

1. **Question** : Je suis responsable en dernier recours de ce que j'avale, de ce que je m'injecte et de ce que j'applique à mon corps. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Tous les athlètes doivent être proactifs en posant des questions afin d'éviter de mettre en danger leur carrière sportive. Si vous avez une question, DEMANDEZ! Si vous ne pouvez être sûr à 100% des ingrédients ou si vous ne savez pas si une substance est interdite, NE LA PRENEZ PAS!
2. **Question** : Seuls les sportifs participant aux Jeux olympiques, aux Jeux paralympiques et aux Championnats du monde sont susceptibles d'être contrôlés. **Réponse** : Faux. **Explication** : De nombreux pays et fédérations internationales ont des programmes antidopage. Cela signifie que si vous faites partie d'une équipe nationale, vous pouvez être testé tant en compétition que hors compétition, à votre domicile ou sur votre lieu d'entraînement.
3. **Question** : AMA signifie : Administration mondiale antidopage / Agence mondiale antidopage. **Réponse** : Agence mondiale antidopage. **Explication** : L'Agence mondiale antidopage (AMA) est l'agence internationale indépendante chargée de promouvoir et coordonner la lutte contre le dopage dans le sport sous toutes ses formes sur le plan international.
4. **Question** : Dès qu'un sportif est informé qu'il a été sélectionné pour un contrôle en compétition, il peut demander à un représentant de l'accompagner au poste de contrôle du dopage. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Un sportif peut être accompagné d'un représentant de son choix au poste de contrôle. Il s'agit généralement du médecin d'équipe ou de l'entraîneur. Le représentant peut agir comme témoin lors de la procédure de collecte, hormis lors de la miction. Un athlète peut également avoir recours à un traducteur au besoin.
5. **Question** : Si l'usage d'un médicament est autorisé dans mon pays, je peux utiliser en toute sécurité la même marque achetée dans un autre pays. **Réponse** : Faux. **Explication** : Certains médicaments contiennent des ingrédients légèrement différents d'un pays à l'autre. Dans certains cas, ils peuvent contenir des substances interdites. Vous devez vérifier les ingrédients attentivement et vous renseigner si vous avez des doutes.
6. **Question** : Le nombre maximum de contrôles qu'un athlète peut subir par année est. **Réponse** : Illimité. **Explication** : Il n'y a pas de limite au nombre de fois qu'un sportif peut être contrôlé chaque année, que ce soit en compétition, hors compétition, de façon inopinée ou de façon ciblée.
7. **Question** : Les analyses de l'urine pour la détection de substances ou de méthodes interdites dans le sport peuvent être réalisées par tout laboratoire possédant l'équipement nécessaire. **Réponse** : Faux. **Explication** : Les analyses officielles de l'urine ne sont réalisées que par des laboratoires qui remplissent les plus hautes exigences de l'AMA et qui ont été accrédités par l'Agence.
8. **Question** : Si un complément alimentaire est acheté dans une pharmacie (sans ordonnance), cela signifie qu'il est autorisé dans le sport. **Réponse** : Faux. **Explication** : Utiliser des compléments et/ou toute autre substance est à vos propres risques. De nombreux compléments contiennent des substances interdites. Dans la mesure où, dans de nombreux pays, l'industrie des compléments n'est pas régulée, il est important d'être certain des ingrédients contenus dans le produit. UN CONSEIL : Si c'est trop beau pour être vrai, c'est probablement interdit. Une alternative à l'utilisation de compléments consiste à adapter votre régime alimentaire.

9. **Question** : Les sportifs handicapés peuvent utiliser tous les médicaments dont ils ont besoin en raison de leur handicap. **Réponse** : Faux. **Explication** : Les sportifs handicapés sont soumis à la même liste de substances interdites. Cependant, si leur handicap requiert qu'ils utilisent un médicament interdit, ils peuvent demander une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) à la Commission médicale du Comité international paralympique ou à leur organisation nationale antidopage. Cette autorisation n'est pas accordée automatiquement.
