

SMR

Surveillance Médicale Réglementaire

**Protection de la santé des sportifs
&
Concours à l'expression de la performance**

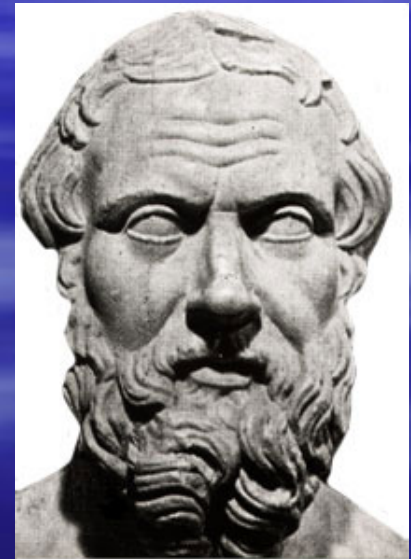
Protection de la santé

La santé est un **capital** :

« Les hommes supplient les Dieux de leur donner la santé, mais ils oublient qu'elle dépend d'eux. »

une problématique ancienne ...

Démocrite, 460 avant J.C.



Protection de la santé des sportifs

La santé est un capital et
il y a une vie après le sport de haut niveau ...



Protection de la santé des SHN

Réglementation progressive

1. sur la protection de la santé des sportifs
2. sur la lutte contre le dopage ...
3. prévention des risques de la pratique intensive
4. survenue « mort subite » : 1 500 / an (38 ans)

Golf : X 16 et 41 Ev. CV en 2012

5. une surveillance médicale « particulière »
6. rôle d'information et de conseils ++ / sportifs

Surveillance Médicale Réglementaire

1. rôle **légal** des **fédérations délégataires**, en charge de la mise en œuvre
2. commission médicale pour action
3. médecin **coordinateur** $\neq$ médecin équipes
4. collige les bilans **réguliers**
5. rôle de « **reporting** » pour la Fédération
 - rendre compte ministère de tutelle
 - mieux connaître les sportifs
 - mettre en évidence des critères pertinents

Le suivi
modifié en 2016

Adhésion
et
Observance

Une
problématique
à maîtriser

Evolution vers la
simplification

REPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFECTURE DU DÉPARTEMENT DE LA SEINE



VISITE MÉDICALE
des
EXEMPTES ET REFORMES N° 2 D'AVANT GUERRE
et des
ENGAGÉS SPÉCIAUX

En exécution de la loi du 20 février 1917 et de l'arrêté du Ministre de la Guerre en date du 25 du même mois, tous les hommes appartenant aux classes 1895 à 1914 incluse, qui ont été exemptés par les Conseils de révision, ou réformés n° 2, avant la mobilisation, sont invités à se présenter d'urgence jusqu'au 7 mars inclus, à la Mairie de leur résidence munis de leur certificat d'exemption, ou de leur livret individuel, pour y faire une déclaration de situation militaire.

Sont dispensés de la visite médicale, mais doivent néanmoins se faire inscrire à la Mairie :

- 1° Les engagés spéciaux dont l'engagement a été, par la suite, résilié pour infirmité physique;
- 2° Exemption faite des invalides, les hommes âgés de plus de quarante ans appartenant aux classes de mobilisation postérieures à la classe 1895, ces hommes devant marcher avec leur classe d'âge;
- 3° Les pères d'un moins quatre enfants vivants et les veufs pères de trois enfants;
- 4° Les fils de familles nombreuses ayant cinq frères en service armé sous les drapeaux, ou qui ont eu deux frères tués au champ d'honneur;
- 5° Les prisonniers civils ou militaires évadés, échangés ou rapatriés d'Allemagne.

AVIS IMPORTANT

Les engagés spéciaux présents sous les drapeaux n'auront pas à faire de déclaration à la Mairie; ils seront signalés au Préfet par leur chef de corps.

Les hommes des catégories à visiter qui résident actuellement en Angleterre, en Espagne, en Italie et en Suisse seront convoqués devant la Commission spéciale opérant au chef-lieu d'arrondissement français le plus voisin de leur résidence. Ils seront indemnisés de leurs frais de déplacement.

Tout homme qui n'aura pas fait sa déclaration ou qui n'aura pas répondu à sa convocation, hormis le cas de force majeure, sera considéré comme « apte au service armé ».

La visite médicale commencera à partir du vendredi 16 mars; les intéressés recevront en temps utile, à domicile, une convocation qui leur fixera le jour, l'heure et le lieu où ils devront se présenter devant la Commission spéciale de réforme.

