



# FÉDÉRATION D'HALTHÉROPHILIE DU QUÉBEC

Code D'éthique & Politique Antidopage

# FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC

## CODE D'ÉTHIQUE

ATTENDU que la Fédération d'haltérophilie du Québec a comme principal objectif la promotion et le développement de l'haltérophilie auprès des québécois et québécoises;

ATTENDU l'intérêt de la Fédération d'haltérophilie du Québec à garantir et respecter intégralement les droits, libertés et privilèges de ses membres tels que stipulés par les chartes québécoise et canadienne;

ATTENDU l'intérêt de la Fédération d'haltérophilie du Québec à ce que ses membres pratiquent l'haltérophilie dans le respect des grands principes guidant le sport amateur et se conforment au code d'éthique et à la politique antidopage dont elle s'est dotée à cette fin;

EN CONSÉQUENCE, LA FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC DÉCRÈTE ET ADOPTE LE CODE D'ÉTHIQUE SUIVANT :

1. Les membres de la Fédération se doivent de contribuer en tout temps à l'atteinte des objectifs et idéaux mis de l'avant par la Fédération ainsi qu'à l'amélioration de toute la communauté haltérophile québécoise.
2. Les membres doivent également soutenir les dirigeants de la Fédération dans leur rôle de responsables de la bonne renommée de l'haltérophilie au Québec.
3. De façon plus particulière, les membres de la Fédération doivent :
  - 3.1 Respecter les statuts et les règlements de la Fédération d'haltérophilie du Québec (F.H.Q.), de la Fédération Haltérophile Canadienne (WCH) et de l'International Weightlifting Federation (I.W.F.);
  - 3.2 Se conformer aux principes régissant les bons rapports avec leur environnement naturel et social :
    - Respect de la propriété d'autrui (vol, vandalisme, etc...);
    - Respect de la personne (insultes, injures, état d'ébriété, harcèlement, abus, etc...);
    - Utilisation des réseaux sociaux, Internet et autres médias électroniques de façon éthique et respectueuse des autres membres de la FHQ;
  - 3.3 Ne pas proférer des critiques, propos et déclarations non-fondés à l'endroit des autres membres et représentants de la F.H.Q. et de la CWFHC;
  - 3.4 Se conformer en tout temps au code vestimentaire en vigueur
  - 3.5 S'abstenir de consommer toute substance interdite par les règles sportives;
  - 3.6 S'abstenir d'utiliser la position qu'ils occupent au sein de la Fédération à des fins personnelles;
  - 3.7 Éviter d'inciter d'autres membres de la F.H.Q. à enfreindre les statuts et les règlements de la F.H.Q., de la C.W.H. et de la I.W.F. ou le présent code.
  - 3.8 Un membre lésé peut porter plainte contre l'auteur (e) d'une plainte déposée à son égard qui est rejetée après enquête de la direction technique et/ou du comité éthique et image puisqu'elle est jugée frivole ou dilatoire, ou fait preuve d'un comportement vexatoire ou quérulent.

## ÉTHIQUE SPORTIVE - SUIVI

### Comportement

#### En compétition, tout haltérophile doit :

- . Collaborer avec l'organisateur et les officiels lors de l'échauffement, la présentation des leveurs, pendant la compétition et à la remise des récompenses ;
- . Respecter le déroulement des performances des autres leveurs ;
- . Respecter le temps partagé sur les plateaux d'échauffement ;
- . Respecter les règlements en vigueur sur le lieu de compétition.

Un haltérophile doit se comporter en fonction des règles de conduite généralement acceptées par la société.

#### En compétition, tout entraîneur doit :

- . Être présent à la réunion technique ;
- . Collaborer avec l'organisateur et les officiels lors de l'échauffement, la présentation des leveurs, pendant la compétition et à la remise des récompenses ;
- . Respecter le déroulement des performances des autres leveurs ;
- . S'assurer que les acclamations ou les gestes de ses partisans ne nuisent pas à la préparation physique et psychologique des autres compétiteurs ;
- . Respecter les autres entraîneurs et bénévoles du comité organisateur ;
- . Respecter les règlements en vigueur sur le lieu de compétition.

