

| Niveau de pratique | Licencié non compétiteur | Licencié compétiteur niveau régional | Licencié compétiteur niveau national |
|--|---|---|---------------------------------------|
| Examens | | | |
| Bilan Anthropométrique | | - poids - taille | - poids - taille - masse grasse |
| Examen clinique des appareils et grandes fonctions de l'organisme | - examen clinique - examen dentaire | - examen clinique - examen dentaire - examen psychologique | |
| Examen morphologique statique | | - rachis - articulaire - posture | |
| Exploration de la fonction cardiaque | - examen clinique - écho si point d'appel clinique | - examen clinique - ECG de repos - ECG d'effort conseillé chez les maîtres à partir de 35-40 ans, 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 | |
| Évaluation physiologique des filières aérobie, anaérobie lactique et aérobie | | Relève de plateaux techniques spécialisés | |
| Bilan biologique | A l'appréciation du médecin examinateur | | |

IMPORTANT: AVANT DE PRESCRIRE UN MÉDICAMENT FIGURANT SUR LA LISTE DES INTERDICTIONS DE L'AMA (Agence Mondiale Antidopage) IL FAUT S'ASSURER QU'IL N'Y A PAS D'ALTERNATIVE AVEC UN MÉDICAMENT AUTORISÉ AFIN D'ÉVITER AU SPORTIF D'ÊTRE POSITIF AU CONTRÔLE ANTIDOPAGE (voir paragraphe sur les AUT)

Pour vérifier si un médicament vendu en France est autorisé ou interdit il faut aller sur le site de l'AFLD (Agence Française de Lutte contre le Dopage) : www.afld.fr



GUIDE PRATIQUE POUR LES EXAMENS MÉDICAUX DES SPORTIFS DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION (FFN) (novembre 2018)

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.

Ce guide a pour but d'éclairer l'information du praticien sur les particularités des différentes disciplines de la FFFN.

Remarques importantes

1° Toute affection traitée et équilibrée n'impose pas de contre-indication absolue.

Par contre; tout syndrome infectieux évolutif et plaie sont des contre-indications **absolues temporaires**, alors que tout syndrome malformatif (cardiaque, vasculaire, rénal, hépatique, neurologique) avec manifestations cliniques ainsi que le diabète insulino-dépendant (nage en eau libre uniquement) sont des contre-indications **absolues**. **Pour tout renseignement complémentaire contacter: medical-ffn@wanadoo.fr**

2° En ce qui concerne les prescriptions médicamenteuses, il est important de respecter la réglementation en vigueur concernant la liste des produits interdits, tout licencié compétiteur pouvant subir un contrôle antidopage en compétition ou hors compétition.

| 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 (ex : leptospirose, hépatite A) - durée des épreuves : jusqu'à plusieurs heures |
| MAÎTRES | - à partir de 25 ans et sans limite d'âge mais répartition par catégories d'âge - concerne toutes les nages et distances (idem à natation course) - à partir de 35-40 ans consultation cardiologique conseillée |
| NATATION SYNCHRONISÉE | - 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 m 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 pour l'utilisation de produits figurant sur la liste des interdictions de l'AMA (Agence Mondiale Antidopage)

Le dossier d'AUT est à télécharger sur le site de l'AFLD (Agence Française de Lutte contre le Dopage) et doit être envoyé au moins 30 j avant la 1^{ère} compétition (sauf urgence). Lors d'un contrôle antidopage le nageur doit signaler sur le PV de contrôle qu'il possède une AUT et noter les éventuels, médicaments pris les 8 derniers jours, les infiltrations, les compléments alimentaires, un séjour en altitude, une transfusion. La liste des produits peut être consultée sur le site de l'AFLD. Le praticien y trouvera aussi des renseignements sur les bons usages thérapeutiques.

ATTENTION: le sportif est responsable de tout ce qu'il ingère

Nageurs participant aux compétitions internationales: AUT à demander auprès de la FINA

Nageurs participant aux compétitions non internationales sur le territoire français: AUT à demander auprès de l'AFLD (à télécharger sur le site de l'AFLD).

ATTENTION : la loi française (article R.232-49 du code du sport) prévoit qu'en l'absence d'AUT le sportif contrôlé positif peut présenter à **posteriori** un dossier médical complet établi avant le contrôle (cf dossier d'AUT) de justification de la prise du produit, sans avoir fait de demande officielle d'AUT: à conseiller aux nageurs participant à des compétitions de niveau régional ou inférieur où la possibilité d'un contrôle est moindre.

| Niveau de pratique | Licencié non compétiteur | Licencié compétiteur niveau régional | Licencié compétiteur niveau national |
|---|---|--|--------------------------------------|
| Examens | | | |
| Fréquence de l'examen | 1 fois lors de la 1 ^{ère} licence (légal) | - 1 fois lors de la 1 ^{ère} licence (légal) - à renouveler chaque année (légal) - possibilité de répéter dans la saison | |
| Antécédents, vaccins | oui | | |
| Examen clinique général, suivre particulièrement, en fonction de la discipline | | | |
| NATATION COURSE, NAGE EN EAU LIBRE, MAÎTRES | - aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique - gynécologique | | |
| NATATION SYNCHRONISÉE | - aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique - gynécologique | - aspects ORL et - dermatologique - ophtalmologique - gynécologique - réflexe oculo-cardiaque (ROC) | |
| | - rachis : 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) | | |
| PLONGEON | - aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique | - aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique - poignet | |
| | grossesse (diagnostic biologique positif est une contre-indication) | | |
| WATER-POLO | - aspect ORL et - dermatologique | | |
| | grossesse (diagnostic biologique positif est une contre-indication) | | |

SITES UTILES

FFN Fédération Française de Natation: www.ffnatation.fr
 AFLD Agence Française de Lutte contre le Dopage: www.aflld.fr
 FINA Fédération Internationale de Natation: www.fina.org