M. le Préfet,
L. AUBANEL.

M. le Maire de la Seine,
M. DELANNEY.

Avant : Code du sport Art. 231-3 à A 231-8

Arrêté du 11/02/2004 modifiée 06/2006 et 07/2008
prévus dans les Codes du sport & de la santé publique

1. Aucun rapport avec le CM NCI ...
2. Examen approfondi et spécifique par un médecin du sport
3. Aspect psychologique spécifique
4. ECG de repos : Se 98% ; VPN 96% ; Spe 55-65% ; VPP 7%
5. Echographie cardiaque préalable avant 15 ans et entre 18 et 20 ans
6. Epreuve d'effort maximale « santé » (profil tensionnel d'effort)
tous les 4 ans = dépistage d'anomalies ou inadaptations à l'effort
et avis spécialisé si besoin

Après : Code du sport évolutions au 1^{er} nov. 2016

Décrets, arrêtés, circulaires

TEXTES GÉNÉRAUX

MINISTÈRE DE LA VILLE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

Arrêté du 13 juin 2016 relatif à la surveillance médicale des sportifs de haut niveau, Espoirs et des collectifs nationaux

NOR : VJSV1616157A

Le ministre de la ville, de la jeunesse et des sports,
Vu le code du sport, notamment ses articles L. 231-2 à L. 231-6,

Arrête :

Art. 1^{er}. – La section 2 du chapitre I^{er} du titre III du livre II du code du sport (partie Arrêtés) est remplacée par les dispositions suivantes :

« Section 2

« Sportifs inscrits sur liste

« Sous-section 1

« Sportifs de haut niveau

« Art. A. 231-3. – Dans les deux mois qui suivent la première inscription sur la liste des sportifs de haut niveau et annuellement pour les inscriptions suivantes, les sportifs de haut niveau doivent se soumettre à :

« 1° Un examen médical réalisé par un médecin du sport comprenant :

« a) Un examen clinique avec interrogatoire et examen physique selon les recommandations de la Société française de médecine de l'exercice et du sport ;

« b) Un bilan diététique et des conseils nutritionnels ;

« c) Un bilan psychologique visant à dépister des difficultés psychopathologiques pouvant être liées à la pratique sportive intensive ;

« d) La recherche indirecte d'un état de surentraînement via un questionnaire élaboré selon les recommandations de la Société française de médecine de l'exercice et du sport ;

« 2° Un électrocardiogramme de repos.

« A la demande du médecin du sport et sous sa responsabilité, les bilans psychologique et diététique mentionnés au 1° peuvent être effectués respectivement par un psychologue clinicien ou un diététicien.

« Sous-section 2

« Sportifs Espoirs et des collectifs nationaux

« Art. A. 231-4. – Le contenu et la mise en œuvre de la surveillance médicale des sportifs Espoirs et des sportifs des collectifs nationaux mentionnés à l'article L. 221-2 doivent tenir compte :

« 1° De l'âge du sportif ;

« 2° De la charge d'entraînement du sportif ;

« 3° Des contraintes physiques spécifiques de la discipline sportive ;

« 4° De la morbidité et des risques inhérents à la pratique de la discipline sportive. »

Art. 2. – Les articles A. 231-1 et A. 231-2 du code du sport sont abrogés.

Art. 3. – La directrice des sports est chargée de l'exécution du présent arrêté, qui sera publié au *Journal officiel* de la République française.

Fait le 13 juin 2016.

Pour le ministre et par délégation :
La directrice des sports,
L. LEFÈVRE

Code du sport - évolutions - distingue :

- SHN ; Sportifs de Haut Niveau

examen méd. avant 2 mois / inscription SHN

1 examen / an

socle commun

examens complémentaires spécifiques selon
commission médicale de la fédération

- Sportifs « projet de performance fédéral »

= Espoirs & Collectifs nationaux

examens et périodicité selon fédérations

- aide financière de l'Etat sur justifications

Code du sport - évolutions - distingue :

Sportifs « projet de performance fédéral »

= Espoirs & Collectifs nationaux

Examens et périodicité par fédérations et selon :

- âge du sportif
- charge d'entraînement du sportif
- contraintes spécifiques de la discipline
- morbidité et risques inhérents à la pratique de la discipline sportive.

