



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



CORRESPONDANCE

Discussion suite à la communication :

« La femme olympienne »[☆]

Discussion about the presentation: "Woman Olympic Athlete"

Question de M. Jacques Milliez (membre de l'Académie Nationale de Médecine)

Les femmes enceintes peuvent-elles concourir aux Jeux Olympiques ?

Réponse de Carole Maître

La grossesse qui est un état physiologique n'est pas considérée comme un dopage, aussi il n'y a pas d'interdiction à concourir ; la question est de savoir s'il y a compatibilité entre la grossesse et une épreuve olympique : la grossesse s'accompagne d'une adaptation cardiovasculaire à l'effort avec une augmentation du volume d'éjection systolique et du débit cardiaque, une amélioration de la consommation maximale d'oxygène qui peut être de 30 % soutenue par des adaptations respiratoires avec une augmentation du volume courant. Ces modifications métaboliques qui se stabilisent à partir de la vingtième semaine de grossesse sont favorables à la pratique de l'activité physique, mais les symptômes du premier trimestre de grossesse, comme les nausées, le syndrome douloureux abdominal du quatrième mois, puis la prise de poids et les modifications morphologiques des deux derniers trimestres, développement abdominal, laxité articulaire sont autant d'éléments qui viennent limiter la performance et rendre impossible un entraînement à visée de performance et la participation à une épreuve olympique. Un risque augmenté de fausse couche spontanée a été rapporté pour des durées d'entraînement intense, supérieure à 7 heures par semaine au cours du 1^{er} trimestre,

c'est la raison pour laquelle un entraînement intensif est déconseillé au delà du 2^e mois de grossesse [1].

Question de M. Bernard Salle (membre de l'Académie nationale de médecine)

Les jeunes filles de moins de vingt ans sont-elles surveillées sur le plan osseux par l'usage de la densitométrie ?

Réponse de Carole Maître

Une surveillance par absorptimétrie biphotonique (DEXA) de la densité osseuse n'est pas systématique. Les critères amenant à une surveillance par densitométrie osseuse ont été précisés lors de la mise à jour de la conférence de consensus sur la prise en charge de la triade [2]. En pratique, nous demandons cette densitométrie dans le bilan de la sportive de moins de vingt ans si la jeune sportive a eu un des critères suivants : une fracture de fatigue, une aménorrhée de plus de 6 mois, une ménarche tardive, une masse grasse inférieure à 14 %, une précédente ostéodensitométrie montrant une densité diminuée (ostéopénie) appréciée par le Z score, référence du même âge.

Question de M. André Vacheron (membre de l'Académie nationale de médecine)

Le marathon est-il compatible avec la grossesse ?

Réponse de Carole Maître

La médiatisation de quelques cas particuliers de sportives entraînées qui ont couru un marathon en cours de grossesse ne doit pas faire oublier le risque de cet effort intense qu'est le marathon (42. 195 kilomètres) en cours de grossesse : risque de fausse couche spontanée liée à la réalisation et à la préparation nécessaire à cette épreuve d'endurance, un

DOI de l'article original : <https://doi.org/10.1016/j.banm.2019.03.021>.

[☆] Séance du 19 mars 2019.

<https://doi.org/10.1016/j.banm.2019.05.009>

0001-4079/© 2019 l'Académie nationale de médecine. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

risque de fausse couche a été rapportée au-delà de 7 heures d'entraînement intense par semaine, puis plus tard le risque de déclenchement du travail et de prématurité ne peut être exclu.

Question de Mme Catherine Buffet (membre de l'Académie nationale de médecine)

Beaucoup de sports contraindiquent une compétition olympique. Un petit nombre seulement (golf, certains types de natation) est possible. Si les championnes ne suivent pas vos conseils éclairés de ne pas participer à la compétition et de participer à la compétition avec l'entraînement habituel, que se passe-t-il ? Quelle est l'évolution de leur grossesse ?

Réponse de Carole Maître

Un entraînement à visée compétitive en préparation olympique est un traitement d'intensité vigoureuse de vingt heures ou plus par semaine ce qui n'est pas compatible avec une évolution sereine de la grossesse ; le risque est celui d'une prématurité ou d'une fausse couche tardive. Dans certains sports techniques, la durée quotidienne d'entraînement est moindre et pourrait être compatible avec la grossesse à son début, mais au-delà de cinq mois de

grossesse les modifications morphologiques vont modifier les points de repères dans l'espace, la stabilité des postures, la gestuelle et augmenter le risque de blessures, aussi dans les sports dits techniques, la participation à un entraînement pré compétitif et à une compétition tiendra compte du trimestre de la grossesse et sera à évaluer au cas par cas en fonction du sport et du suivi de grossesse.

Déclaration de liens d'intérêts

L'auteur déclare ne pas avoir de liens d'intérêts.

Références

- [1] Madsen M, Jorgensen T, Jensen ML. Leisure time physical exercise during pregnancy and the risk of miscarriage: a study within the Danish National Birth Cohort. *BJOG* 2007;114:1419–26.
- [2] De Souza MJ, Nattiv A, Joy E, et al. 2014 female athlete triad coalition consensus statement on treatment and return to play of the female athlete triad. *BR J Sports Med* 2014;48:289.

C. Maître
Pôle médical, INSEP, 11, avenue du Tremblay, 75012 Paris,
France
Adresse e-mail : carole.maitre@insep.fr

Disponible sur Internet le 24 mai 2019