

SUBSTANCES AMÉLIORANT LA PERFORMANCE FAITS ET CONCLUSIONS

FICHE D'INFORMATION SUR LES STÉROÏDES ANABOLISANTS

Qu'est-ce que c'est?

Il existe deux types de stéroïdes - les corticostéroïdes et les stéroïdes anabolisants. Les corticostéroïdes, parmi lesquels on compte des médicaments tels que la prednisone, la cortisone, Depo Medrol et Celestone, sont utiles en raison de leurs puissantes propriétés anti inflammatoires. Les corticostéroïdes sont prescrits par les médecins pour traiter de nombreux problèmes médicaux. Les stéroïdes anabolisants comprennent des médicaments tels que Stanozolol, Danazol, Nandrolone et Anadrol. Ils constituent des substances synthétiques très similaires sur le plan structural à l'hormone sexuelle mâle - la testostérone. Contrairement aux corticostéroïdes, les stéroïdes anabolisants présentent peu d'utilisations médicales légitimes.

QUI FABRIQUE DES STÉROÏDES ANABOLISANTS?

Il existe plus de 40 stéroïdes anabolisants de marque sur le marché, sans compter le nombre inconnu de produits offerts par des laboratoires clandestins. Rien ne garantit la qualité des stéroïdes anabolisants vendus sur le marché noir; souvent, ils peuvent contenir des contaminants potentiellement nocifs. La GRC a démantelé des réseaux vendant des substances qui étaient prétendument des stéroïdes anabolisants mais qui, en fait, ne contenaient rien d'autre que de la cire pour voitures et de l'urine pour ajouter de la couleur.

QUI UTILISE DES STÉROÏDES ANABOLISANTS?

À l'heure actuelle, on estime que plus d'un million de Nord Américains prennent des stéroïdes anabolisants et qu'un grand nombre de ces utilisateurs sont des adolescents. La moitié de ces personnes utilisent des stéroïdes anabolisants pour améliorer leur performance physique, et l'autre moitié, pour améliorer leur apparence physique. Les personnes qui exercent des professions pour lesquelles l'aptitude et la forme physiques sont très importantes tendent davantage à utiliser des stéroïdes anabolisants. Parmi ces professions, notons les athlètes professionnels, les agents de police, les pompiers, les "videurs" et les soldats. Les utilisateurs de stéroïdes anabolisants qui cherchent à améliorer leur apparence physique croient souvent qu'il "vaut mieux être plus gros". Ce phénomène est parfois appelé "anorexie inverse".

EST CE QUE LES STÉROÏDES ANABOLISANTS FONCTIONNENT?

La communauté scientifique a mis du temps à l'avouer, mais les stéroïdes anabolisants fonctionnent vraiment. Ils peuvent aider à améliorer la performance athlétique de

SUBSTANCES AMÉLIORANT LA PERFORMANCE FAITS ET CONCLUSIONS



différentes façons : réduction de la fatigue, augmentation de la masse musculaire, stimulation de l'agressivité, augmentation de la rétention azotée et de la teneur en calcium des os et élévation des taux d'hémoglobine. Pour être efficaces, ils doivent être pris en association avec un régime alimentaire riche en protéines et un programme intense d'entraînement en résistance. Bien que les stéroïdes anabolisants soient vraiment efficaces, ils sont considérés comme des substances dangereuses en raison de leur potentiel de causer des effets secondaires très graves.

COMMENT PREND ON DES STÉROÏDES ANABOLISANTS?

On peut prendre des stéroïdes anabolisants de deux manières - oralement ou par injection intramusculaire. La plupart des utilisateurs s'injectent leurs stéroïdes anabolisants afin d'éviter les effets secondaires associés aux stéroïdes sous forme de pilules. Des personnes peuvent également consommer à leur insu des stéroïdes anabolisants présents dans des suppléments alimentaires.

QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES DES STÉROÏDES ANABOLISANTS?

