



Club des
cardiologues
du sport

SPORT ET RÈGLEMENTS

Avec la revue

CARDIO&SPORT

LA REVUE PRATIQUE DE LA CARDIOLOGIE DE L'EFFORT

N°43 - Avril 2015

ZONES GRISES

Cardiomyopathie hypertrophique ou cœur d'athlète

Comment les différencier ?

INSOLITE

Sport et règlements

Le croirez-vous ?

INTERSPÉCIALITÉ

Activité physique et diabète

Comment accompagner les patients ?

CAS CLINIQUE

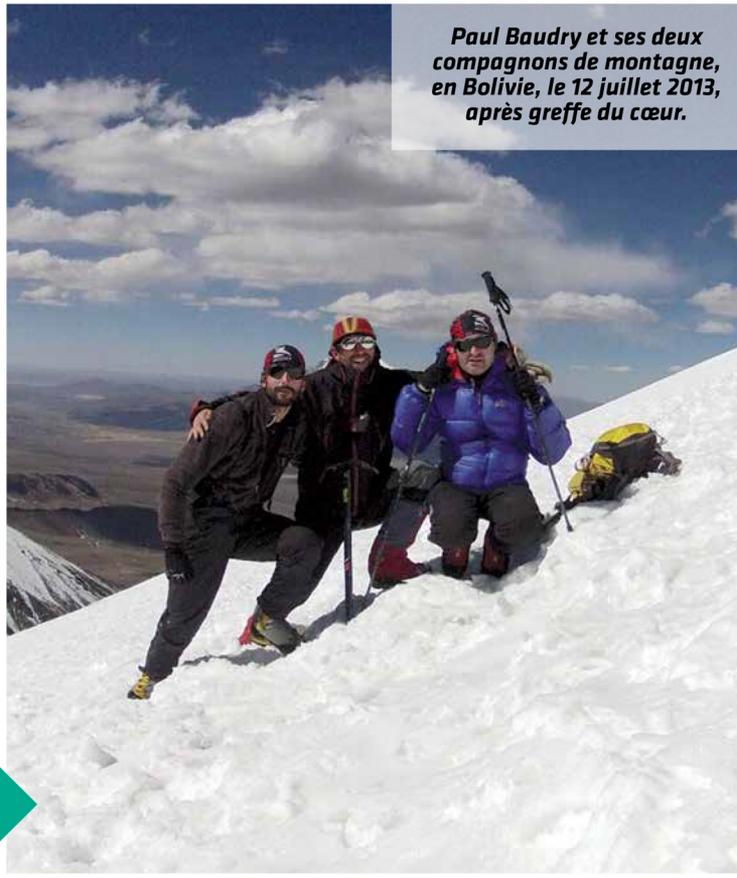
Épreuve d'effort dans la surveillance de routine d'un sportif vétérân

Quelles limites ?

VÉCU

L'exploit de Paul Baudry

Record mondial d'altitude après greffe cardiaque à 6 136 mètres



Paul Baudry et ses deux compagnons de montagne, en Bolivie, le 12 juillet 2013, après greffe du cœur.

DOSSIER

Plastie de la valve mitrale : quelle pratique sportive ?

 Anatomie et physiologie à l'effort

 Activité sportive après plastie mitrale : la vision du chirurgien

 Activité sportive après plastie mitrale : la vision du cardiologue rééducateur

Sport et règlements

Le croirez-vous ?

Dans le milieu sportif, persistent des particularités insolites au niveau des règlements concernant notamment le contrôle médical ou la tenue des sportifs. En voici quelques exemples, souvent méconnus.

Dr Marc Ferrière*

Aujourd'hui, le sport occupe une place majeure dans la société. Qu'on le pratique, qu'on le regarde, qu'on le soutienne (de manière chauvine, partielle ou esthétique), qu'on le haïsse, qu'on regrette sa place démesurée dans les médias, il ne laisse jamais indifférent. Le sport est multiple, ne respectant plus rien, ou au contraire respectant tout et tous – le repos dominical (y compris pour certains professionnels), les spécificités (championnats féminins, masculins, gays) dans quasiment toutes les disciplines. Ceci a donné lieu à de multiples règlements adaptés à chaque discipline, voire à chaque niveau dans chaque discipline. Ces règlements s'adaptent, sont remis au goût du jour, en fonction de l'évolution, mais aussi des mœurs et de la mondialisation du sport concerné.