Envers les officiels, tout entraîneur doit :

- . Respecter leurs décisions ;
- . Éviter de nuire à la concentration d'un officiel ;
- . Éviter de s'adresser à un officiel en devoir lors de la session en cours ;
- . Tenir compte des directives des officiels (bas, bandages, etc..) ;
- . S'adresser au jury pour toute information concernant la décision rendue.

#### Règles de conduite pour les membres d'une délégation du Québec

##### Remarques générales

- . Une délégation du Québec est composée des haltérophiles, entraîneurs, accompagnateurs, gérant officiellement nommés par la F.H.Q. pour participer à une compétition.
- . Ces règles s'appliquent à toute personne qui a accepté de faire partie d'une délégation.
- . Pour chaque délégation, le gérant d'équipe assisté des entraîneurs précisent les règles de conduite. L'ensemble des règles est communiqué à tous les membres de la délégation et ce, préférablement avant le départ.
- . Ces règles sont en vigueur du début à la fin du déplacement relatif à un événement. Les entraîneurs et le gérant sont responsables de la conduite des haltérophiles en tout temps. De plus, les entraîneurs doivent accompagner les haltérophiles lors du voyage aller et retour.

- . Tout haltérophile, entraîneur, officiel ou personnel de soutien additionnel qui enfreint une de ces règles est passible d'une sanction pouvant aller de la réprimande verbale jusqu'au renvoi. C'est le gérant d'équipe avec l'équipe d'entraîneurs assignée qui déterminent la sanction. Cependant, le conseil d'administration de la F.H.Q. se réserve en tout temps la possibilité d'évaluer la sanction appliquée et d'en modifier les termes dans un sens ou dans l'autre.
- . Tout cas de manquement grave à une règle de conduite doit être rapporté par écrit au directeur technique de la F.H.Q. dans les 5 jours suivant la fin de la compétition.

## Règles

### Transport, hébergement, programme :

- . Tout membre de la délégation du Québec doit utiliser le moyen de transport et le lieu d'hébergement prévu par la F.H.Q.. De plus, le programme entier (incluant les dates et heures de départ et de retour) doit être respecté.
- . Seul le directeur technique peut autoriser une exception et ce, à la suite d'une demande, présentée par la personne concernée au moins 21 jours avant le départ.
- . Un membre de la délégation ne peut quitter le lieu de résidence/compétition sans l'autorisation du gérant d'équipe.

### Langage, tenue, comportement général, couvre-feu :

- . Tout membre de la délégation doit se comporter en fonction des règles de conduite généralement acceptées par la société, que ce soit au niveau du langage, de la tenue, de la politesse, du respect des autres, etc.
- . L'heure du couvre-feu est établie par le gérant d'équipe et les entraîneurs en fonction de l'âge des haltérophiles et du programme de compétition et elle doit être respectée.

### Vandalisme et usage de substances prohibées par la loi :

- . Le vandalisme n'est pas toléré. Le gérant d'équipe a entière autorité pour appliquer une sanction appropriée, incluant le renvoi des personnes concernées à leur domicile et ce, à leur frais. Tous les coûts résultant d'un acte de vandalisme sont à la charge des personnes concernées ou, ultimement, de leur club.
- . Tout usage d'une substance prohibée par les lois québécoises ou canadiennes est strictement interdit. Dans ce domaine, le gérant d'équipe a également entière autorité pour appliquer une sanction appropriée pouvant aller jusqu'au renvoi, aux frais des personnes concernées.

## POLITIQUE ANTIDOPAGE

### Article 1.0 - DÉCLARATION DE PRINCIPE

1.1 La Fédération d'Haltérophilie du Québec (Fédération) s'oppose sans équivoque, pour des raisons médicales, juridiques et d'éthique aux pratiques de dopage dans le sport et souscrit entièrement aux positions adoptées par Condition physique et Sport amateur, la Fédération Haltérophile Canadienne (W.C.H.), l'International Weightlifting Federation (I.W.F.), le Comité International Olympique (C.I.O.) et l'Agence mondiale antidopage (A.M.A.) contre l'usage des substances interdites.