SMR golf évolutions

basse intensité **volumétrique**
moyenne intensité **barométrique**
population sportive hétérogène ++

- 1 Visite médicale spécifique haute qualité avec conseils = **socle**
visite sport, ECG repos, diététique, psycho, surentrainement
tous les sportifs sur liste à partir âge 13 ans
- 2 Echo cœur et épreuve d'effort santé 1 fois et **rattrapage**
sportifs SHN ou filière fédérale > 15 ans
- 3 Imagerie **EOS 3D**
sportifs de 15 à 20 ans x 50 sportifs environ

Imagerie EOS 3D



Faible dose

EOS produit des clichés 2D et 3D haute résolution du squelette du patient tout en délivrant une dose de radiation nettement plus faible que celle de la radiographie conventionnelle ou de la tomodensitométrie (scanner)¹. Ceci grâce à l'utilisation d'un détecteur à particules issu du Prix Nobel associé à une technique d'acquisition par balayage linéaire.

¹Diagnostic imaging of spinal deformities: reducing patients radiation dose with a new x-ray scanning B-ray imager. Deschamps SB et al. J Bone Joint Surg. 2012.



Rapidité d'exécution

EOS permet l'acquisition simultanée de deux radiographies du corps entier en moins de 20 secondes, sans assemblage ni manipulation de cassette. Avec un temps d'examen total inférieur à 4 minutes pour les examens complexes du rachis ou du corps. EOS permet d'améliorer le flux de traitement du service d'imagerie médicale.



Corps entier

EOS réalise des radiographies du corps entier d'un patient en position debout ou assise grâce à un balayage unique, sans erreur de diagnostic liée à l'assemblage ou à la distorsion verticale. Cette fonctionnalité permet aux médecins de disposer d'une vision globale du patient et de mieux comprendre les interactions entre le rachis, le bassin et les membres inférieurs.

Répondre aux attentes du sportif

masse grasse et poids de forme



Podologie



A. Visuelle

ffgolf[®]

Fédération Française de Golf

SMR 2016

117 sportifs :

- 6 / 2015

+ 16 / 2014

+ 20 / 2013

JO x 4

Elite x 3

Senior x 32

Jeune x 25

Espoirs x 57

Liste des Sportifs de Haut-Niveau 2016

Elite

Victor DUBUISSON

Karine ICHER
Gwladys NOCERA

3

Senior

Charles ALMEIDA
Léonard BEM
Grégory BOURDY
Ugo COUSSAUD
Alexandre DAYDOU
Raphaël JACQUELIN
Romain LANGASQUE
Alexander LEVY
Thomas PERROT
Julien QUESNE

Robin ROUSSEL

Antoine ROZNER
Grégoire SCHOEB
Robin SCIOT SIEGRIST
Gary STAL
Victor VEYRET
Romain WATTEL

Shannon AUBERT
Isabelle BOINEAU
Alexandra BONETTI
Céline BOUTIER
Emma BROZE
Anne Lise CAUDAL
Justine DREHER
Manon GIDALI
Anyssia HERBAUT
Céline HERBIN
Joanna KLATTEN
Inès LESCUJER
Anaïs MEYSSONNIER
Marion RICORDEAU
Marion VEYSSEYRE

32

Jeune

Antoine AUBOIN
Julian AUDIBERT
Thomas BOULANGER
Edgar CATHERINE
Clément CHARMASSON
Yvan DUCLE
Paul FOULQUIE
Jeong Weon KO
Paul MARGOLIS
Catherine MAXENCE
Gabriel NAVEAU
Adrien PENDARIES
Alexandre PETIT

Mathilda CAPPELIEZ
Mathilde CLAISSE
Elisabeth CODET
Eva GILLY
Charlotte LAFOURCADE
Agathe LAISNE
Charlotte LIAUTIER
Lauralie MIGNEAUX
Ophélie RAGUE
Pauline ROUSSIN BOUCHARD
Chloé SALORT
Lou VRAIN

25



- 4 / 2015

+10 / 2014

+7 / 2013

Elite x 2

Senior x 15

Jeune x 12

Espoirs x 20

Liste Espoir 2016

Mathématiques

Hugo ARCHER
Andoni ETCHENIQUE
Tom GUEANT
Charles LARCELET
Alexandre LASALARIE
Alaric MERCIÉ DE SOULTRAIT
Pierre PINEAU
Hugo RIBOUD

Emma BOEHLY
Orphée BUGNARD
Elsa ETTORI DOUARD
Camille GOLLET
Rose LE TENDRE
Candice MAHE
Lucie MALCHIRAND
Laura VAN RESPAILLE