10. **Question** : Il est facile pour un sportif testé d'éviter un contrôle positif en utilisant l'échantillon d'urine de quelqu'un d'autre. **Réponse** : Faux. **Explication** : Si les standards de contrôle appropriés sont appliqués, le sportif est accompagné en tout temps, depuis le moment où il est notifié jusqu'à la fin de la procédure de contrôle. Le prélèvement d'échantillons est toujours réalisé sous les yeux d'un agent de contrôle du dopage du même sexe que le sportif, ce qui complique beaucoup la manipulation de l'échantillon d'urine!
11. **Question** : Si je suis malade, je peux être excusé d'avoir pris un médicament pour me soigner. **Réponse** : Faux. **Explication** : Si vous avez un refroidissement, de la fièvre ou le rhume des foies, ne prenez PAS de médicament ou de produit sans vous être assuré qu'il ne contient pas de substance interdite. Cela comprend des substances prescrites ou non par votre docteur. Rappelez-vous qu'un test positif reste un test positif.
12. **Question** : Un entraîneur ou un médecin aidant ou encourageant un sportif à prendre des substances interdites peut être sanctionné si ce sportif est contrôlé positif. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Encourager ou aider un sportif à utiliser des substances ou méthodes interdites est considéré comme une infraction sérieuse et entraîne des sanctions.
13. **Question** : Les agents de contrôle du dopage doivent informer les sportifs de leur intention de réaliser un test quelques heures avant leur arrivée. **Réponse** : Faux. **Explication** : Dans la mesure du possible, les contrôles s'effectuent sans préavis. Les agents de contrôle du dopage peuvent réaliser des tests inopinés. On s'attend toutefois à ce que les agents usent de discernement pour ne pas causer d'inconvénients excessifs aux sportifs.
14. **Question** : Une fois l'échantillon recueilli et scellé et les documents remplis, l'échantillon ne peut pas être altéré jusqu'à son arrivée au laboratoire. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Les sportifs peuvent avoir confiance en l'impossibilité d'ouvrir l'échantillon avant analyse. De plus, le laboratoire rapportera tout doute sur l'intégrité de l'échantillon avant l'analyse.
15. **Question** : Un sportif peut refuser un contrôle s'il est trop occupé. **Réponse** : Faux. **Explication** : Refuser de se soumettre à un contrôle peut entraîner la même sanction qu'un test positif. Si un athlète refuse d'être contrôlé alors qu'il a été notifié, il doit fournir une explication de son refus sur le formulaire de notification et informer son autorité sportive responsable dès que possible.
16. **Question** : Si j'en fais la demande, mon entraîneur peut m'accompagner au poste de contrôle du dopage. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Chaque sportif a le droit d'être accompagné d'un représentant au poste de contrôle du dopage.
17. **Question** : Je dois utiliser le nécessaire de test que j'ai choisi. Même si je pense qu'il a pu être altéré ou qu'il a l'air sale, je ne peux pas en demander un autre. **Réponse** : Faux. **Explication** : Vous devez pouvoir choisir parmi une sélection de nécessaires scellés. Si vous n'êtes pas satisfait de l'équipement que vous avez choisi en premier, vous pouvez en demander un autre qui vous sera accordé.

18. **Question** : Je dois informer mon médecin qu'en tant que sportif, je peux être soumis à des contrôles du dopage et que je ne devrais pas utiliser de substance interdite. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Il est important que votre médecin sache qu'il doit vous prescrire des médicaments autres que ceux qui figurent sur la liste des interdictions. Si cela n'est pas possible, vous devez demander une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) à votre fédération internationale, votre fédération nationale ou votre organisation nationale antidopage avant de faire usage de ce médicament. Des procédures que votre médecin devrait connaître existent pour traiter les cas urgents de façon accélérée.
19. **Question** : Si votre échantillon ne contient pas la quantité d'urine requise, on vous demandera de donner un échantillon de sang en plus de votre urine. **Réponse** : Faux. **Explication** : Si vous n'arrivez pas à fournir la quantité nécessaire d'urine, votre échantillon partiel sera scellé et enregistré, et, quand vous serez prêt, il vous faudra fournir un autre échantillon jusqu'au volume requis.
