

PROJET DE PRÉVENTION DES CONDUITES DOPANTES

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SKI EDUCATION NATIONALE 2012



Nicolas Coulmy
PhD
Responsable
Département Sportif et
Scientifique FFS
Ministère des Sports.

LE TABAC À CHIQUER ?



- « Skoal bendit » aux Etats-Unis (sachets perméables contenant du tabac, contient beaucoup de nitrosamines)
- « Snus » en Suède (pâte fabriquée avec des feuilles de tabac séchées et humidifiées, aromatisée et additionnée de carbonate de chaux, contient des agents chimiques irritants)
- « Benchicou », la « Chemma » ou « Makla » en Afrique du nord





IDENTIFIANTS

Représentations

- « Cool »
- Image des grands sportifs
- Identification / appartenance (modèle)
- Moyens de reconnaissance (groupe) (modèle)

Physiologiques / psychologiques

- Détente, diminution du stress (effets)
- Perceptions cognitives aiguës (effets)
- Coupe-faim (effets)
- Dépendance (effets)

Manque de connaissances « scientifiques »

- Composition du produit
- Risques pour la santé
- Phénomènes de dépendance, de craving

Cadre juridique

- Règlement FFS
- Règlement Pôles PES
- AMA (programme de surveillance de la nicotine, 01/12)
- Vente libre

Influences d'autorité

- Entraîneurs consommateurs

Economique

- Produit très peu cher

Problème identifié au sein de la Fédération Française de Ski : consommation croissante de tabac à chiquer, dès les catégories les plus jeunes, toutes disciplines confondues

Objectif général : Contribuer à la réduction de la consommation de tabac à chiquer chez les sportifs relevant du PES de la FFS et réduction des conduites dopantes chez ces mêmes sportifs

OBJECTIFS SPECIFIQUES

Apporter aux jeunes de l'information sur la composition du produit, sur les risques pour la santé

Améliorer les connaissances des adolescents sur les phénomènes de dépendance

Développer chez les jeunes des compétences psycho-sociales (savoir-être, savoir-faire) pour quoi faire ?

Faire réfléchir les entraîneurs sur leur posture d'éducateur et les former sur le développement des compétences psycho-sociales

Apporter, aux personnels encadrants (FFS, Education Nationale), de l'information sur la composition du produit, sur les risques pour la santé, sur les procédures d'arrêt de la consommation, et sur les conduites dopantes

Accompagner les jeunes et les entraîneurs dans l'arrêt de la consommation

Apporter aux jeunes de l'information sur les conduites dopantes en général

Proposer (aux jeunes, aux entraîneurs, aux techniciens), des solutions alternatives de gestion du stress

RÉGLEMENTATION

- Produit en vente libre sous certaines formes.
- Le snus est interdit à la vente en Europe à l'exception de la suède. La « benchicou » est autorisée.
- Produit ne figurant pas sur la liste des produits dopants
- Cependant, la nicotine a été placée sous programme de surveillance par l'AMA (Agence Mondiale Anti-dopage) depuis le 1^{er} janvier 2012
- Article 20 du Règlement médical de la FFS :

Toute intégration dans une **structure sportive ou scolaire dépendant de la FFS** implique l'acceptation de l'article suivant de leur Règlement Intérieur :

« Outre l'interdiction d'utiliser des substances ou procédés interdits (inscrits sur les listes nationales et internationales renouvelées chaque année), il est interdit de fumer, de **chiquer**, de priser et de boire de l'alcool, car ces actes sont contraires à l'éthique sportive et néfastes à la performance : tout manquement à cet usage peut engendrer le déclenchement d'une procédure disciplinaire ».