16

Wild-cards

Léo BARBE
Robin BAUDRY
Jean BEKIRIAN
Romain BIGINELLI
Mattéo BROCARD
Marius CARA
Chayan DUHA
Clément FLAHERTY BAUDIN
Clément GUICHARD

Hugo HYEY
Emmanuel LABEUR
Aymeric LAUSSOT
Raphaël LE BOT
Victor LE GAL
Ferdinand LE TENDRE
Hugo LEGEAY GAUCHER
Maëli MARIN
Andrés MILAZZO
Fabio MORGADO
Nicolas MULLER
Mickaël NAJMARK
Thomas NIVALT
Gautier PASTRE
Tom VAILLANT
Hugo VENNAT

Théo BERGER
Fiona BOUDINEAU
Théo CARLOTTI
Chloé CARON
Mathieu CARON
Laure DUGAY
Flora DURAND
Chloé GORCZYCA
Emma GRECHI
Dimitri MARY
Margot PEREIRA
Evangéline PREVOT
Julia TOURNANT
Claire VIDAL
Alizée VIDAL
Salomé ZASIO

41

TOTAL

57

SMR pour l'année 2016

Données recueillis / sportifs

1. **Aucune donnée** x 5 SHN = 4,2% malgré relances ++

JO 0/4 = 100% de dossiers complets

Elite 25% (x 1 ...)

Senior 12,5% (tous Pro)

Jeune 4% (**et 23 sur 25 « complets »**)

Espoir 0%

2. **Dossiers « complets »** x 71 = **60,7%** (au 1^{er} nov. 2016)

SMR pour l'année 2016

Données recueillis / sportifs

- 3 Sportifs Homme - pro - à l'étranger = SMR complexe
- 4 Dossiers « vides » en diminution - 40%
- 5 Dossiers « complets » aussi en diminution - 22%
- 6 Depuis un mois très peu de retour !
modification de la réglementation ? ...

Hétérogénéités des données restent en diminution avec une fiche type de + en + utilisée en 2016

Il faudrait communiquer vers les pôles et les sportifs de l'engagement fort pour le SMR de la FF Golf, sans attendre



Fédération Française de Golf

Un examen
approfondie et
spécifique :

interrogatoire
entraînement
ATCD
Vaccins
ex clinique

ffgolf[®]

Fédération Française de Golf

Commission médicale

VISITE MEDICO-SPORTIVE dans le cadre SHN (arrêtés 2004/2006)

Médecin examinateur :

Date de la visite : / 2013

NOM, PRENOM :

Date de naissance : Age : Groupe SHN : Elite ☐
Situation professionnelle, scolaire ou universitaire : Senior ☐
Structure : Jeune ☐
Meilleure performance sportive : Espoir ☐
Objectif(s) de la saison :
Volume d'entraînement spécifique : PPG :

Dernière visite SHN :

par le Dr :

Visite médicale depuis :

-médecin traitant (nom et coordonnées) :

INTERROGATOIRE :

-Antécédents familiaux :

mort subite :

-Antécédents personnels :

-Chirurgicaux :

-Traumatologique :

-Blessures depuis un an ayant entraîné un arrêt sportif de plus deux semaines ?

-Médicaux :

Allergies :

Asthme : oui / non

Dossier de justification thérapeutique : oui / non
Contrôle dopage :

-Traitement en cours :

-Epreuve d'effort : (joindre le compte-rendu)

date :

Protocole :

PMT :

Watts / kg :

F.C max : bpm

TA max : mm Hg

Profil tensionnel effort :

DEP après effort : l / min

VO2max (ml/kg/min) :

estimée / direct

-Examens ou visites complémentaires restant à effectuer :

CONCLUSION DU MEDECIN EXAMINATEUR :

Contre Indication (CI) / Non CI / CI TEMPORAIRE (1) (précisez la durée)

Nom et signature du médecin examinateur

(1) Rayer les mentions inutiles

Proposition d'un **recueil**

Standardisé,
Homogène,
Spécifique de l'activité golf,

permettant
d'exploiter des données

Nécessite une acceptation
de tous les **Pôles Golf**

Nécessite un logiciel adapté
= revoir **Askamon**

SMR pour l'année 2016

Problématique des sportifs Elites et potentiel olympique



Aux Etats-Unis ...

4 ou 5 sportifs :

à jour de leurs bilans SMR
localisable = ADAMS
en 2016



Sportifs, parents,
entraîneurs, amis...

Vous n'êtes plus
seul, vous pouvez en
parler librement...