La Fédération doit se conformer au programme canadien antidopage (PCA) géré par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) lequel se conforme entièrement au Code de l'Agence mondiale antidopage (Code).

### Article 2.0 – OBJECTIF

La présente politique a pour objectif d'éliminer l'usage des substances interdites chez les membres de la Fédération.

### Article 3.0 – JURIDICTION

La présente politique s'applique aux membres individuels de la Fédération et aux clubs d'haltérophilie reconnus comme membres collectifs de la Fédération. Les classes de membres individuels de la Fédération sont les membres intéressés, les membres avec licence d'athlète, les membres entraîneurs et les membres officiels.

### Article 4.0 - PRINCIPES GÉNÉRAUX

4.1 Le dopage est défini comme une ou plusieurs violations des règles antidopage. Le dopage implique des substances interdites ou des méthodes interdites qui rehaussent le rendement sportif, posent un risque pour la santé et (ou) sont contraires à l'esprit sportif. [Code, articles 1 et 2] [PCA, articles 1.1]

### COMPÉTENCE

4.2 Le PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE est ancré et informé par la POLITIQUE CANADIENNE CONTRE LE DOPAGE DANS LE SPORT et le Code.

Les membres individuels et membres collectifs sont assujettis au PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE acceptent d'être liés par les dispositions de la POLITIQUE CANADIENNE CONTRE LE DOPAGE DANS LE SPORT.

En conformité avec le Code, les membres individuels et membres collectifs acceptent le PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE comme condition à leur participation au sport et sont liés par les règlements du PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE. [Code, Partie un, Introduction] [PCA, articles 1.3]

## RESPONSABILITÉS

4.3 Advenant qu'un membre individuel ou un membre collectif est reconnu responsable d'une violation des règles antidopage, les conséquences des violations des règles antidopage du PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE prendront effet. Le membre individuel et les membres collectifs détiennent aussi la responsabilité d'être informé des conséquences additionnelles qui pourront s'appliquer suite à une violation des règles antidopage. Ces conséquences additionnelles pourront être imposées par les gouvernements, les organisateurs responsables de grandes manifestations sportives, les organismes de sports, ou la fédération internationale du membre individuel ou du membre collectif. [Code, articles 9, 10, 11 et 12] [PCA, articles 7.3]

### Article 5.0 - VIOLATIONS SPÉCIFIQUES DES RÈGLES ANTIDOPAGE

Il incombe au membre individuel et membres collectifs de savoir ce que constitue une violation des règles antidopage et de connaître les substances et les méthodes incluses dans la Liste des interdictions. [Code, article 2]

Ainsi constituent une violation des règles antidopage :

Présence dans l'échantillon

5.11 La présence d'une substance interdite, de ses métabolites ou de ses marqueurs dans l'échantillon corporel de l'athlète est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.1] [PCA, article 7.23]

5.12 Il incombe à chaque athlète de s'assurer qu'aucune substance interdite ne pénètre dans son organisme. Les athlètes sont responsables de toute substance interdite, de ses métabolites ou marqueurs, dont la présence est décelée dans leurs échantillons. Par conséquent, il n'est pas nécessaire de faire la preuve de l'intention, de la faute, de la négligence ou de l'usage conscient de la part de l'athlète pour établir une violation des règles antidopage. [Code, article 2.1.1] [PCA, article 7.24]

5.13 La violation d'une règle antidopage en vertu du règlement PCA 7.23 est suffisamment établie dans l'un ou l'autre des cas suivants : présence d'une substance interdite ou de ses métabolites ou marqueurs dans l'échantillon A de l'athlète lorsque l'athlète renonce à l'analyse de l'échantillon B et que l'échantillon B n'est pas analysé; ou, lorsque l'échantillon B est analysé, confirmation, par l'analyse de l'échantillon B, de la présence de la substance interdite ou de ses métabolites ou marqueurs décelés dans l'échantillon A de l'athlète. [Code, article 2.1.2] [PCA, article 7.25]

