

La mort subite du sportif (MSS), événement dramatique qui survient au décours de la pratique sportive nécessite une réaction immédiate, à savoir des manœuvres de réanimation avec un seul objectif, sauver une vie coûte de coûte.

Par Ph.P. et Gilles Testou / photo Jean-Pierre Belzit

Mais c'est en amont que vous avons aussi le devoir d'agir, c'est à dire en prévenant le risque de mort subite, qui, rappelons le est majoritairement d'origine cardiovasculaire (90% des cas).

La MSS est estimée à 2000 cas par an en France, nombre probablement sous-estimé. Elle touche principalement les hommes. Il s'agit souvent de troubles du rythme cardiaque chez les moins de 40 ans et de pathologies des coronaires au delà. La Corse n'est malheureusement pas épargnée chaque année.

La prévention de la mort subite du sportif, c'est le dépistage des sujets à risque par des examens médicaux appropriés et un suivi médical adapté au profil du sportif. *"Docteur, pouvez-vous tamponner le certificat médical ? C'est pour la licence de début de saison de mon fils ! Vous pouvez signer sans crainte, il est sportif!"* Cette phrase est répétée dans les cabinets médicaux, cliniques et hôpitaux tant de fois en début de saison. Et souvent, pour "rendre service" (service empoisonné), des praticiens ou secrétaires "tamponneurs" répondent favorablement à cette demande. Car les sportifs qui malheureusement disparaissent sur les terrains de sport sont parfois des pratiquants réguliers,



ce qui surprend souvent.

En Italie, les certificats médicaux de début de saison sont délivrés après examen médical avec électrocardiogramme de repos dès l'âge de 12 ans (recommandations qui existent à présent au niveau Européen une fois tous les 2 ans au minimum). Les praticiens italiens ont pu ainsi constater une réelle augmentation du dépistage de certaines pathologies cardiologiques type malformations.

Alors, certes, les examens médicaux de base ne permettent pas de tout détecter (l'échographie cardiaque et les tests d'efforts sont des éléments importants dans le diagnostic; ces examens doivent être ciblés) mais si des médecins arrivent à détecter quelques cas à risque, ceux-ci représenteront probablement autant de vies sauvées. Car on parle souvent du suivi médical des sportifs de haut-niveau, des professionnels. Et les autres alors, pourquoi n'auraient-ils pas autant de chance que ces sportifs de l'élite ?

L'expression bien connue "le sport c'est la santé" ne doit pas être remise en cause, elle est toujours d'actualité, d'autant plus que l'activité physique est pratiquée de manière régulière, modérée et avec un suivi médical annuel quel que soit l'âge et le niveau de pratique. Un examen clinique et un électrocardiogramme coûtent au maximum 40 €, des chaussures de sport entre 40 et 300 €, lorsqu'on rechigne à la dépense, cherchez l'erreur !

La prévention, c'est également le suivi de quelques règles de bon sens: bien s'hydrater, consulter en cas de douleur ou



Rubrique réalisée en collaboration avec Gilles Testou, médecin et nutritionniste du sport, vice-président de la société corse de médecine du sport.

d'essoufflement, réaliser un bilan médical régulier, ne pas pratiquer d'activités physiques intenses en cas de fièvre...

Le traitement de la mort subite du sportif, c'est une réanimation adaptée et surtout rapide. 3 points à retenir: "alerter les secours, masser, défibriller".

Ceci implique la présence de défibrillateurs semi-automatiques (DSA) dans les enceintes sportives et la formation du plus de personnes possibles (gardiens de stades, kinés, entraîneurs, éducateurs, arbitres, sportifs...).

L'association "14" qui fait son tour de France pour promouvoir la prévention de la mort subite du sportif s'est arrêtée en septembre en Corse (à Ajaccio puis à Bastia) et peu de personnes se sont déplacées pour assister à ces conférences. Dommage que l'on se soit encore une fois que dans la réaction et que l'on ne s'intéresse pas à ce fléau lorsque l'on n'est pas touché personnellement.

Comme le disait une collègue cardiologue récemment, on trouve dans tout établissement qui reçoit du public un extincteur tous les 10 mètres; si l'on compte le nombre de mort subite chaque année en France (sportifs et non-sportifs) on parlera en dizaine de milliers. Combien de DSA disponibles pour ramener ces gens à la vie ? On craint le feu mais pas l'arrêt cardiaque ! Ces dossiers avancent peu et pourtant il y a bien le "feu".