Il y a une liste inquiétante d'effets secondaires physiques et psychologiques associés à l'utilisation de stéroïdes anabolisants. Cette liste a été établie à la suite de recherches menées sur des personnes utilisant des doses relativement faibles de stéroïdes anabolisants comparativement aux quantités étonnantes que d'autres avouent prendre. En effet, certaines personnes affirment prendre de fortes doses de 14 stéroïdes anabolisants différents simultanément. Personne ne connaît les conséquences à long terme d'une telle utilisation abusive. Pour trouver des réponses, il pourrait être nécessaire de suivre étroitement les graves problèmes de santé que présentent maintenant les anciens athlètes d'Allemagne de l'Est, assujettis au dopage durant de nombreuses années. Voici une courte liste des principaux effets secondaires associés à l'utilisation de stéroïdes anabolisants :

- **Effets secondaires chez l'homme** : Augmentation du volume des seins, atrophie des testicules, impuissance, hypertrophie de la prostate et diminution de la production de spermatozoïdes.
- **Effets secondaires chez la femme** : Augmentation de la pilosité faciale, hypertrophie du clitoris, diminution du volume des seins, calvitie hippocratique, perturbation du cycle menstruel et baisse du timbre de la voix. Malheureusement, ces effets masculinisants sont permanents.
- **Effets secondaires physiques courants** : Tous les utilisateurs de stéroïdes peuvent présenter les effets suivants : tremblements, acné, déficience du système immunitaire, hypertension artérielle, tumeurs du foie, hépatite, élévation du taux de cholestérol et maturation osseuse prématurée. Le risque de contracter des maladies infectieuses comme le sida et l'hépatite est également accru si les utilisateurs partagent leurs aiguilles d'injection.
- **Effets secondaires psychologiques courants** : Parmi ces effets, qui peuvent être très importants, notons : agressivité, hallucinations, troubles du sommeil, comportements antisociaux, paranoïa et instabilité émotionnelle. Des sentiments intenses de dépression se manifestent souvent chez les personnes qui cessent de prendre ces médicaments. Bien que les stéroïdes anabolisants n'entraînent pas de dépendance physique, ils peuvent créer une dépendance psychologique.



SUBSTANCES AMÉLIORANT LA PERFORMANCE FAITS ET CONCLUSIONS



L'acquisition d'un physique imposant devient souvent une obsession pour les utilisateurs de stéroïdes anabolisants.

EST CE QU'IL EST DANGEREUX D'ACHETER DES STÉROÏDES ANABOLISANTS SUR LE MARCHÉ NOIR?

La plupart des stéroïdes anabolisants vendus en Amérique du Nord sont fabriqués sur le marché noir par des entreprises ou des personnes plus intéressées par les profits que par la sécurité du consommateur. Comme il n'existe aucun moyen de contrôler cette production, on ne peut pas savoir le contenu d'un flacon de stéroïdes anabolisants vendu sur le marché noir. Dans bien des cas, les produits ne contiennent aucun stéroïde anabolisant, et ils peuvent en fait être contaminés par des substances très nocives pour l'utilisateur.

EST CE QUE LES STÉROÏDES ANABOLISANTS SONT INTERDITS?

Au Canada, les stéroïdes anabolisants et leurs dérivés sont considérés comme des "substances désignées". Cela veut dire qu'il est interdit de fabriquer, d'importer, d'exporter ou de vendre ces substances. Les membres des Forces canadiennes ne sont pas exemptés de cette loi. De plus, cette position est appuyée par le Programme des Forces canadiennes sur le contrôle des drogues (PFCCD), tel qu'énoncé dans l'O AFC 19 21. En dépit des dispositions ci dessus, l'utilisation de stéroïdes anabolisants n'est pas interdite.

LA SITUATION EST ELLE PRÉOCCUPANTE POUR LES ATHLÈTES?

Oui! Les stéroïdes anabolisants ont été classés parmi les substances interdites par le CIO (Comité international olympique) et le CISM (Conseil international du sport militaire). Les athlètes chez qui on détecte des stéroïdes anabolisants sont passibles d'une suspension à vie des sports de compétition.

CONCLUSION

Bien que les stéroïdes anabolisants aident vraiment à augmenter la masse musculaire, ces substances dangereuses sont à éviter en raison de leurs nombreux effets secondaires potentiellement graves.

Dr D. Ménard MD, Dip. Méd. Sport.
Consultant en médecine sportive
Direction – Protection de la santé de la Force