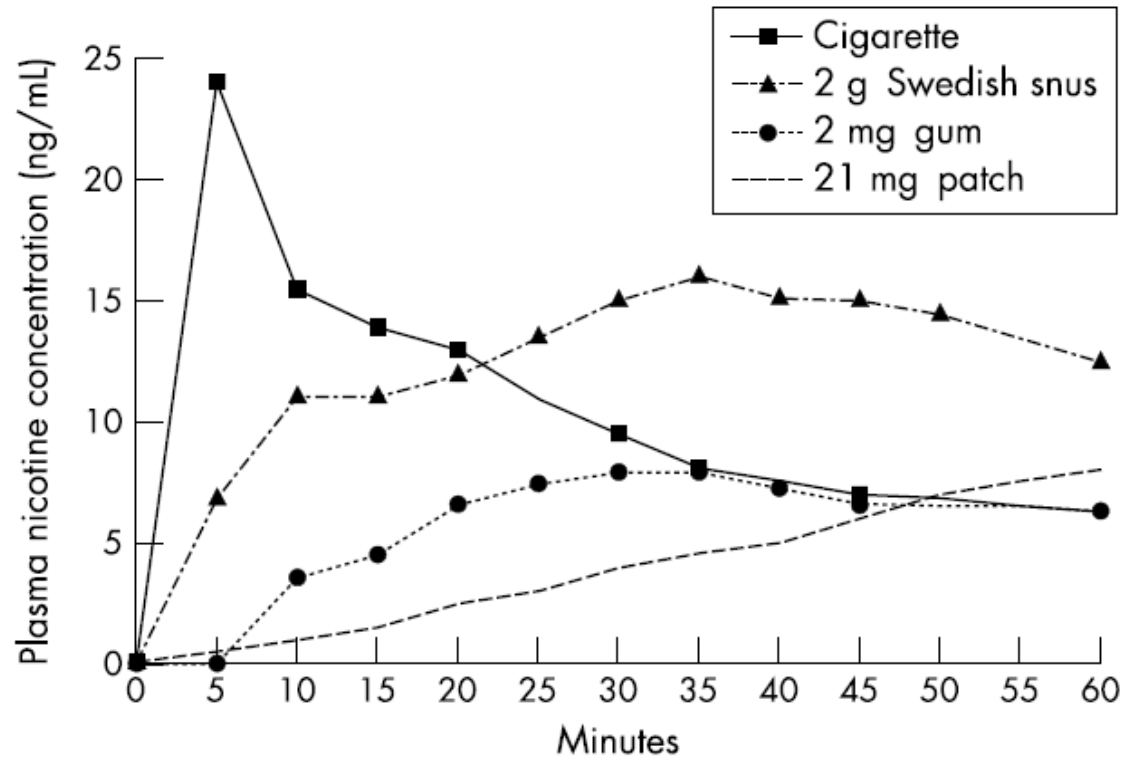
QUELQUES DONNÉES.....

Méta analyse de Boffetta (2008) : Le tabac à chiquer, bien que moins dangereux que le tabac à fumer, augmente de manière significative le risque de développement d'un cancer.

Seules les données issues des études américaines montrent une augmentation du risque de cancer de la cavité buccale. A contrario, l'augmentation du risque de cancers du pancréas n'a été constatée que dans les pays nordiques et européens.