Du lundi au vendredi
de 8 h à 12 h
et de 14 h à 20 h.

N°Vert 0 800 15 2000

Numéro vert national gratuit.

**Ecoute
dopage**

N°Vert 0 800 15 2000

Inform
Prévenir
Aider
Orienter

Gratuit
Anonyme
Confidentiel



**LE
SAVIEZ-VOUS ?**



**PRÉVENTION DU CANCER
DU COL DE L'UTÉRUS**

Vaccination des adultes



**Vaccination,
où en êtes-vous ?**

Êtes-vous à jour ?



LA VACCINATION,
CE N'EST PAS QUE POUR LES ENFANTS...
À TOUT ÂGE, LA VACCINATION
PROCURÉ UNE PROTECTION DURABLE ET EFFICACE
CONTRE LES MALADIES INFECTIEUSES.

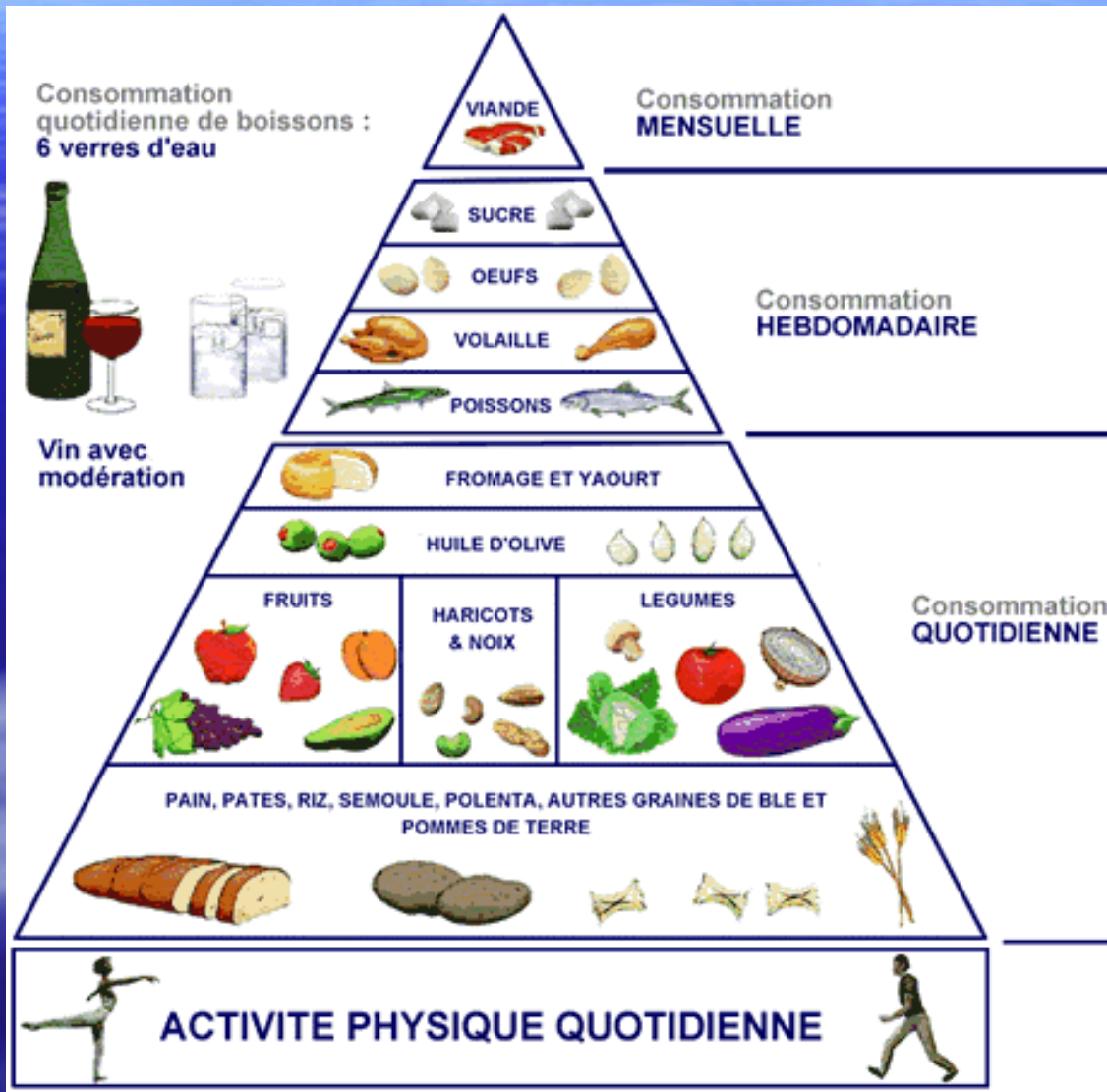


Semaine
européenne
de la vaccination

Prévention Protection Vaccination

Une occasion de
conseils
médico-sportifs

Une occasion de conseils médico-sportifs



Association

au régime

Méditerranéen

Quelques conseils



Je dors mal

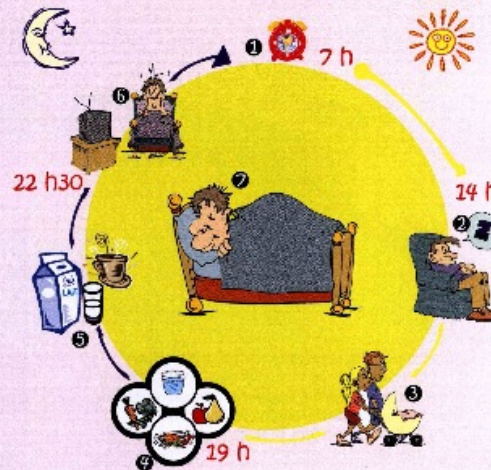


Pour bien récupérer il faut dormir régulièrement et adapter la durée du sommeil en fonction de ses propres besoins.

Les mauvaises habitudes

- 1 se lever tard tous les jours
- 2 faire une sieste de plus d'une demi-heure
- 3 boire du café après 16 heures
- 4 manger trop gras et trop arrosé le soir
- 5 faire des jeux vidéo toute la soirée
- 6 s'endormir tard devant la télé allumée
- 7 dormir avec son chien ou son chat dans son lit

Je dors mieux



Quelques conseils

- 1 se lever dès qu'il fait jour
- 2 se reposer 20 minutes (maxi)
- 3 se promener avant le repas du soir
- 4 faire un repas léger
- 5 boire du lait ou une tisane avant de se coucher
- 6 ne pas s'endormir devant la télé (minuteur)
- 7 mettre des bouchons d'oreilles pour ne pas être gêné par le bruit

Une occasion de
conseils
médico-sportifs
le sommeil

Pour limiter les effets du décalage horaire



Des préconisations complémentaires

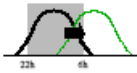


Exposition à la lumière

Effets de la lumière sur l'horloge biologique