20. **Question** : Parfois, vous devez tricher en prenant des substances interdites pour gagner. **Réponse** : Faux. **Explication** : Si vous devez prendre des substances interdites pour gagner, cela signifie que vous n'avez pas gagné parce que vous avez fait de votre mieux. La triche va à l'encontre du véritable esprit sportif, pour vous et pour vos concurrents.
21. **Question** : Vous pouvez prendre un médicament donné par une personne de confiance, même si vous ignorez ce que ce médicament contient. **Réponse** : Faux. **Explication** : Les sportifs doivent toujours savoir ce qu'ils mettent dans leur corps. Prendre un médicament sans savoir ce qu'il contient peut provoquer un contrôle positif et représenter également un risque pour votre santé.
22. **Si un agent de contrôle du dopage vient chez vous pour réaliser un contrôle hors compétition, vous pouvez quitter les lieux pour faire du thé ou vous promener. Réponse** : Faux. **Explication** : Il est important que vous protégiez l'intégrité de votre échantillon en restant en tout temps à la vue de l'agent de contrôle du dopage jusqu'à la fin du contrôle. Si vous devez quitter la pièce, dites-le à l'agent de contrôle du dopage qui vous accompagnera.
23. **Question** : Si j'ai été contrôlé hors compétition, mon prochain contrôle n'aura pas lieu avant quelques semaines. **Réponse** : Faux. **Explication** : Votre prochain contrôle peut avoir lieu dans quelques semaines, quelques jours, voire quelques heures. Les contrôles rapprochés ont un effet dissuasif sur les tricheurs, en les empêchant de se sentir à l'abri des contrôles.
24. **Question** : Si mon médecin d'équipe me prescrit un médicament et que je suis contrôlé positif en conséquence, la responsabilité ne m'incombe pas. **Réponse** : Faux. **Explication** : Votre médecin peut être sanctionné pour vous avoir mal conseillé ou vous avoir prescrit un traitement inadéquat, mais vous ne devez vous fier qu'à vous-même pour ce que vous mettez dans ou sur votre corps. VOUS ÊTES RESPONSABLE DE CE QUE VOUS PRENEZ.
25. **Question** : Je peux être ciblé pour un contrôle. **Réponse** : Vrai. **Explication** : En tant que sportif de calibre national ou international, vous pouvez être sélectionné par votre nom plutôt que par tirage au sort. Ceci vous donne la possibilité de prouver que vous concourez sans avoir eu recours au dopage.
26. **Question** : Si l'agent de contrôle du dopage n'a pas de pièce d'identification, je peux refuser qu'il me contrôle. **Réponse** : Vrai. **Explication** : L'agent de contrôle du dopage doit pouvoir prouver qu'il est autorisé à effectuer un test et qu'il appartient à une organisation habilitée à réaliser des contrôles. Dans le cas contraire, notez-le sur le formulaire, signez le formulaire, gardez-en une copie et contactez votre fédération immédiatement.

27. **Question** : La personne qui reçoit mon échantillon au laboratoire sait qui je suis. **Réponse** : Faux. **Explication** : La documentation qui accompagne votre échantillon au laboratoire ne révèle pas votre identité. Les seules informations que le laboratoire reçoit sont les suivantes : le sport, la compétition, le sexe, la fédération et la date du contrôle.
28. **Question** : Lorsque je suis contrôlé, l'agent de contrôle du dopage conserve tous les formulaires et j'en reçois une copie plus tard. **Réponse** : Faux. **Explication** : Après que vous ayez fourni votre échantillon et rempli les documents, l'agent de contrôle du dopage vous remet immédiatement une copie du formulaire de contrôle antidopage, que vous devriez conserver pour vos dossiers.
29. **Question** : Quand je suis en vacances, je n'ai pas à soumettre d'informations concernant ma localisation. **Réponse** : Faux. **Explication** : Les sportifs doivent soumettre des informations sur leur localisation même s'ils sont en vacances, afin que les autorités antidopage puissent les localiser où qu'ils se trouvent, dans l'éventualité où elles veulent effectuer un contrôle du dopage.
