

SPORT ET SANTE ! SPORT DE NIVEAU ET SANTE ?

Médecin Colonel Peter JENOURE, Switzerland



S'il ne fait plus aucun doute qu'une activité sportive régulière et bien conduite a des effets extrêmement bénéfiques, scientifiquement démontrés, sur la santé du pratiquant, il est presque aussi clair que l'intensité du travail demandé à l'athlète se préparant pour des performances du plus haut niveau recèle des risques non négligeables pour cette même santé. Ces effets délétères sont beaucoup moins connus. Les lésions de surcharge, surtout de l'appareil locomoteur (fractures de fatigue, tendinopathies, entorses, entre autre) ;

les atteintes du système immunitaire favorisant l'émergence de maladies pas toujours bénignes (asthmes des fondeurs), les syndromes de surentraînement, les tentations en rapport avec les produits dopants (décès, cancer en Italie) et ne sont pas des manifestations négligeables.

Elle peuvent avoir des effets très défavorables, car perdurant, sur la santé des compétiteurs (espérance de vie des cyclistes).

Il est utile de faire un tour d'horizon de ces périls réels.

Dans un même temps, il faut cependant se rendre compte que ces vicissitudes ne sont pas absolument inéluctables, et qu'il existe – ou disons – le autrement, qu'il existerait – des moyens et méthodes pour éviter dans une grande mesure du moins ces dérapages. La présentation de ces moyens préventifs doit être faite.

Comme toute médaille, le sport de haute compétition a deux faces, du point de vue médical également.