5.14 Excepté les substances pour lesquelles un seuil de déclaration est précisé dans la Liste des interdictions, la présence de la moindre quantité d'une substance interdite, de ses métabolites ou marqueurs dans l'échantillon d'un athlète, est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.1.3] [PCA, article 7.26]

5.15 À titre d'exception à la règle générale visant cette violation des règles antidopage, la Liste des interdictions ou les standards internationaux pourront prévoir des critères d'appréciation particuliers dans le cas de substances interdites pouvant également être produites de façon endogène. [Code, article 2.1.4] [PCA, article 7.27]

Usage ou tentative d'usage

5.16 L'usage ou la tentative d'usage par un(e) athlète d'une substance interdite ou méthode interdite est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.2] [PCA, article 7.28]

5.17 Il incombe à chaque athlète de faire en sorte qu'aucune substance interdite ne pénètre dans son organisme. Par conséquent, il n'est pas nécessaire de démontrer l'intention, la faute, la négligence ou l'usage conscient de la part de l'athlète pour établir la violation des règles antidopage pour cause d'usage d'une substance interdite ou d'une méthode interdite. [Code, article 2.2.1] [PCA, article 7.29]

5.18 Le succès ou l'échec de l'usage ou de la tentative d'usage d'une substance interdite ou d'une méthode interdite n'est pas déterminant. L'usage ou la tentative d'usage de la substance interdite ou de la méthode interdite suffisent pour qu'il y ait violation des règles antidopage. [Code, article 2.2.2] [PCA, article 7.30]

#### Refuser ou éviter

5.19 Le refus ou le fait de se soustraire sans justification valable à un prélèvement d'échantillons après notification, en conformité avec les règlements antidopage en vigueur ou encore le fait d'éviter un prélèvement d'échantillons est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.3] [PCA, article 7.31]

#### Disponibilité de l'athlète, renseignements sur sa localisation et contrôles manqués

5.20 La violation des exigences applicables en matière de disponibilité des athlètes pour les contrôles hors compétition, y compris un manquement à l'obligation de transmission d'informations sur leur localisation, ainsi que les contrôles établis comme manqués sur la base de règles en conformité substantive avec les Règlements de contrôle du dopage. La combinaison de trois (3) contrôles manqués et/ou manquements à l'obligation de transmission d'informations sur la localisation pendant une période continue de dix-huit (18) mois, tel qu'établi par les organisations antidopage dont relève l'athlète, est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.4] [PCA, article 7.32]

#### Falsification, ou tentative de falsification de tout élément du contrôle du dopage

5.21 La falsification, ou tentative de falsification de tout élément du contrôle du dopage est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.5] [PCA, article 7.33]

#### Possession de substances ou méthodes interdites

5.22 La possession par un(e) athlète en compétition d'une substance interdite ou d'une méthode interdite, ou la possession hors compétition par un(e) athlète d'une substance interdite ou d'une méthode interdite qui est interdite hors compétition, à moins que l'athlète n'établisse que cette possession découle d'une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques accordée conformément aux règlements relatifs aux autorisations d'usage à des fins thérapeutiques ou d'une autre justification acceptable est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.6.1] [PCA, article 7.34]

5.23 La possession par un membre du personnel d'encadrement de l'athlète en compétition d'une substance interdite ou d'une méthode interdite, ou la possession hors compétition par un membre du personnel d'encadrement de l'athlète d'une substance interdite ou d'une méthode interdite qui est interdite hors compétition, en relation avec un(e) athlète, une compétition ou l'entraînement, à moins que le membre du personnel d'encadrement de l'athlète en question ne puisse établir que cette possession découle d'une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques accordée conformément aux Règlements relatifs aux autorisations d'usage à des fins thérapeutiques ou d'une autre justification acceptable est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.6.2] [PCA, article 7.35]

#### Trafic ou tentative de trafic

5.24 Le trafic ou la tentative de trafic toute substance interdite ou méthode interdite est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.7] [PCA, article 7.36]