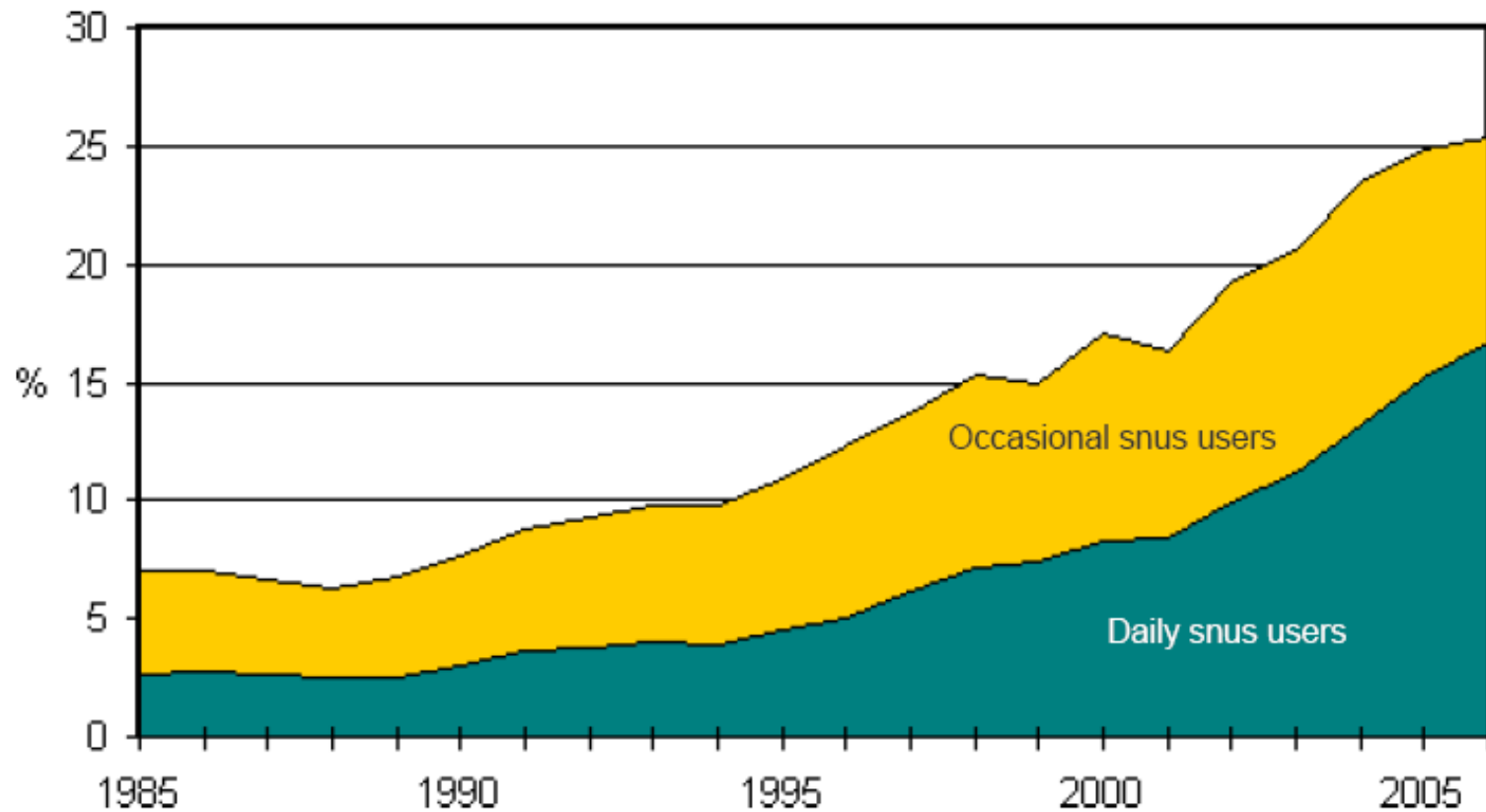
Les consommateurs de tabac à chiquer ont 80% de risques supplémentaires de développer un cancer de la cavité buccale, cette augmentation serait de 60% pour les cancers de l'œsophage et du pancréas par rapport aux non consommateurs.



