



L'OZEMPIC, NOUVEAU DOPANT DES SPORTIFS?



La joueuse de tennis Serena Williams a perdu quatorze kilos grâce à un médicament amaigrissant et en fait la publicité.

Les médicaments amaigrissants tels qu'Ozempic et Wegovy font fureur dans le sport de haut niveau, posant la question des réels bénéfices sur les performances.

Par **Jonas Creteur**

Serena Williams n'a jamais vraiment fait dans la discrétion. Même neuf ans après sa dernière victoire dans un tournoi du Grand Chelem, la septuple lauréate de Wimbledon sait toujours comment faire parler d'elle. L'Américaine a ainsi récemment raconté avoir perdu quatorze kilos grâce à un médicament amaigrissant GLP-1, une classe dont font partie l'Ozempic et le Wegovy. Avec sa silhouette résolument amincie, la tennisswoman, aujourd'hui âgée de 44 ans, est sur le point d'annoncer son retour. Depuis août dernier, elle est également l'égérie d'une campagne publicitaire de la société Ro, qui commercialise des médicaments amaigrissants via une application. De quoi faire sourire son mari Alexis Ohanian, investisseur chez Ro, mais de quoi, par ailleurs, faire grincer les dents de nombreux observateurs du sport, inquiets de voir une icône normaliser ces cures de médicaments.

Tom Teulingkx, président de l'Association des médecins du sport en Belgique, s'interroge également: «Je trouve cela triste. En tant que sportif, on peut faire de la publicité pour des médicaments contre des problèmes de santé, mais pas pour un produit qui aide les sportifs de haut niveau en bonne santé à perdre du poids. Cela me semble être avant tout une opération médiatique, visant à utiliser sa notoriété pour générer du profit. Je trouve regrettable qu'elle se soit prêtée à ce jeu, qui n'est bon ni pour sa crédibilité ni pour l'image de son sport.»

Serena Williams décrit cela comme un coup de pouce après sa grossesse, car selon elle, les autres méthodes pour perdre du poids n'ont pas fonctionné. Est-ce un argument?

Le fait qu'elle ait pris beaucoup de poids après son accouchement n'est pas un indicateur de mauvaise santé. Le surpoids n'est pas une pathologie: une personne en bonne forme physique avec un peu de surpoids peut être en meilleure santé

qu'une personne mince, mais en mauvaise forme physique. Si on vend ce produit comme un produit de beauté ou de performance, on s'éloigne considérablement de son application médicale initiale qui est le traitement du diabète ou de l'obésité sévère. Cela va également à l'encontre du message que Serena Williams a elle-même véhiculé pendant des années. Elle a toujours été fière de sa corpulence et du fait qu'elle ait pu atteindre le sommet malgré cela. Aujourd'hui, elle vante un idéal de minceur.

L'exemple de Serena Williams soulève une question plus large concernant l'utilisation de l'Ozempic ou du Wegovy parmi la population et chez les sportifs de haut niveau. Pouvez-vous donner une estimation de son utilisation?

Il est très répandu, y compris dans mon entourage. Après tout, c'est facile: une seule injection par semaine. Psychologiquement, c'est beaucoup moins contraignant que de prendre un comprimé tous les jours. Il est donc logique que cela séduise les sportifs de haut niveau, en particulier dans les sports où le poids est crucial. Combien exactement? Difficile à dire, car les athlètes n'en parlent pas ouvertement. C'est un sujet sensible pour eux et cela pourrait nuire à leur image. Le fait que l'Agence mondiale antidopage (AMA) surveille le sémaglutide – le principe actif de l'Ozempic et des produits apparentés – dans les échantillons de dopage signifie qu'il existe une suspicion qu'il soit utilisé dans une certaine mesure, qu'elle soit grande ou non.

En tant que médecin du sport, prescrivez-vous de l'Ozempic ou du Wegovy?