#### Administration ou tentative d'administration

5.25 L'administration ou la tentative d'administration à un(e) athlète en compétition d'une substance interdite ou d'une méthode interdite ou l'administration ou la tentative d'administration à un(e) athlète hors compétition d'une substance interdite ou d'une méthode interdite qui est interdite hors compétition ou l'assistance, l'incitation, la contribution, l'instigation, la dissimulation, ou toute autre forme de complicité impliquant une violation des règles antidopage, ou toute autre tentative de violation des règles antidopage est une violation des règles antidopage. [Code, article 2.8] [PCA, article 7.37]

### Article 6.0 - FRÉQUENCE DES CONTRÔLES

L'athlète peut être testé en compétition et hors compétition. Il incombe au membre individuel de connaître les règles concernant la fréquence des contrôles et de savoir ce que constitue une violation des règles antidopage en cette matière.

### Article 7.0 - SANCTIONS À L'ENCONTRE DES INDIVIDUS

7.1 Un membre individuel ne peut participer aux activités de la Fédération, et des membres collectifs dès qu'il est reconnu responsable par le CCES d'une violation aux règles antidopage.

7.2 Le membre individuel suspendu ne peut participer à tout programme ou activité de la Fédération, de ses associations régionales et de ses clubs affiliés pendant la durée de sa suspension ou le paiement de l'amende (réf. Art.

7.3 Dans le cas où l'infraction a été commise lors d'une compétition internationale sous l'égide de l'IWF – AMA et que la CWFHC reçoit une amende de l'IWF (IWF pol.antidopage - art. 12.3.2 par exemple \$ 5 000 US ou plus + les frais d'analyse) selon la procédure prévue et que l'amende est transférée à la Fédération, l'athlète fautif doit rembourser cette amende à la Fédération. L'athlète fautif ne pourra pas prendre part aux activités de la Fédération tant et aussi longtemps que cette amende n'aura pas été payée même lorsque sa suspension sera terminée.



La Fédération réserve tous ses droits et recours quant à la récupération des amendes, frais ou toute autre somme lui étant due découlant d'une décision des instances mentionnées ci-dessus à l'égard d'un de ses membres ou ex-membre.

#### 7.4 SANCTION AU MEMBRE COLLECTIF

Une infraction antidopage donne lieu à une enquête menée par un comité de trois (3) personnes nommées à cette fin par le Conseil d'administration de la Fédération. Ce comité est décisionnel. Pour établir les faits, un comité est mandaté afin de rencontrer l'athlète, l'entraîneur et un responsable du club. Cette rencontre par les membres du comité antidopage permet d'établir le bienfondé de l'infraction, son niveau de responsabilités et expliquer les mesures qu'il a prises afin d'empêcher la commission de l'infraction antidopage. Si de l'avis du comité, le club n'a pas pris les précautions requises à cet égard, il est condamné à une amende de 500 \$ à 2 500 \$ CAD lors d'une première infraction et à une amende de 1 000 \$ à 5 000 \$ CAD lors d'une seconde infraction survenue dans l'année qui suit la première.

Le club condamné à une amende ne peut participer à tout programme ou activité de la Fédération, de ses associations régionales et de ses clubs tant et aussi longtemps qu'il n'a pas acquitté le montant de cette amende.

#### 7.5 Autres sanctions

Sanctions au niveau de l'aide financière du gouvernement du Canada

7.51 Tout(e) athlète ou autre personne, et tout membre du personnel d'encadrement de l'athlète qui commet et se voit imposer une sanction pour une violation des règles antidopage peut être assujéti à une réduction ou une élimination de son aide financière ou de ses bénéfices gouvernementaux et ce sur une base temporaire ou permanente. [Code, article 22.1] [PCA, article 7.57]

7.52 Une violation des règles antidopage dans les sports individuels en relation avec un contrôle en compétition conduit automatiquement à l'annulation des résultats individuels obtenus lors de cette compétition et à toutes les conséquences en résultant, y compris le retrait des médailles, points et prix. [Code, article 9] [PCA, article 7.5]

#### Article 8.0 - DIVULGATION DES RÉSULTATS DES CONTRÔLES

8.1 La Fédération ne divulgue pas les résultats d'un contrôle tant et aussi longtemps que le membre concerné n'en a pas été avisé.