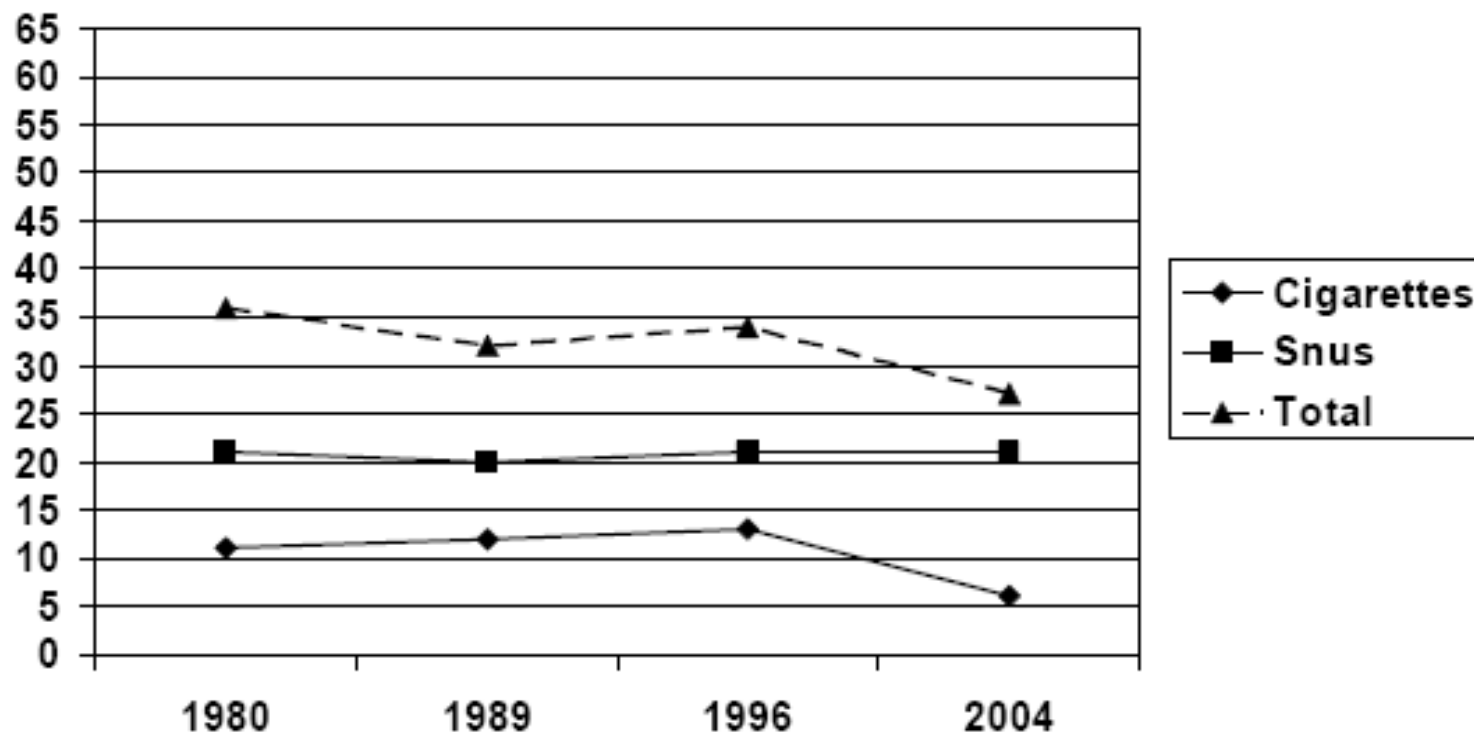


- Concentrations sanguines veineuses de nicotine par millilitre de plasma (ng/mL) en fonction du temps selon différents modes de délivrance de la nicotine (D'après Foulds *et al.* Tobacco Control 2003)





- Prévalence de la consommation occasionnelle ou quotidienne de snus chez les hommes âgés de 16-44 ans en Norvège (D'après Health Effects of Smokeless Tobacco Products – SCENIHR 2007).



Consommation journalière de tabac (exprimée en pourcentage) chez les jeunes Suédois âgés de 15 ans (D'après Health Effects of Smokeless Tobacco Products – SCENIHR 2007).



EFFETS

- Produit fortement addictogène, contenant de la nicotine mais également 3000 composants chimiques, dont 28 hautement cancérigènes (Skoal Bendit essentiellement)
- La nicotine a des effets stimulants par l'augmentation de la pression artérielle et de la fréquence cardiaque ; sécrétion de catécholamines, insuline et cortisol.
- La nicotine a des effets relaxants par l'amélioration des fonctions cognitives, l'augmentation de la vigilance et la diminution du stress



SNUS ET PERFORMANCE SPORTIVE ?