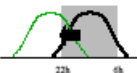
Exposition à 2500 lux entre :

20:00 et 05:00 → retard de phase



Adaptation à un vol vers l'ouest

20:00 et 05:00 → avance de phase



Adaptation à un vol vers l'est

Effets de la lumière sur la vigilance

≥ 500 lux → état d'activation

Aspects pratiques pour un déplacement vers l'Ouest

- exposition à la lumière 3 jours avant le départ entre 20-23h (J-3), 21-24h (J-2), 22-01h (J-1) à 2500 lux
- retarder l'heure de coucher (ce qui est facilité par la lumière) et l'heure de lever
- retarder les heures des repas et des entraînements
- ne pas dormir pendant le vol aller
- se caler sur les horaires du site à l'arrivée
- s'exposer à la lumière extérieure
- appliquer des règles d'hygiène alimentaire (consommation de café, thé, coca-cola,)

Aspects pratiques pour un déplacement vers l'Est

- exposition à la lumière 5 jours avant le départ entre 6-8h (J-4) jusqu'à 4-6h (J-1)
- avancer l'heure de coucher et de lever
- avancer les heures des repas et des entraînements
- sommeil pendant la première partie du vol aller
- se caler sur les horaires du site à l'arrivée
- s'exposer à la lumière extérieure
- appliquer des règles d'hygiène alimentaire

Prévention des effets du décalage horaire

Les avantages de la lumière

- solution naturelle
- les sommeil sont préservés à l'arrivée
- les sensations de fatigue sont moins marquées
- utilisable pour lutter contre les baisses de vigilance

Les points clés

- les recommandations se révèlent plus difficiles à appliquer (et donc d'autant plus nécessaires) :
 - pour un déplacement vers l'Ouest pour les sujets "du matin"
 - pour un déplacement vers l'Est pour les sujets "du soir"
- ceci suppose :
 - une prise en compte dans le programme d'entraînement
 - des aménagements d'horaires
 - des adaptations de locaux => salle pour l'éclairage

Une occasion de
conseils
médico-sportifs
Jet Lag