Je prescris ce type de médicaments aux personnes souffrant d'obésité sévère. Faire du sport avec un surpoids trop important n'est pas agréable et engendre plus facilement des blessures. Parfois, les gens ne se mettent à faire de l'exercice qu'après avoir perdu du poids. Cela leur donne une perspective: des résultats plus rapides, plus de motivation... Mais les prescrire à un amateur ou à un sportif de haut niveau en bonne santé, qui souhaite augmenter son niveau de performance ou simplement avoir des abdos en béton sans effort? Je refuse. C'est contraire à la déontologie. Vous intervenez de manière radicale sur l'équilibre hormonal par injection de substances artificielles. Cela reviendrait à ne pas augmenter ...

Performance

... son taux d'hématocrite dans le sang avec un stage en altitude, mais avec un produit dopant, comme l'EPO.

L'EPO améliore les performances.

Le sémaglutide aussi?

Non, il améliore la santé cardiovasculaire globale grâce à la perte de poids, à la baisse de la pression artérielle et à l'amélioration du taux de cholestérol. Il permet de développer automatiquement une meilleure endurance, mais cela concerne les personnes atteintes de diabète et d'obésité sévère. Cet effet ne peut pas être transposé au sport de haut niveau. Le sémaglutide peut toutefois améliorer indirectement les performances, induite par la perte de poids. Mais on perturbe alors le programme naturel du corps. L'entraînement et l'alimentation permettent de perdre du poids, mais à partir d'un certain seuil, le corps dit «stop». Si on prend alors des médicaments pour forcer la machine, on risque de s'effondrer complètement.

L'Ozempic et le Wegovy sont des médicaments légaux et ne sont pas considérés comme du dopage. Pourquoi un athlète ne les utiliserait-il pas?

Si j'étais athlète ou entraîneur, je me poserais en effet la même question. Mais l'Union cycliste internationale (UCI) a par exemple adopté une politique «No Needle», une règle stricte qui interdit

«L'utilisation de ces substances dans le sport de haut niveau envoie un mauvais signal aux amateurs.»

Pour le président de l'Association des médecins du sport, prescrire du Wegovy à un athlète en bonne santé, c'est non!

l'utilisation d'injections, sauf en cas de nécessité médicale documentée. Le sémaglutide en fait partie, car il est administré par injection. Il est donc, à proprement parler, interdit aux cyclistes, même si ces derniers ne seront en effet pas contrôlés positifs en cas de contrôle antidopage.

Les médicaments amaigrissants peuvent-ils avoir des effets secondaires aussi chez les sportifs?

Pendant les périodes d'entraînement intensif ou en compétition, cela peut être contre-productif. Le sémaglutide supprime l'appétit et modifie la régulation hormonale de l'insuline et du sucre dans le sang. Non seulement on perd de la graisse, mais le corps dégrade également sa propre masse musculaire. Pourquoi maintenir autant de muscles s'il y a moins de glucides à transformer? De plus, cela augmente le risque de déficit énergétique. A cela s'ajoutent souvent des troubles gastro-intestinaux, qui rendent encore plus difficile l'absorption d'une quantité suffisante de nourriture et de glucides. C'est dommage à une période où un athlète a besoin d'un maximum d'énergie et de récupération, d'autant plus que le métabolisme des glucides est capital pour un athlète. Plus on peut absorber de glucides, meilleures seront les performances.



GETTY

Quand les médicaments amaigrissants peuvent-ils être utiles pour les sportifs de haut niveau?

Ils le sont surtout pendant l'intersaison ou lors des longues périodes de repos au cours de la saison. Les athlètes ne peuvent pas suivre un régime alimentaire spartiate toute l'année et peuvent alors prendre rapidement du poids quand ils sont au repos. L'Ozempic peut les aider à éviter ça et à pouvoir recommencer à s'entraîner à un poids proche de leur poids de forme. Ils peuvent alors retrouver leur condition physique plus rapidement que s'ils doivent d'abord perdre quelques kilos. Mais cette stratégie va trop loin pour moi sur le plan déontologique.

