

*« le certificat de Non Contre Indication
à la pratique du sport »*

Intervenants :

Dr Anne DONCIEUX, Conseil de l'Ordre des Médecins du Morbihan
Dr Yves LAMBERT, médecin du sport au Centre Médico-Sportif de Bretagne Sud
Dr Thierry CHARLAND, médecin du sport au Centre Médico-Sportif de Bretagne Sud

La conférence s'est déroulée devant un public composé de médecins généralistes et médecins du sport de la région de Pontivy.

En cette rentrée scolaire et sportive, le sujet relève de préoccupations quasi quotidiennes pour ces praticiens.

Le Dr DONCIEUX a traité les aspects ordinal et juridique du sujet.

La conférence a été suivie de 30 mn de questions très pragmatiques, la question récurrente étant : « quel risque prend-t-on quand on appose sa signature sur le Certificat de N.C.I. ? »

.../...

Le Dr LAMBERT a exposé :

- l'intérêt de rechercher les facteurs de risque
- l'intérêt d'un examen médical succinct mais systématique
- l'intérêt de pratiquer le sport avec une certaine prudence
- l'intérêt d'effectuer un électrocardiogramme de repos
 - o au moins une fois à partir de l'âge de 12 ans
 - o pour les sportifs qui pratiquent en compétition
 - o pour certains sports à risque
 - o pour les sportifs à partir d'un certain âge
- La lecture de l'ECG est aujourd'hui automatique et peut-être confirmée par contre lecture.

Le Dr CHARLAND a traité les points suivants :

Lutte contre les idées reçues (Ruffier)

L'examen clinique doit comporter au minimum une auscultation cardio respiratoire, une prise de pression artérielle aux deux bras et une palpation des pouls aux 4 membres. Un examen locomoteur complet avec recherche de signes en faveur d'une maladie de croissance.

Les tests non maximaux type Ruffier ou Tabouret n'ont aucune valeur prédictive d'une anomalie et sont faussement rassurants.

Soin particulier accordé à la visite pour les sports à risque

Plongée :

Nécessite d'être médecin du sport pour l'examen du plongeur qui souhaite changer de niveau de plongée. Bien connaître les contre-indications.

Sports de combat et mécaniques :

Soins particuliers à l'ophtalmologie, avis spécialisé souvent demandé.

Ne pas hésiter à aller sur les sites des fédérations pour connaître les particularités concernant la délivrance de NCI.

Intérêt du test d'effort pour certains « patients ».

Il n'est pas systématique.

On le demande à un sujet :

- qui a déjà une cardiopathie,
- à un sujet asymptomatique avec 2 facteurs de risques,
- à un sujet voulant débiter ou reprendre une activité physique intense :
Homme > 35 ans Femme > 45 ans.

Une épreuve d'effort ne remplace jamais une épreuve de terrain. Elle dépiste mal le risque d'accident aigu.

Rôle du médecin traitant sur l'hygiène de vie. Tabac, alcool, cannabis.

Tabac :

Il faut bien insister sur les effets juste avant et juste après un effort.

Baisse des performances et risque accru d'accident vasculaire grave (infarctus, mort subite)

Cannabis :

Entre dans les critères pour être sur la liste des produits dopants.

Augmentation des prises de risque, démotivation, appréciation des distances perturbée.

Alcool :

3^{ème} mi-temps, mélange avec cannabis → accidentologie.

A.U.T. : (Autorisation d'Utilisation à des fins Thérapeutiques)

- Nécessité pour un sportif d'utiliser certains produits pour se soigner,
- l'athlète doit faire une demande d'Autorisation d'Utilisation à des fins Thérapeutiques après avoir fait un bilan chez un spécialiste.
- Concerne essentiellement les Béta 2 mimétiques pour l'asthme et les corticoïdes
- en cas de doute, se référer à la liste sur le site de l'AFLD : www.afld.fr