- Aucune étude référencée n'a été menée pour évaluer l'incidence de la consommation du tabac à chiquer sur les performances sportives.
- Anton Lehmann (2006), dans un aide mémoire pour Swiss Olympic, avance que, globalement la chique est moins nocive que fumer des cigarettes (n'endommage ni les voies respiratoires supérieures ni les poumons). Selon lui, la nicotine entraîne un rétrécissement des vaisseaux, ce qui provoque une accélération du pouls, mais elle n'a aucun autre effet (ni positif ni négatif).
- Liste des produits sous surveillance par l'AMA en 2012.



RÉSULTATS DE L'ÉTUDE FFS 2010

ENQUÊTE

*63 sujets : consommateurs (21%),
anciens consommateurs (16%),
non consommateurs*



TESTS PSYCHOMÉTRIQUES

Temperament and Character Inventory (TCI)

Le TCI : évalue aussi bien les aspects du tempérament que ceux du caractère de la personnalité.

Mesure sept sous échelles : recherche de nouveauté, persistance, évitement du danger, dépendance à la récompense, détermination, coopération et transcendance.

Il a été mis en évidence que la Recherche de Nouveauté, l'Évitement du danger et la Dépendance à la Récompense semblent influencer l'évolution des dépendances. En revanche, Wills et al. (1994) ont trouvé que la consommation de substances (tabac, alcool et marijuana) est associée à des scores élevés à la Recherche de Nouveauté, et à des scores faibles à l'Évitement du danger et à la Dépendance à la Récompense.



TESTS PSYCHOMÉTRIQUES

Echelle de motivation dans le sport (EMS)

Mesure la motivation intrinsèque, extrinsèque et l'amotivation des individus à leur pratique sportive. Le questionnaire comprend 28 items représentant sept sous échelles: la motivation intrinsèque à l'accomplissement, à la connaissance et à la stimulation; les motivations externes, introjectées et identifiées et enfin l'amotivation.

La motivation intrinsèque à une activité entraîne une plus grande flexibilité cognitive, un meilleur apprentissage conceptuel, une plus grande créativité, un plus grand intérêt, des émotions positives et une estime de soi plus positive. (Brière et al., 1995). Alors que l'amotivation a tendance à entraîner des baisses de concentration, d'estime de soi, de satisfaction de vie, de performance et de persévérance des activités (Brière et al., 1995).



TESTS PSYCHOMÉTRIQUES

Bermond Vorst Alexithymia Questionnaire (BVAQ)

Mesure de **l'alexithymie** (désigne les difficultés dans l'expression verbale des émotions communément observées parmi les patients présentant des symptômes psychosomatiques.)

Le BVAQ mesure cinq dimensions: difficulté à identifier ses états émotionnels, difficulté à exprimer verbalement ses états émotionnels à autrui, appauvrissement de la vie fantasmatique, style de pensée concret ou opératoire et faible réactivité émotionnelle (capacité de l'individu à ressentir des émotions en présence d'une scène admise comme émouvante).

L'alexithymie est notamment associée à un profil émotionnel plat, à une approche essentiellement intellectuelle du Soi, à de l'isolation sociale, de la méfiance envers les autres, une incapacité à faire face aux situations de stress, des tendances destructives et autodestructives, un contrôle excessif de soi, une négligence de ses besoins personnels, l'évitement de prendre des engagements, une tendance à repousser à plus tard les actions envisagées, à se comporter de manière rigide dans les situations sociales (Bermond et al., 1999).



TESTS PSYCHOMÉTRIQUES

State – Trait Anxiety Inventory (STAI) :

La STAI de Spielberger (1983) comporte deux évaluations, une évaluation de l'anxiété trait et une évaluation de l'anxiété état.

Il apparaît important de mesurer si l'anxiété est un facteur de vulnérabilité à la consommation du tabac à chiquer.



RÉSULTATS

LES « CONNAISSANCES » DE LA POPULATION D'ÉTUDE

Majorité des réponses sur les connaissances sur le tabac à chiquer sont plutôt justes (consommateurs (63%), non consommateurs (58%) et anciens consommateurs (62%)).