8.2 La Fédération publie dans la revue « Coup d'Oeil sur l'haltérophilie » le nom de ses membres individuels suspendus en vertu de l'article 7 et de ses clubs condamnés en vertu de l'article 7.4, suite à la décision rendue en appel ou suite à l'expiration des délais d'appel.

## Article 9.0 – APPEL

Le membre collectif mis à l'amende en vertu de l'article 7.4 a le droit d'en appeler auprès du conseil d'administration de la Fédération dans les trente (30) jours suivant la date où la sanction leur a été communiquée.

Le membre soumet par écrit les motifs de son appel et fait valoir tous les renseignements pertinents à l'appui de sa demande.

Le Conseil d'administration après avoir examiné les motifs d'appel et entendu le membre collectif s'il le désire, rend sa décision par écrit dans les trente (30) jours suivant la date de l'examen.

Le membre individuel peut en appeler de sa suspension en suivant les règles prévues à la Politique canadienne antidopage (PCA).

## Article 10.0 - LEVÉE D'UNE SUSPENSION

La suspension d'un membre individuel sera levée conformément aux règles prévues à cet effet dans le PCA.

LIENS UTILES :

- La version complète du PCA peut être consulté à  
<http://cces.ca/fr/programme-canadien-antidopage>

Le PROGRAMME CANADIEN ANTIDOPAGE reconnaît, adopte et met en œuvre la Liste des interdictions en tant que standard international de l'AMA telle qu'elle peut exister de temps à autre. La Liste des interdictions, et toutes ses révisions, aura force de loi en conformité avec l'article 4.1 du Code. [Code, article 4]

La Liste des interdictions aura force de loi trois (3) mois après sa publication, sans action concrète de la part du CCES. [Code, article 4.1]

La version actuelle de la Liste des interdictions peut être téléchargée en se référant au document électronique suivant : Liste des interdictions de l'Agence mondiale antidopage  
<http://list.wada-ama.org/fr/>

- Le Code de l'Agence mondiale antidopage peut être téléchargé en se référant au document électronique suivant :  
<https://www.wada-ama.org/fr/nos-activites/le-code>

- Pour de plus amples informations contactez le gouvernement offrant l'aide financière ou tout autre bénéficiaire. Information concernant l'imposition de sanctions financières par le gouvernement du Canada suite à une violation des règles antidopage :

<https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/financement/aide-aux-athletes/politiques-procedures.html#a12b6>

- Lignes directrices complètes sur le programme de localisation des athlètes :  
<http://cces.ca/fr/adams>

- La politique antidopage 2017 de l'International Weightlifting Federation (IWF) peut être téléchargée en se référant au site suivant :

<http://www.iwf.net/anti-doping/rules-documents/>

## Livret de classification des substances

Le CCES publie un Livret de classification des substances qui repose sur la Liste des interdictions de l'AMA en vigueur.

<https://www.wada-ama.org/fr/liste-des-interdictions>

## Extrait du livret de classification de substances

Le Drug Reference On line (DRO) global.

Le DRO global permet aux athlètes et à leur personnel d'encadrement de s'informer du statut réservé à des substances précises en s'appuyant sur la Liste des interdictions de l'AMA présentement en vigueur.

Les visiteurs peuvent effectuer une recherche dans DRO global pour obtenir des renseignements précis concernant des produits en vente au Royaume-Uni, au Canada et aux États-Unis.

DRO global relève d'un partenariat entre UK Sport, le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) et l'United States Anti-Doping Agency (USADA).

Pour entreprendre une recherche, visitez le site [www.droglobal.com](http://www.droglobal.com).

## Suppléments

Le CCES désire une fois de plus attirer l'attention sur le risque considérable qu'encourt un athlète quand il fait usage de suppléments. Bien qu'il soit facile de prétendre qu'une violation aux règles antidopage par inadvertance n'arrive qu'aux autres, en fait, n'importe quelle personne faisant usage de suppléments court un risque.

