

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 alactique, 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.aflld.fr](http://www.aflld.fr)



**GUIDE PRATIQUE POUR LES EXAMENS MÉDICAUX DES SPORTIFS DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION (FFN) (Édition mars 2019)**

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](mailto: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	
<b>NATATION COURSE</b>	- effort d'une durée de 30'' à 20' - immersion
<b>NAGE EN EAU LIBRE</b>	- 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
<b>MAÎTRES</b>	- 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
<b>NATATION SYNCHRONISÉE</b>	- endurance avec des périodes d'apnée prolongée - immersion et apnée, voltige et acrobatie - travail en hyperlordose lombaire pouvant générer des conflits postérieurs
<b>PLONGEON</b>	- 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
<b>WATER-POLO</b>	- 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<sup>ère</sup> 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**

**SPORTIFS DE LA FFN CONCERNÉS PAR LES AUT (selon la délibération de l'AFLD du 21 février 2019) :**

- **Nageurs de niveau international** : règlement FINA
- **Nageurs de niveau national** (pour l'application de la réglementation antidopage) :
  - Pour la Natation Course, Eau Libre, Water Polo et Natation Artistique : **Élites, Seniors et Relèves**.
  - Plongeon uniquement les **Élites**
- **Nageurs ne relevant pas des deux niveaux précédents** : possibilité de demander une AUT à titre rétroactif

Niveau de pratique	Licencié non compétiteur	Licencié compétiteur niveau régional	Licencié compétiteur niveau national
<b>Examens</b>			
Fréquence de l'examen	1 fois lors de la 1 <sup>ère</sup> licence (légal)	- 1 fois lors de la 1 <sup>ère</sup> licence (légal) - à renouveler chaque année (légal) - possibilité de répéter dans la saison	
Antécédents, vaccins	oui		
<b>Examen clinique général, suivre particulièrement, en fonction de la discipline</b>			
<b>NATATION COURSE, NAGE EN EAU LIBRE, MAÎTRES</b>	- aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique - gynécologique		
<b>NATATION SYNCHRONISÉE</b>	- 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 <sup>ème</sup> trimestre - suivi diététique (prévention des troubles liés aux carences alimentaires)		
<b>PLONGEON</b>	- aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique	- aspect ORL et - dermatologique - ophtalmologique - poignet	
	grossesse (diagnostic biologique positif est une contre-indication)		
<b>WATER-POLO</b>	- aspect ORL et - dermatologique		
	grossesse (diagnostic biologique positif est une contre-indication)		

## SITES UTILES

FFN Fédération Française de Natation: [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)

AFLD Agence Française de Lutte contre le Dopage: [www.afld.fr](http://www.afld.fr)

FINA Fédération Internationale de Natation: [www.fina.org](http://www.fina.org)