30. **Question** : Les stéroïdes anabolisants sont interdits en tout temps dans le sport et sont illégaux dans la plupart des pays. L'utilisation de stéroïdes anabolisants peut provoquer les effets secondaires suivants:
- Seins volumineux chez les hommes et voix grave chez les femmes
 - Maladies du foie et du cœur
 - Changements d'humeur subits
 - L'ensemble de ces réponses
- Réponse** : D. L'ensemble de ces réponses. **Explication** : Les stéroïdes anabolisants peuvent engendrer une augmentation de la masse musculaire, mais leurs effets secondaires peuvent avoir des conséquences fatales. En utilisant des stéroïdes anabolisants, vous faites non seulement courir des risques à votre santé, mais vous trichez également en utilisant un artifice pour améliorer vos performances.
31. **Question** : Les AUT permettent aux sportifs de demander l'autorisation d'utiliser un traitement pour une condition médicale sérieuse en utilisant une substance interdite. Une AUT sera seulement délivrée si la substance ne fait courir aucun risque à la santé du sportif, si elle n'améliore pas la performance et s'il n'y a pas d'alternative thérapeutique raisonnable. **AUT signifie** :
- Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques
 - Amélioration d'usage à des fins thérapeutiques
- Réponse** : A. T Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques. **Explication** : Les sportifs de niveau international devraient soumettre leur demande d'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) à leur fédération internationale, et les sportifs de niveau national à leur agence nationale antidopage. Les AUT sont accordées pour une substance spécifique et spécifient le dosage et la durée de validité de l'autorisation.
32. **Question** : L'hormone de croissance est connue pour stimuler la croissance osseuse et musculaire. Elle est interdite en tout temps dans le sport. Les effets secondaires de l'hormone de croissance comprennent:
- Maladies cardiovasculaires
 - Douleurs musculaires et articulaires; croissance anormale des organes
 - Risques de diabète
 - L'ensemble de ces réponses
- Réponse** : d. L'ensemble de ces réponses. **Explication** : Un test existe pour le contrôle de l'hormone de croissance.
33. **Question** : La Liste des interdictions identifie les substances et méthodes interdites en et hors compétition. **Réponse** : Vrai. **Explication** : La Liste des interdictions est révisée chaque année par un groupe d'experts internationaux, et la nouvelle version entre en vigueur le 1er janvier de chaque année. Tous les sportifs devraient s'assurer de prendre connaissance des informations les plus à jour à propos de la Liste, disponibles sur le site Internet de l'AMA (www.wada-ama.org).

34. **Question** : Si un sportif prend accidentellement une substance incluse dans la Liste des substances interdites et annonce son erreur rapidement à l'agent de contrôle du dopage, cette information peut être notée sur le formulaire de contrôle et il n'y aura aucun problème. **Réponse** : Faux **Explication** : Le Code mondial antidopage opère selon le principe de la responsabilité objective, qui signifie que vous êtes responsable si une substance interdite est décelée dans votre échantillon.
35. **Question** : Qu'est-ce qu'un agent masquant?
a. Une personne aidant un sportif à utiliser des substances interdites
b. Une substance ou une procédure utilisée pour cacher l'utilisation de substances interdites
c. Le représentant d'un sportif
d. La colle utilisée pour coller le bouchon de l'échantillon de contrôle du dopage
Réponse : b. **Explication** : Un agent masquant est une substance ou procédure pouvant être utilisée pour altérer le contenu d'un échantillon de contrôle du dopage ou cacher l'utilisation de substances interdites. Les agents masquants sont INTERDITS en et hors compétition.
36. **Question** : Même si je suis blessé et que je ne concours pas, je dois soumettre mon formulaire de localisation aux autorités sportives responsables pour qu'elles puissent me trouver si elles veulent me contrôler. **Réponse** : Vrai. **Explication** : En tant que sportif, je dois soumettre les informations sur ma localisation même si je suis blessé ou malade, afin que les autorités antidopage puissent me trouver en tout temps.
37. **Question** : Un test existe pour le contrôle de l'hormone de croissance. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Un test de l'hormone de croissance a été introduit en 2004 et est utilisé de manière croissante en et hors compétition.
