agit de faire prendre conscience au public que le sport joue un rôle particulier dans leur équilibre psychologique et que l'environnement peut à un moment donné être vécu comme pouvant remettre en question leur devenir de sujet sportif ; Au point où le malaise généré ne laisse entrevoir qu'un non-choix à travers des solutions rapides et efficaces telles que le recours à des soutiens chimiques.

» Le troisième objectif de prévention pourrait être de redonner les moyens au sportif de pouvoir faire un vrai choix en situation difficile. Mettre à disposition l'information est une chose, permettre à chacun de se positionner face à la prise de produits est un travail d'une autre envergure et ce travail passe par la parole, par la possibilité d'échanger et de partager les points de vue, les désirs et les peurs liées aux pratiques dopantes.

» Le quatrième objectif, en tant que point d'achèvement des trois premiers, consiste à faire prendre conscience que la seule véritable alternative face au conduite dopante et au dopage consiste à réinventer sa pratique sportive, en faisant appel à différentes compétences :

» Le diététicien offre la possibilité d'ajuster au plus près et d'optimiser une hygiène alimentaire en rapport avec les besoins physiologiques nutritionnels du sportif.

» Le préparateur physique possède les outils techniques et stratégiques pour préparer de façon qualitative un organisme par rapport aux différents objectifs qui jalonnent une saison sportive.

» Le psychologue du sport, à travers l'espace de parole et le travail d'introspection qu'il propose, permet la prise de recul nécessaire à tout projet en devenir et favorise le développement des potentialités personnelles en situation difficile.

Manifestations

>> RENCONTRES DE TRAUMATOLOGIE DU SPORT CIMS-HÔTEL DIEU / INSEP

Lieu : en alternance à l'Hôtel Dieu ou à l'INSEP

Jour : un Jeudi par mois à partir de 19h

Organisation : Patricia Thoreux, Yves Demarais

Objectifs :

>> Mise au point sur les spécificités pathologiques et de prise en charge d'un sport ou groupe de sports apparentés

>> Bilan des travaux de recherche spécifiques en cours (épidémiologiques, cliniques, biomécaniques et autres)

Programme des rencontres 2006-2007:

Thématiques déjà abordées :

>> Jeudi 14 Décembre 2006 :
Thématique "Tennis et Sports de raquette"

>> Jeudi 11 Janvier 2007 : Thématique "Judo"

>> Jeudi 15 Février 2007 : Thématique "Football"

>> Jeudi 5 Avril 2007 : Thématique "Rugby"

Thématiques à venir :

>> Jeudi 10 Mai 2007 : Thématique "Escrime"

Organisation : Yves Demarais et Dominique Poux - Lieu : INSEP - Amphi G (20h-23h)

>> Jeudi 28 Juin 2007 : Thématique "Sommeil et Récupération"

Organisation : Jean-François Toussaint et Damien Léger - Lieu : Hôtel Dieu - Amphi de Lapersonne (19h-22h)

Pour tout renseignement :
Secrétariat du CIMS 01 42 34 87 66
ou Dr P.Thoreux 06 10 90 23 65

>> CONGRÈS : MÉDECINE ET SPORT : DU HAUT NIVEAU AU QUOTIDIEN. L'ATHLÈTE, LE MÉDECIN, L'ENTRAÎNEUR ET LE CITOYEN..

26 / 27 Avril 2007

Maison du Sport Français - Paris
Sous l'égide du Comité National Olympique et Sportif Français et de l'Association des Médecins Fédéraux Français

Pré-Programme

>> L'enfant et le sport

>> L'énergie de l'effort, la nutrition et la récupération

>> Du haut niveau au quotidien : transferts de connaissances

>> La féminité et le sport

>> Les pathologies réhabilitées par le sport

Informations - Inscriptions

Team 5 Communication

39, rue Molitor - 75016 Paris

Contact : Anne Arribart Tél : 01 47 43 22 22

- E-mail : team5com@noos.fr

Programme complet actualisé et Bulletin d'inscription à télécharger sur :

<http://www.congresmedical-team5.com>

