

FEDERATION FRANCAISE DE NATATION

COMMISSION MEDICALE

GUIDE PRATIQUE POUR LES EXAMENS MEDICAUX DES SPORTIFS DE LA F.F.N. (janvier 2009)

Ce guide est destiné au médecin amené à examiner un nageur en vue de la délivrance du certificat de non contre-indication à la pratique de la natation en compétition.

Il ne concerne pas les nageurs inscrits sur les listes de haut niveau de la FFN pour lesquels un suivi médical obligatoire est programmé.

Il a pour but d'éclairer l'information du praticien sur les particularités des différentes disciplines de la F.F.N.

Remarques importantes :

1° *Toute affection traitée et équilibrée n'impose pas de contre-indication absolue. Par contre tout syndrome infectieux évolutif, syndrome malformatif (cardiaque, vasculaire, rénal, hépatique, neurologique) avec manifestations cliniques sont des contre-indications absolues.*

2° *Tout médecin a la possibilité d'établir un certificat d'inaptitude temporaire à la pratique de la discipline en **compétition** et à l'**entraînement** à tout sujet examiné, soit en rapport avec son état, soit en raison d'une thérapie utilisant des produits apparaissant sur la liste des substances interdites. Le nageur ne devra pas être présent à l'entraînement et en compétition pendant la durée de l'inaptitude.*

3° *En ce qui concerne les asthmatiques, le salbutamol (ex: ventoline), le salmeterol et la terbutaline sont autorisés, par aérosol uniquement et à condition de bénéficier d'une AUT (Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques) Voir page suivante.*

Niveau de pratique Examens	Licencié non compétiteur	Licencié compétiteur de niveau régional	Licencié compétiteur de niveau national
Bilan anthropométrique	- poids, - taille	- poids, - taille	- poids, - taille, - masse grasse
Examen clinique des appareils et grandes fonctions de l'organisme	- examen clinique	- examen clinique	- examen clinique
Examen morphologique statique	- rachis, - articulaire - posture	- rachis, - articulaire - posture	- rachis, - articulaire - posture
Exploration de la fonction cardiaque	- examen clinique - écho si point d'appel clinique	- examen clinique - ECG de repos - ECG d'effort chez maîtres (à partir de 35-40 ans) conseillé annuellement, à voir avec le cardiologue traitant. - écho si point d'appel clinique	- examen clinique - ECG de repos - ECG d'effort chez maîtres (à partir de 35 ans) conseillé annuellement, à voir avec le cardiologue traitant. - écho si point d'appel clinique
Exploration de la fonction respiratoire	Examen clinique EFR en cas d'asthme ou si point d'appel		
Evaluation physiologique des filières alactiques, anaérobie lactique et aérobie		relève de plateaux techniques spécialisés	relève de plateaux techniques spécialisés
Bilan biologique	à l'appréciation du médecin examinateur		

SITES INTERNET UTILES

- **FFN** Fédération Française de Natation) : www.ffnatation.fr
- **AFLD** (Agence Française de Lutte contre le Dopage) : www.afld.fr
- **FINA** (Fédération Internationale de Natation) : www.fina.org

Type d'effort pratiqué et caractéristiques selon l'activité	
NATATION COURSE	- effort d'une durée de 30" à 20' - immersion
NAGE EN EAU LIBRE	- eau froide (minimum 14°) : risque d'hypothermie. - eau libre : mer, rivière, lac : risque infectieux. - durée des épreuves : jusqu'à plusieurs heures.
MAITRES	- à partir de 25 ans et sans limite d'âge mais répartition par catégories d'âge. - concerne toutes les nages et distances (idem à la natation). A partir de 35-40 ans consultation cardiologique conseillée
NATATION SYNCHRONISEE	- endurance avec des périodes d'apnée prolongée. - immersion et apnée, voltige et acrobatie - travail en hyperlordose lombaire pouvant générer des conflits postérieurs
PLONGEON	- plongeon de 1, 3 ou 10 mètres avec réception dans l'eau et courte apnée. - immersion, aspect acrobatique, vitesse au moment de l'impact, apnée. - travail en hyperlordose cervicale et lombaire pouvant générer des conflits postérieurs
WATER-POLO	- accumulation d'efforts intenses et brefs répétitifs, sur un fond de natation. - immersion, risque de traumatismes faciaux.

LES AUT

Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques d'utilisation de produits figurant sur la liste des interdictions de l'AMA (Agence Mondiale Antidopage).

Le dossier d'AUT doit être envoyé si possible au moins 30 j avant la première compétition. Lors d'un contrôle antidopage le nageur doit signaler qu'il possède une AUT sur le PV de contrôle.

La liste des produits peut être consultée sur le site de l'AFLD www.aflld.fr

Les nageurs **participant aux compétitions internationales** : demande d'AUT à adresser à la FINA (Fédération internationale de Natation). Le formulaire de demande est téléchargeable sur le site de la FINA.

Les nageurs **participant aux compétitions nationales** : demande d'AUT à adresser à l'AFLD (Agence Française de lutte contre le dopage). Le formulaire de demande est téléchargeable sur le site de l'AFLD. Si une AUT n'a pas été demandée la FFN demandera au sportif de lui fournir un dossier avec les justificatifs médicaux.

Les nageurs **participant à des compétitions internationales et nationales** doivent faire une demande d'AUT à la FINA et une demande à l'AFLD.

<i>Niveau de pratique</i>	Licencié non compétiteur	Licencié compétiteur de niveau régional	Licencié compétiteur de niveau national
Examens			
Fréquence de l'examen	- une fois lors de la 1 ^{ère} licence (légal).	- une fois lors de la 1 ^{ère} licence (légal). - à renouveler chaque année (légal). - possibilité de répéter dans la saison.	- une fois lors de la 1 ^{ère} licence (légal). - à renouveler chaque année (légal). - possibilité de répéter dans la saison.
Antécédents, vaccins	oui	oui	oui
Examen clinique général, suivre particulièrement en fonction de la discipline			
<u>NATATION COURSE,</u> <u>NAGE EN EAU LIBRE,</u> <u>MAITRES</u>	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique
<u>NATATION SYNCHRONISEE</u>	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique, - réflexe oculo-cardiaque (ROC)	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - gynécologique, - réflexe oculo-cardiaque (ROC)
		- rachis : une attention particulière au rachis lombaire en raison des risques de conflit postérieur, en particulier dynamique - grossesse contre indication à partir du 2 ^{ème} trimestre - suivi diététique (prévention des troubles liés aux carences alimentaires)	
<u>PLONGEON</u> * pour les plongeurs de haut-vol	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique, - poignet - IRM cervicale *	- aspects ORL, - dermatologique, - ophtalmologique - poignet IRM cervicale *
<u>WATER-POLO</u>	- aspects ORL, - dermatologique,	- aspects ORL, - dermatologique,	- aspects ORL, - dermatologique,
	- grossesse (DBG positif est une contre indication)		