LES ARBITRES

Dans toutes les disciplines, les arbitres doivent être licenciés d'un club, que ce soit une licence de joueur ou une licence d'encadrement. Cela passe donc le plus souvent par un certificat de non contre-indication au sport. Cependant, des

*Cardiologue à l'Institut du Cancer de Montpellier (ICM)



© gromin - Fotolia

>>> Les arbitres peuvent recevoir des sanctions et des cartons de couleurs variées selon la qualité de leur arbitrage.

différences logiques et évidentes existent et doivent être prises en compte : certains sports demandent à leurs arbitres des tests d'effort obligatoires en fonction de l'âge (test d'effort pour les arbitres de football obligatoires à 45 ans, suite à des infarctus du myocarde et des décès sur les terrains). À l'opposé, pour arbitrer un tournoi de pétanque, il suffit d'un certificat d'aptitude physique à jouer à la pétanque. Plus le niveau de compétition augmente et plus les stages de formation des arbitres intègrent une préparation physique.

Les arbitres, dont la prestation est jugée, peuvent recevoir des sanctions et des cartons de couleurs variées selon la qualité de leur arbitrage, mais surtout pour des raisons disciplinaires et de comportement. Ils peuvent être, comme tout licencié, soumis eux-mêmes au règlement antidopage. Ainsi, en Coupe d'Europe de volley-ball, le contrôle de l'alcoolémie par alcootest est obligatoire pour tous les arbitres avant le match. Pour comparaison, le contrôle antidopage des joueurs se fait par tirage au sort, quand il se fait, et ne comprend pas l'alcootest (l'encadré 1 propose une ex-

plication à croire avec... modération). La compétence des arbitres est une compétence technique. Ainsi, il n'est pas nécessaire le plus souvent d'être ou d'avoir été performant dans un sport. Les stages techniques et de terrain sont en revanche nécessaires, et ils ont du succès malgré des exigences de plus en plus élevées et proportionnelles au niveau des compétitions. Il est donc possible d'être arbitre dans nombre de sports sans les avoir véritablement exercés, pour peu qu'on ait une connaissance reconnue, prouvée et validée de ce sport. À l'inverse, dans certains sports, le fait d'avoir pratiquer est indispensable. C'est le cas du judo : pour arbitrer, il est nécessaire d'être au moins "ceinture jaune", et à un très haut niveau d'arbitrage, il faut avoir un passé de judoka de haut niveau. En fait, plus le niveau de compétition est élevé et plus on retrouve comme arbitres et juges des anciens compétiteurs de haut niveau qui ont bien sûr validé les tests de niveau d'arbitrage.

Concernant la limite d'âge des arbitres, des dérogations sont possibles dans certains sports pour les demandeurs de moins de 18 ans. La limite

supérieure est très variable et est d'autant plus basse que l'arbitrage fait appel à des dépenses physiques significatives (par exemple arbitre de football versus arbitre de chaise en tennis). Des dérogations ou des tests physiques complémentaires sont en général demandés dès 40 ans dans les sports à forte composante physique pour l'arbitre. Finalement, beaucoup de fédérations demandent à côté ou à la place du seul certificat de non contre-indication au sport, un certificat d'aptitude à l'arbitrage qui tient compte des spécificités physiques nécessaires : capacité physique faible (arbitre de chaise) ou forte (arbitre de terrain).

PROTECTIONS THORACIQUES ET AUTRES

Les mécanismes physiopathologiques du *commotio cordis* – la mort subite par un choc direct sur la poitrine au niveau du cœur – ont été bien expliqués. Le traumatisme qui ne doit être ni trop faible, ni trop fort déclenche une fibrillation ventriculaire s'il survient dans la fenêtre de 10-20 ms de l'ascension de l'onde T juste avant son pic. En dehors de cette période, le choc entraîne plutôt des troubles de conduction intraventriculaires ou atrioventriculaires avec syncope souvent spontanément réversible. La reproduction expérimentale chez l'animal a été faite. Ainsi, le poids, la consistance de la balle, l'âge du joueur (risque le plus élevé à 14 ans), et finalement le sport concerné, ont eu des conséquences pratiques significatives. Citons-en deux principales : le port de protection thoracique gauche incorporée à la tenue des sportifs (football américain), et l'autorisation des défibrillateurs au bord du terrain lors des compétitions d'enfants ou adolescents, alors que l'utilisation de défibrillateur – à l'époque non automatique – chez un

