



Le sujet addictions et sport est complexe car différentes problématiques se chevauchent souvent sur le plan clinique. C'est pourquoi le département d'addictologie du CPN est associé par convention au CHRU de Nancy et son centre universitaire de médecine du sport et activité physique adaptée. Placé sous la responsabilité du Pr Bruno CHENUÉL, le CUMSAPA est également l'entité support de l'Antenne médicale de prévention du dopage de la Région Grand Est.

# ADDICTIONS ET PRATIQUES SPORTIVES

Le sport est généralement considéré comme protecteur pour la santé. Or, c'est bien l'activité physique et non le sport qui est utilisée comme outil thérapeutique par les professionnels. La distinction est importante à faire car le sport, malgré ses bénéfices, est avant tout synonyme d'émulation et de compétition, avec des gagnants et des perdants. Pratiquer un sport comporte des risques. L'addiction en fait partie. Décryptage avec Michaël BISCH, médecin addictologue au Centre psychothérapeutique de Nancy.

## TOUJOURS PLUS DE PERFORMANCE

*Plus vite, plus haut, plus fort – ensemble.* La devise des Jeux Olympiques nous le rappelle : la recherche continue de performance anime notre société. Sur un plan strictement sanitaire, ce n'est pas bénéfique.

La pratique de haut niveau amène les sportifs et sportives à éprouver leur corps et à prendre des risques.

## SE DOPER POUR NE PAS PERDRE

Consommer un produit à des fins de performance est assez courant. C'est par exemple boire du café pour rester éveillé au volant de sa voiture, ou réviser sous psychostimulant avant un examen.

En contexte sportif, on parle de dopage lorsque que cette substance consommée est listée comme interdite hors et en compétition. Dans notre culture de la performance, les sportifs ne se dopent pas uniquement pour gagner, mais aussi pour ne pas perdre et pour se maintenir à niveau.

## ADDICTION À L'EXERCICE PHYSIQUE

Un consensus se dessine autour de l'existence de l'addiction à l'exercice physique, même si elle n'est pas encore reconnue par toutes les classifications. On peut la résumer comme une perte de contrôle sur une activité physique, avec des conséquences physiques, psychiques et sociales. La perception positive qui entoure le sport en complique la prévention et le dépistage. Pourtant, comme toute conduite addictive, l'addiction à l'exercice physique est associée à une souffrance significative.

## ALCOOL ET SPORT

Des études le montrent : si l'activité physique régulière semble protéger face à l'alcool, le sport pourrait exposer à un risque de consommation problématique.

Dans cet environnement qui mêle compétition et divertissement, l'alcool peut être présent pour décompresser, compenser une défaite ou célébrer une victoire. Sportifs et spectateurs subissent aussi la forte présence publicitaire et les actions de sponsoring des alcooliers.

## PARIS SPORTIFS : GAGNER À QUEL PRIX ?

En France, le pari sportif s'est considérablement développé et popularisé, surtout auprès d'un public jeune issu de milieux socio-économiques modestes. Les applications mobiles l'ont rendu très accessible et les utilisateurs sont régulièrement sollicités à coup de notifications et d'offres spéciales. De plus, les parieurs, très peu protégés par la Loi, sont la cible d'un marketing qui entretient une illusion : votre expertise et votre habileté individuelle augmenteraient votre probabilité de gagner.

Entre surendettement abyssal et pensées suicidaires, les situations financières et psychiques des personnes souffrant de cette addiction sont alarmantes.

Si en France, nous prenons plutôt bien en charge ces patients, on n'est moins bon en prévention primaire et en repérage précoce. Nos campagnes de santé publique font rarement le poids face aux budgets publicitaires colossaux des opérateurs de jeux.

### Ressources

Autorité nationale des jeux : <https://anj.fr/>  
Antenne française de lutte contre le dopage :  
<https://www.afld.fr>