38. **Question** : Il est probable que je me sente mal si on prélève un échantillon de mon sang dans le cadre d'un contrôle du dopage. **Réponse** : Faux. **Explication** : Seule une petite quantité de sang (environ le volume d'un tube de rouge à lèvres) est prélevée dans le cadre d'un contrôle sanguin, et ce volume n'a pas d'effet sur la performance du sportif. Un spécialiste tel qu'un infirmier ou un phlébotomiste certifié est présent pour répondre à toute nécessité.
39. **Question** : Si on vous demande un échantillon d'urine pour un contrôle du dopage, une escorte pouvant être INDISTINCTEMENT de sexe masculin ou féminin assistera à la production de l'échantillon (moment où le sportif urine). **Réponse** : Faux. **Explication** : L'escorte assistant à la production de l'échantillon doit toujours être du même sexe que le sportif/la sportive.
40. **Question** : Si un sportif a des soucis en relation avec la procédure ou la session de contrôle du dopage, quand devrait-il en faire part ?
a. N'importe quand après la session de contrôle
b. Pendant la session de contrôle
c. En envoyant une lettre à l'Agence mondiale antidopage
Réponse : B. Pendant la session de contrôle. **Explication** : Les sportifs devraient se sentir libres de faire part de leurs préoccupations à l'agent de contrôle du dopage durant la session de contrôle. Les sportifs ont le droit de demander des informations supplémentaires au sujet de la procédure de prélèvement et ont la possibilité de noter leurs préoccupations à propos de la session de contrôle.
41. **Question** : Je peux faire l'objet d'un contrôle en compétition même si je n'ai pas concouru/joué. **Réponse** : Vrai. **Explication** : Si vous êtes sélectionné comme membre d'une équipe, vous pouvez faire l'objet d'un contrôle, que vous ayez concouru/joué ou non.

42. **Question:** Quel est le but du Code mondial antidopage?
- Protéger le droit fondamental des sportifs de participer à des activités sportives exemptes de dopage
 - Promouvoir la santé et garantir aux sportifs du monde entier l'équité et l'égalité dans le sport
 - Veiller à l'harmonisation, à la coordination et à l'efficacité des programmes antidopage au niveau international
 - L'ensemble de ces réponses
- Réponse :** D. L'ensemble de ces réponses. **Explication :** Le Code mondial antidopage est le document universel sur lequel le Programme mondial antidopage est fondé.
43. **Question:** Dans l'éventualité où vous êtes contrôlé positif à une substance interdite, vous avez le droit de :
- Demander que votre échantillon B soit analysé
 - Assister à l'ouverture et à l'analyse de l'échantillon B, ou être représenté
 - Demander des copies du dossier d'analyse
 - L'ensemble de ces réponses
- Réponse :** D. L'ensemble de ces réponses. **Explication :** Le Code mondial antidopage vise à garantir que les droits des sportifs soient respectés.
44. **Question :** La transmission d'informations sur votre localisation aux autorités de contrôle contribue à garantir un terrain de jeu équitable, puisque les sportifs sont ainsi disponibles pour des contrôles du dopage. **Qui peut accéder aux informations sur ma localisation ?**
- Ces informations deviennent publiques, et toute personne intéressée, y compris le public et les médias, peut y avoir accès
 - Le public et les médias n'y ont pas accès, mais toute personne travaillant dans une organisation antidopage peut vérifier les informations me concernant
 - Ces informations sont conservées en tout temps en stricte confidentialité et ne peuvent être utilisées que par les employés d'organisations antidopage responsables de la planification des contrôles
 - Aucune de ces réponses
- Réponse :** C. **Explication :** Toutes les informations sur la localisation sont strictement confidentielles et ne sont utilisées qu'à des fins de contrôle du dopage. Ces informations sont détruites quand elles ne sont plus utilisées.
45. **Question :** A quelle fréquence la Liste des interdictions est-elle mise à jour?
- Une fois par mois
 - Une fois par année
 - Avant les Jeux olympiques et paralympiques
 - Jamais
- Réponse :** B. Chaque année. **Explication :** La Liste des interdictions est révisée chaque année par un groupe d'experts internationaux, et la nouvelle version entre en vigueur le 1er janvier de chaque année. Tous les sportifs devraient s'assurer de prendre connaissance des informations les plus à jour à propos de la Liste, disponibles sur le site Internet de l'AMA (www.wada-ama.org).