

# Rapport du Médecin coordonnateur du suivi médical des sportifs de haut niveau – Saison 2018 -

## Suivi médical longitudinal des équipes d'aviron

### Soutien médical des stages et régates

Le soutien médical de chaque stage et régata est assuré par un médecin et un kinésithérapeute, présents sur site, selon une répartition des besoins, fixée en concertation avec l'équipe des cadres techniques.

L'objectif est de sécuriser la pratique sportive, d'assurer une prise en charge rapide des pathologies, de mener des actions de prévention des blessures ou d'hygiène de vie sportive, une prévention du dopage et des conduites dopantes.

Chaque médecin ou kiné intervient sur des missions formalisées dans un cahier des charges.

Cette couverture médicale se répartit sur l'ensemble des secteurs : junior (A et B), senior hommes, senior femmes, et secteur para-aviron.

Elle compte en 2018, un total de 922 jours de couverture médicale (stages et régates) dont 377 journées de médecins et 545 journées de kinésithérapeutes.

Cette couverture médicale est assurée par 19 médecins et 22 kinés, tous coordonnés par le médecin des équipes de France.

### Informatisation des dossiers médicaux

Les médecins et kinésithérapeutes sont tenus d'actualiser les dossiers médicaux de chaque rameur sur un serveur informatisé permettant d'une part, le partage des informations entre les différents acteurs médicaux, et d'autre part, un meilleur suivi longitudinal des blessures.

### Suivi médical sur les pôles

Chaque pôle France d'aviron possède un encadrement médical spécifique avec un médecin du sport, un kinésithérapeute, un diététicien nutritionniste et un psychologue référent.

Le médecin des équipes de France effectue chaque année un passage sur tous les pôles France pour rencontrer l'encadrement médical, l'équipe des cadres techniques et rencontrer les rameurs du pôle. Certains de ces déplacements prévus fin 2018 ont été décalés début 2019.

Cette rencontre avec les acteurs médicaux permet d'harmoniser le suivi médical longitudinal et contribue à renforcer l'assiduité à la SMR. Ce passage sur pôles permet également de faire le lien entre le suivi médical sur pôles et celui dispensé lors des stages nationaux, pour une meilleure cohésion des soins et de la prévention.

### Surveillance médicale réglementaire

### Bilan de la SMR 2018

71% des rameurs ont réalisés l'intégralité des examens réglementaires en 2018, sur l'ensemble du collectif inscrit sur liste HN et Espoir.

Cette couverture de la SMR légèrement en baisse par rapport aux années antérieures a incité une modification dans le suivi des examens pour 2019.

## **Actions d'information et de prévention**

### **Actions d'information et de prévention**

Des actions de prévention spécifiques ont été réalisées sur les différents collectifs en 2018, sur les thématiques suivantes :

Sécurisation des compléments alimentaires vis-à-vis du dopage

Prévention du dopage et des conduites dopantes

Le travail du gainage chez les rameurs

Renforcement musculaire et prévention des lombalgies

Hygiène générale du rameur (sommeil, hydratation, rythme de vie, récupération...)

Action de prévention spécifique auprès du secteur féminin : Le renforcement du périnée.

### **Suivi nutritionnel**

La couverture médicale des équipes de France comporte également un volet nutritionnel, avec notamment : élaboration des boissons de récupération, bilan et conseil nutritionnel personnalisé à un objectif (ajustement de poids, prise de masse musculaire), conseils spécifiques de gestion pondérale pour les rameurs en catégorie poids léger, adaptations spécifiques à des problématiques d'intolérance alimentaire.

Ce suivi nutritionnel s'effectue soit sur les pôles, soit lors des regroupements en stage d'entraînement, mais également à distance entre chaque stage (par internet et entretien téléphonique).

Une information complémentaire a été menée sur les compléments alimentaires, plus spécifiquement sur la consommation de spiruline, sous forme d'articles diffusés par le MAP.

L'attention portée à la nutrition des rameurs comporte également une veille sur l'élaboration des menus proposés lors des stages d'entraînement, en concertation avec le chef cuisinier des structures d'accueil.

### **Prévention du dopage sportif**

Une action de prévention spécifique est réalisée sur l'ensemble des collectifs tous les ans, en particulier sur le collectif junior. Cette action s'est orientée vers la responsabilité du rameur dans la prévention du dopage, en particulier le dopage accidentel.

Une action complémentaire s'est orientée vers la sécurisation des compléments alimentaires (norme AFNOR VF 94001) pour répondre aux attentes des rameurs, ceci dans la continuité des actions menées depuis 2016.

Les masseurs kinésithérapeutes intervenant sur le collectif ont tous accepté et signé « la charte de prévention et de lutte contre le dopage ».

### **Formation et actualisation des connaissances des médecins et kinésithérapeutes**

Participation au colloque national de prévention du dopage du CNOSF (Paris, 6 avril 2018).

### **Prévention spécifique sur les facteurs de risque de mort subite du sportif.**

Les médecins de l'encadrement médical ont poursuivi le protocole d'étude sur la prévention de la mort subite du sportif, sur tous les collectifs (junior senior), dans le cadre d'une étude internationale coordonnée par la FISA (étude des facteurs de risque, ECG de repos, questionnaire médical).

### **Action de prévention spécifique au prélèvement des lactatémies**

Une information préventive a été menée pour les cadres techniques, en collaboration avec la MAP, orientée vers l'utilisation d'un appareil de mesure des lactatémies, dans un but de sécuriser les pratiques et de respect de la réglementation en vigueur.

### **Etude spécifique sur l'occlusion dentaire du rameur**

Une étude longitudinale a été dirigée par le Dr Leroux, chirurgien-dentiste, en collaboration avec Frédéric Maton, pour évaluer l'influence de l'occlusion dentaire sur la posture et sur les performances du rameur. Ce travail novateur a été reconnu, par une publication dans la revue médicale *Clinics* en juillet 2018.

## **Autres missions**

Le médecin des équipes est impliqué dans la commission médicale fédérale et dans le développement de l'aviron santé.

Il participe également aux réflexions de la commission médicale fédérale

Il collabore avec la Mission d'Aide à la performance sur les thématiques médicales ou nutritionnelles.

Frédéric MATON

Médecin coordonnateur du suivi médical des sportifs de haut niveau