Notons toutefois que 23% des réponses des consommateurs sont fausses et que 14% des réponses correspondent à une lacune de connaissances.



RÉSULTATS

Les chiqueurs :

- **recherche de nouveauté** ↗
- **évitement du danger** ↘
- **détermination** ↘

Pour les autres dimensions (dépendance à la récompense, persistance, transcendance), les différents groupes ne présentent pas de différence significative avec les normes ni entre eux.



RÉSULTAT

S

Nos trois groupes de skieurs sont donc plus enclin à rechercher de nouvelles sensations que la norme.

Les chiqueurs évitent moins le danger que la norme, ils inhibent moins leurs comportements (inquiétudes pessimistes, comportements dépendants). Par ailleurs, ils ont moins de détermination que la norme et que les non consommateurs, ils ont moins de volonté, d'estime d'eux même, de capacité à contrôler et réguler leurs comportements que les non consommateurs.

Les consommateurs de tabac à chiquer ont moins de coopération que la norme, ils s'identifient et acceptent moins les autres personnes que la norme.



RÉSULTAT

S

Pas de différence significative entre les consommateurs, anciens consommateurs et non consommateurs de tabac à chiquer au niveau de la motivation à la pratique du ski.

Les consommateurs de tabac à chiquer ($t=.429$ (12), $p=.6758$), non consommateurs ($t=.537$ (38), $p=.5944$) et anciens consommateurs ($t= -1,896$ (9), $p=.0905$) ne sont pas plus anxieux avant une compétition qu'en général. Il n'y a pas de différence significative entre les groupes concernant l'anxiété avant une compétition, même constat pour l'anxiété en général.



IDENTIFIANTS

Représentations

- « Cool »
- Image des grands sportifs
- Identification / appartenance (modèle)
- Moyens de reconnaissance (groupe) (modèle)

Physiologiques / psychologiques

- Détente, diminution du stress (effets)
- Perceptions cognitives aigües (effets)
- Coupe-faim (effets)
- Dépendance (effets)

Manque de connaissances « scientifiques »

- Composition du produit
- Risques pour la santé
- Phénomènes de dépendance, de craving

Cadre juridique

- Règlement FFS
- Règlement Pôles PES
- AMA (programme de surveillance de la nicotine, 01/12)
- Vente libre

Influences d'autorité

- Entraîneurs consommateurs

Economique

- Produit très peu cher

Problème identifié au sein de la Fédération Française de Ski : consommation croissante de tabac à chiquer, dès les catégories les plus jeunes, toutes disciplines confondues

Objectif général : Contribuer à la réduction de la consommation de tabac à chiquer chez les sportifs relevant du PES de la FFS et réduction des conduites dopantes chez ces mêmes sportifs

OBJECTIFS SPECIFIQUES

Apporter aux jeunes de l'information sur la composition du produit, sur les risques pour la santé

Améliorer les connaissances des adolescents sur les phénomènes de dépendance

Développer chez les jeunes des compétences psycho-sociales (savoir-être, savoir-faire) pour quoi faire ?

Faire réfléchir les entraîneurs sur leur posture d'éducateur et les former sur le développement des compétences psycho-sociales

Apporter, aux personnels encadrants (FFS, Education Nationale), de l'information sur la composition du produit, sur les risques pour la santé, sur les procédures d'arrêt de la consommation, et sur les conduites dopantes

Accompagner les jeunes et les entraîneurs dans l'arrêt de la consommation

Apporter aux jeunes de l'information sur les conduites dopantes en général

Proposer (aux jeunes, aux entraîneurs, aux techniciens), des solutions alternatives de gestion du stress

Définition du dopage?

utilisation par un sportif de substances et procédés mentionnés dans la liste des interdictions publiée au Journal Officiel chaque année



Notion de conduite dopante : Consommation d'un produit pour affronter ou pour surmonter un obstacle réel ou ressenti par l'utilisateur ou par son entourage dans un but de performance (P. Laure)

