

Addiction ,sport et dopage

Une perspective psychiatrique:
indifférence ou inceste

L. Schmitt

Addiction , sport et dopage

Indifférence

- Association rare mais 9.8%
!
- Liée au hasard
- Sans vraie conséquence physique , psychique , médicale

Inceste

- Association suscitée par une proximité
- Lien de filiation
« parental » soit génétique
- Conséquences néfastes

La définition des addictions

Les addictions selon Goodman :

- A. Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.
- B. Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.
- C. Plaisir ou soulagement pendant sa durée.
- D. Sensation de perte de contrôle pendant le comportement.
- E. Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants:
 1. Préoccupation fréquente au sujet du comportement ou de sa préparation.
 2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'origine.
 3. **Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement.**
 4. Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre, ou à s'en remettre.
 5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales.

Goodman, en 1990, propose des critères généraux des addictions, qui n'ont pas été intégrés dans le DSM, mais sont considérés comme valides par la plupart des auteurs.

La définition des addictions

Les addictions selon Goodman :

6. Activités sociales, professionnelles ou récréatives majeures sacrifiées du fait du comportement.
 7. Perpétuation du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique.
 8. Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité.
 9. Agitation ou irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement.
- F. Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue.

D'après Aviel Goodman, 1990.

Panorama des addictions

- Addictions sans produit

- Boulimie
- Jeu pathologique
- Sport
- Travail
- Achats pathologiques
- Internet
- Jeux électroniques
- Téléphone
- Sexualité

- Addictions avec produit

- Tabagisme
- Alcoolisme
- Cannabis
- Opiacés
- Cocaïne
- Benzodiazépines
- Ecstasy

Les addictions comportementales

- Conduites répétitives soulagent la tension interne
- Conduites répétitives sources de plaisir par l'effort
- Certaines répétitions induisent des changements cérébraux durables
- Quête de sensations : besoin de stimulation ou d'apaisement
- Sensations externes renforcent l'impression de maîtrise sur l'environnement

Étude chez des semi-marathonniens

- 317 semi marathonniens amateurs
- 75% s'entraînent 4h par semaine en moyenne
- 12% prêts à prendre des produits dopants
 - Pour se dépasser et aller au-delà des limites
 - Si irritables ou déprimés par absence de sport
 - Si temps d'entraînement lié à des aménagements de vie

Nandrino et al Annales Médico-psychologiques 2008

La consommation d'anabolisants chez des adolescents

- Parmi les élèves de 16 ans ; 1.6% ont pris des anabolisants en 2007
- Ceux qui consomment prennent régulièrement
 - Alcool + 10/MOIS
 - Tabac +1/jour
 - Cannabis + 10/Mois

Consommation de stéroïdes anabolisants liée à des addictions

Choquet M Annales médico psychologiques 2008

Enjeux psychologiques et pratique féminine des sports à risque

- 16 femmes (guides de montagne , base jumpeuses , parachutistes
- Difficultés à verbaliser des émotions
- Contrôle émotionnel
- Besoin de reconnaissance
- Recherche d'un contrôle
- Tendance à utiliser l'action pour résoudre les conflits
- Sentiment de manque de soutien familial
- *Cazenave et al 2008*

Dopage et personnalité

- Le dopage peut rejoindre des difficultés de personnalités
- Facteurs liés au « **sur moi** » : exigences de compétitivité, d'effort, de travail ,exigences internes ou de gratification pour les parents.
Produit conseillé par un parent ou un aîné
- Facteurs **narcissiques** : besoin de reconnaissance des autres, de briller, de faire parler de soi. En miroir sur médiatisation précoce : futur espoir, graines de champions , photos, coupes exposées
- Facteurs **identitaires** : identité de sportif , identification à un champion , un entraîneur ; produit pris par des amis , des collègues d'équipes ou conseillé par un sportif plus âgé , famille du rugby ou d'un club

La personnalité addictive

- Addictions au fil de l'existence
- Existence de plusieurs conduites addictives
- Présence d'abus et de dépendance
- Actes symptômes de la tension psychique
- Raréfaction de l'imaginaire: créativité, rêves, jeux ,
- Vulnérabilité à l'ennui et à l'angoisse
- Organisation frontière des personnalités dépendantes, évitantes , limites
- Dépendances aux autres , pathologies de l'attachement
 - Évitant
 - ou insécure
- Rapport positif au risque ou à la nouveauté ou aux sensations
- Antécédents d'hyper activité

Dopage et santé mentale

données classiques

- **Troubles anxieux** : anxiété généralisée ,attaques de panique ,phobies , réassurance par cannabis ou bêtabloqueur
- **Dépression mineure ou dysthymie** »=sentiment d'insuffisance et mal être diffus quasi permanent ;
dépression identitaire chez l'adolescent
le sport agit comme un anti dépresseur
- **Abus et dépendance aux substances:**
 - Alcool
 - Cannabis
 - Agissent comme anxiolytiques

Dopage et santé mentale

Données classiques

- **Risques psychotiques** sous cannabis.
amphétamines, cocaïne, héroïne
- Risques dépressifs sous corticoïdes, testostérone,
ventoline, béta mimétiques.
- Risques anxieux sous caféine,

Dopage et santé mentale

données récentes

- **Troubles du comportement alimentaire**
 - Anorexie
 - Boulimie et grignotages
- **Trouble d'hyper activité** avec déficit attentionnel (THADA) 2% population générale
 - Impulsivité
 - Déficit attentionnel
 - Hyper activité régulée par le sport
 - Tendance à la consommation de produits

Dopage et santé mentale

- Qui fait quoi ?
- Les acteurs en présence : entraîneurs , éducateurs sportifs , préparateurs , médecins du sport , psychologues , psychologues du sport , addictologue , psychiatre.....
- Trois niveaux :
 - Information , éducation pour la santé , prévention , repérage du mal être ,
 - Définition des difficultés psychiques , de symptômes ,
 - Diagnostic d'entités pathologiques ex abus et dépendance de substances , troubles de l'humeur
- Séparer
 - Les familiers et accompagnateurs habituels du sportif
 - Du processus de soin exigeant une neutralité et un espace privé

Addiction , sport et dopage indifférence ou inceste : conclusion

- L'indifférence définirait une relation de hasard
- Ce n'est pas le cas !
- L'inceste représenterait une filiation toujours pathologique : ce n'est pas le cas !
- Toujours chercher quelques éléments simples : addiction , tristesse , traumatismes de vie