L'AMA soupçonne les athlètes de combiner des médicaments amaigrissants avec des substances visant à prévenir la perte musculaire, telles que les stéroïdes anabolisants ou les inhibiteurs de la myostatine.

Qu'en pensez-vous?

Si on perd de la masse musculaire en plus de la masse grasse, on n'obtient aucun bénéfice. Certes, on peut manger plus de protéines, mais cela ne suffit pas à compenser la perte. On peut faire plus de musculation ou, comme certains athlètes, prendre des produits pour renforcer la masse musculaire, mais les anabolisants sont des produits dopants et restent longtemps détectables dans les échantillons d'urine. C'est donc un risque important. Les inhibiteurs de la myostatine sont expérimentaux en Belgique, ils ne sont pas disponibles pour un usage sur l'homme et sont donc illégaux et dangereux. De plus, on s'engage là dans une voie dangereuse qui consiste à prendre des substances (interdites) pour compenser les effets secondaires d'autres substances.

Quels sont les risques pour les sportifs de haut niveau, ou les gens ordinaires, qui utilisent ces médicaments de manière temporaire, puis arrêtent?

Le système hormonal est réglé de manière ingénieuse. L'Ozempic et ses dérivés «trompent» ce système. Mais dès qu'on arrête, le corps doit à nouveau réguler certaines fonctions par lui-même. Le risque est d'abord de reprendre tout le poids perdu, mais avec moins de masse musculaire qu'auparavant, et plus de graisse. A long terme, la composition corporelle peut ainsi se détériorer de manière significative.



«Prendre des médicaments supplémentaires pour forcer la machine, c'est risquer de s'effondrer complètement.»

Tom Teulingkx, président de l'Association des médecins du sport.

Y a-t-il également des risques pour la santé en cas d'utilisation continue à long terme?

Les produits amaigrissants ne sont pas dangereux en soi, sinon les patients diabétiques ou obèses ne pourraient pas les prendre. Cependant, leur effet à long terme sur les personnes en bonne santé, comme les sportifs, doit encore faire l'objet d'études. Les risques potentiels sont la pancréatite (une inflammation potentiellement mortelle du pancréas), mais aussi des problèmes rénaux et biliaires, voire des effets psychologiques.

L'AMA met également en garde contre les peptides illégaux.

L'Ozempic et le Wegovy appartiennent eux-mêmes à la classe des peptides, mais ce sont des médicaments développés et contrôlés pharmaceutiquement. Les produits illégaux qui circulent en ligne sont souvent des copies bon marché, parfois issues de la médecine vétérinaire, qui n'ont pas ou peu été testées sur l'homme. Ils sont néanmoins très séduisants, car ils sont beaucoup moins chers que l'Ozempic ou le Wegovy. Les gens pensent obtenir le même effet, mais en réalité, ils ne savent pas ce qu'ils s'injectent. C'est jouer à la roulette russe.

L'AMA surveille l'utilisation du sémaglutide dans les échantillons de dopage. Sur cette base, elle souhaite décider d'ici à fin 2027, à l'approche des Jeux olympiques de 2028, si ces substances doivent être inscrites sur la liste des produits dopants.

Quel est votre avis?

C'est une question difficile. Les critères actuels en matière de dopage –amélioration des performances, risque pour la santé et atteinte à l'esprit du sport– sont assez vagues et deux d'entre eux doivent être remplis. Le sémaglutide n'améliore pas directement les performances, mais il le fait indirectement par le biais de la perte de poids. Dans le même temps, on n'en sait pas encore suffisamment sur ses effets à long terme sur la santé. Sans compter que son utilisation dans le sport de haut niveau envoie un très mauvais signal aux jeunes et aux sportifs amateurs. Je l'interdirais, en ne l'autorisant que dans le cas d'une AUT (autorisation d'usage à des fins thérapeutiques), uniquement pour les athlètes qui en ont vraiment besoin sur le plan médical. ●