Le CCES croit que l'usage de la plupart des suppléments comporte un risque inacceptable pour les athlètes et leur carrière sportive. Bien que le CCES ne recommande pas l'usage de suppléments, il reconnaît que plusieurs athlètes choisissent d'en faire l'usage pour combler les besoins nutritionnels associés à l'entraînement et aux déplacements.

Ultimement, les athlètes sont responsables de toute substance interdite qui pourrait se retrouver dans leur prélèvement; c'est ce en quoi consiste la responsabilité stricte. Si les athlètes qui font usage de suppléments sont reconnus coupables d'utiliser une substance interdite, cela peut être considéré comme une violation des règlements, peu importe la façon dont la substance interdite s'est retrouvée dans leur organisme. Des sanctions sévères peuvent être imposées.

Quels sont les risques associés à l'usage de suppléments?

Les suppléments peuvent contenir des substances interdites intentionnellement ou en être contaminés par inadvertance. Le principal problème repose sur le fait que le gouvernement a édicté peu de règlements sur l'industrie des suppléments. Certains fabricants de suppléments étiquettent mal leurs produits, en ne précisant pas leur contenu et la quantité relative de chaque ingrédient par dose. Il arrive souvent que les suppléments soient victimes de contamination croisée avec des substances interdites dans le cadre du processus de fabrication, si le fabricant commercialise d'autres produits qui contiennent des substances interdites. Plusieurs ingrédients ne proviennent pas du Canada et peuvent être contaminés. En réalité, il est encore très risqué de faire usage de suppléments.

Que puis-je faire pour minimiser le risque d'utilisation de suppléments?

Les athlètes sont personnellement responsables d'évaluer tous les risques associés aux suppléments avant d'en faire usage. Le programme NSF Certified for SportMC peut aider les athlètes à identifier les produits qui ont été testés à des fins de pureté et à minimiser le risque de dopage par inadvertance ([www.nsf sport.com](http://www.nsf sport.com)).

De plus, si vous décidez de faire usage de suppléments, vous devriez prendre des précautions pour minimiser votre risque. Ces précautions pourront vous aider à prouver que vous n'êtes pas dans le tort ou totalement dans le tort si une violation survient en raison de l'usage de suppléments. Bien que dans la plupart des circonstances une violation sera quand même imposée, la preuve qu'une extrême précaution a été prise peut être considérée lorsque la sanction est imposée.

Posez directement vos questions au fabricant et obtenez une garantie écrite que le produit ne contient pas de substances figurant sur la Liste des interdictions de l'AMA.

- Demandez s'il prépare des produits qui contiennent des substances interdites à l'usine où les suppléments sont manufacturés. Si des substances interdites sont présentes à l'usine de fabrication, le risque de contamination croisée avec les suppléments est très élevé; alors ne faites pas usage de ce produit.
- Demandez s'il est prêt à défendre son produit. Sinon, ne faites pas usage de ce produit.
- Ayez des preuves des précautions adéquates et évidentes que vous avez prises avant de faire usage des suppléments, afin d'éliminer les divers facteurs de risque associés à leur usage. Des conseils du CCES ou d'autres professionnels de la santé concernant les suppléments peuvent réduire, sans éliminer, le risque de dopage par inadvertance. Les risques associés à l'usage de suppléments sont clairs. La responsabilité d'accepter ces risques ne dépend que de vous.

CENTRE CANADIEN POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT - CCES

Adresse postale : 201-2723 Lancaster Rd Ottawa ON K1B 0B1

Téléphone : (613) 521-3340 Sans frais : 1-800-672-7775 Télécopieur : (613) 521-3134

Courriel : [info@cces.ca](mailto:info@cces.ca)

Visiter le site <http://cces.ca/fr/zoneathlete> où vous retrouverez de l'information et des ressources utiles;

Connaître les procédures de prélèvement d'échantillons;

Infos sur les substances : [substances@cces.ca](mailto:substances@cces.ca)

Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques : [tue-aut@cces.ca](mailto:tue-aut@cces.ca)

Site Web : <http://cces.ca/fr/>