ENCADRÉ 1 - LE DOUBLÉ

Une des fautes d'appréciation difficile au volley-ball et souvent contestée est le "doublé", c'est-à-dire un double contact des mains lors d'une touche de balle (passe). Faut-il comprendre que l'interdiction de l'abus d'alcool, qui selon la rumeur publique fait voir double, entraînerait chez l'arbitre une mauvaise appréciation et une surestimation de cette faute ?

ENCADRÉ 2 - CHAMPIONNAT D'EUROPE D'ATHLÉTISME 2014

Mahiédine Mekhissi a perdu sa médaille d'or du 3 000 m steeple après réclamation pour avoir enlevé son maillot et dossard (tenu cependant à la main, puis dans la bouche) lors de son arrivée. Des amendes sont prévues aussi pour les joueurs de football qui enlèvent leur maillot durant un match (ce qui leur arrive de faire après avoir marqué un but), alors que l'échange des maillots pratiqués à la fin du match est tout aussi retransmis médiatiquement et concerne aussi tous ceux (plus nombreux) qui n'ont rien marqué.

enfant en arrêt cardiorespiratoire a longtemps été déconseillée eu égard à la rareté de la fibrillation ventriculaire et la fréquence de l'anoxie dans l'origine de ces accidents.

TENUES VESTIMENTAIRES DES JOUEURS

Les Jeux Olympiques de la Grèce antique se pratiquaient dans le plus simple appareil, ce qui simplifiait réglementation et réclamation. Aujourd'hui, la tenue des sportifs en compétition est le plus souvent précisément réglementée et appliquée (les arbitres sont tenus de les faire respecter). Un non-respect des règles peut priver un compétiteur vainqueur "à la régulière" de sa compétition de son titre. Ainsi, en athlétisme, la tenue à l'arrivée doit être la même qu'au départ et avec un dossard parfaitement identifiable (encadré 2).

Le type de tenue, sa couleur et sa taille sont parfois précisés. Ainsi, pour le tir à l'arc, bras allongés le long du corps, l'extrémité des doigts ne doit pas être plus basse que le bas du short.

Le beach-volley a modifié les tenues des joueurs (et surtout des joueuses) en 2012, ce qui a fait écrire dans des revues pourtant spécialisées dans le sport : c'est la fin d'un sport, le beach-volley va disparaître. Cette prédiction pessimiste ne s'est pas confirmée, au contraire le beach-volley reste un sport olympique et continue à se développer avec un circuit professionnel et des participants dans de nouveaux pays. Rappelons brièvement l'histoire. Le beach-volley, sport de plage et d'été, et particulièrement esthétique avec de jeunes joueuses et joueurs en tenue de plage, s'était développé sur les plages de Californie, de Floride et du Brésil. Le règlement initial imposait pour les joueuses de porter uniquement un bikini, avec des dimensions de maillot ne pouvant excéder initialement 5 cm à la taille : le succès médiatique était assuré et le beach-volley est devenu olympique dès 1996 (démonstration puis sport titulaire). Ces impératifs vestimentaires ont cependant bloqué le développement de ce sport dans un certain nombre de pays d'Orient et d'Asie. Le sport étant universel, en

2012 le règlement a été modifié et autorise maintenant short et débardeur pour les équipes féminines. Le beach-volley a résisté à cette modification du règlement et a continué son développement. Pour être honnête, il faut dire que la plupart des paires mondiales (il s'agit d'équipes de deux joueuses) ont gardé le bikini obligatoire à l'origine...

La tenue vestimentaire des pratiquants d'une discipline est extrêmement influencée par leur histoire (citons les tenues de golf, de cricket, d'archer). Certaines académies de golf n'autorise le port de la casquette que si elle est mise droite dans l'axe du corps (pas en arrière, ni sur le côté). Dans d'autres sports, c'est la technique (le ski, la natation) ou un but de performance, comme dans certains sports d'équipe (rugby et football) pour lesquels les maillots sont plus difficile à attraper, ce qui limite les retenues (toujours officiellement répréhensibles) des joueurs, qui ont imposé des évolutions.

En fait, ce sont surtout les contraintes financières des publicitaires qui jouent un rôle. C'est ainsi que dans bon nombre de règlements, les détails vestimentaires les plus précis concernent le nombre, la taille, la position et la surface des encarts publicitaires. Vous ne verrez pas en compétition officielle, sur les tenues des joueurs, d'excentricités concernant les logos, tous de même dimension, pour éviter tout débordement publicitaire (c'est le cas de le dire). Ainsi, 10, 12, 20 cm² sont les dimensions précises d'encarts publicitaires (jusqu'à 6) sur les manches, le short ou les chemises des joueurs de tennis ou de tennis de table. On distingue même la taille des encarts des "sponsors institutionnels" de celles des publicitaires ou des équipementiers. À ces règlements extrêmement précis (précision proportionnelle aux sommes mises en jeu), s'opposent des règlements très impré-

ENCADRÉ 3 - PÉTANQUE ET TENUE VESTIMENTAIRE

Dans le pays où est né la pétanque, il y a une forte tradition d'accompagnement de ce jeu avec l'absorption de boisson anisée particulièrement avant le repas de midi, qui clôt la compétition du matin et prépare celle de l'après-midi, avec de possibles conséquences sur la rigueur vestimentaire l'après-midi.

cis (sources de réclamations). Pour exemple, le jeu de pétanque prévoit que l'arbitre est tenu de faire respecter une tenue correcte sans plus de détail. Lors d'un championnat de France, des remarques (pas des réclamations) écrites ont signalé une tenue correcte le matin des compétitions et des débordements déplorables l'après-midi des compétitions (**encadré 3** : une explication, dont la valeur peut paraître discutable !).

MATÉRIEL, TERRAIN ET AUTRES PRÉCISIONS

Terrain, matériel, aire de jeu, tenues sont donc très précis et le deviennent de plus en plus avec la mondialisation de sports restés longtemps régionaux, mais aussi avec l'ouverture aux femmes de sports réservés longtemps aux hommes, et la création de championnats handisports. Nombre de sports se sont adaptés. Ainsi, les jeunes filles peuvent déjà depuis des années jouer jusqu'à un certain âge dans les équipes de football avec les garçons, il en est de même dans des compétitions de cyclisme. Pour le jeu de pétanque, il est bien précisé comment utiliser le cercle de lancer (ovale de diamètre de 35 à 50 cm dans lequel on doit avoir les pieds "tanqués", c'est-à-dire joints ou plantés). Pour les handicapés d'un membre inférieur, ils sont autorisés à ne placer qu'un pied à l'intérieur du cercle et pour ceux évoluant en fauteuil roulant, au moins une roue, celle du bras porteur, doit reposer à l'intérieur du cercle.

CONCLUSION

La richesse d'une langue est basée sur le nombre de mots utilisés dans les secteurs importants de la vie individuelle. Par exemple : dix noms pour un même poisson dans les populations vivants de la mer, contre un seul nom pour ce même poisson chez les terriens d'à côté.

Il en est de même dans le sport, avec la création de nouveaux termes plus universels les uns que les autres, avec des règlements d'autant plus précis que la pratique est importante, que les impacts économique et médiatique sont forts, et que le risque (cardiovasculaire notamment), dans le monde médical, est élevé. La lourdeur et la précision demandée croissante des certificats de non contre-indication au sport doivent-elles être vues sous cet aspect ? N'est-il pas scandaleux que nombre de fédérations sportives jugent encore nécessaire, en France, d'ajouter au formulaire type de certificat médical préimprimé, des recommandations officielles dans lesquelles il est explicitement écrit : ce certificat ne doit pas être fait au coin d'une table (ils n'ont pas dit bar) ou dans un vestiaire, mais au cours d'une visite médicale complète ? Quelle leçon ! Œuvrons tous pour que ceci ne soit plus nécessaire sur ces imprimés officiels. 

MOTS-CLÉS

Arbitre, Tenue vestimentaire, Règlement