Hôpital du Valais
Spital Wallis

Jeudi de formation continue de médecine interne générale

AULA DE L'HÔPITAL DE SION
JEUDI 21 AVRIL 2016, DE 14H00 À 18H00

"Tout pour la forme mais pour quelle forme ?"

Service de médecine interne générale
Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)

"Tout pour la forme mais pour quelle forme ?"

Hôpital du Valais
Spital Wallis

Tout pour la forme mais quelle forme ?

Journées Européennes de Cardiologie 2016

Tribune Médicale · 22e année · N° 11 · 18 mars 2016

Le sport est-il toujours bon pour la santé ?

Pas sûr, répondent les cardiologues…

BRUXELLES – De façon générale, tout le monde s'accorde pour dire que la pratique régulière d'une activité physique est bénéfique mais est-ce vrai pour tout le monde ? Certainement pas, répondent les cardiologues. Selon que vous êtes un vrai athlète ou un athlète du dimanche matin, selon que vous êtes jeune ou âgé, avec ou sans facteurs de risque cardiovasculaire, fou de squash ou de golf, la réponse va changer… L'avis des spécialistes réunis à Paris pour les Journées européennes de Cardiologie[1].

Finalement, le maître-mot reste d'adapter l'activité physique aux capacités physiologiques et de ne les améliorer qu'en suivant un entraînement approprié.

Photo : Shutterstock

La pratique régulière d'un sport améliore les facteurs de risque cardiovasculaire et la morbi-mortalité avec moins d'événements cardiovasculaires, d'insuffisance cardiaque, d'AVC et d'hospitalisations. Sur ce point, la littérature est claire. Dans la *Finnish Twin Cohort* (434 sujets de 25 à 64 ans), le risque de mortalité

mise en garde quant aux risques en cours. Dans ce contexte, l'interrogatoire du sportif ou « futur sportif » est primordial pour bien

Faut-il un ECG et un test à l'effort ?

Aux États-Unis, un certificat d'apti-

Le sport révèle-t-il de la pathologie ?

Chez le jeune athlète, le sport est un facteur de risque de mort subite avec 2,3 décès par 100 000 patients-années, un risque relatif de 2,5 par rapport aux non-athlètes et une forte prédominance de mort subite chez l'homme (H/F : 10/1). Le risque de mort subite découle [illegible] génétiques [illegible] pathies, *etc.* avec une variabilité géographique due à des facteurs génétiques et culturels. Aux États-Unis, la mort subite du jeune athlète résulte le plus souvent de cardiomyopathies hypertrophiques et de [illegible] dissections aortiques, de myocardites ou de dysplasies arythmogènes[1]. En Europe, on retrouve plus souvent des dysplasies arythmogènes des [illegible] de la valve mitrale ou des myocardites. En particulier pour les arythmies, une méta-analyse de six études[2] incluant des athlètes entraînés conclut à un risque de fibrillation auriculaire multiplié [illegible] toutes circonstances, il faut se dire que le sport ne provoque pas la pathologie, il la révèle.

Est-ce utile ou non ?

La question est toujours débattue chez l'adulte asymptomatique en bonne santé. Par contre, les données sont moins équivoques chez l'athlète. De façon générale, un ECG pratiqué avant 25 ans vise à détecter des anomalies à risque de mort subite (cardiomyopathies hypertrophiques, syndrome de Brugada, QT long, dysplasies arythmogènes, *etc.*). La spécificité est d'environ 75 % avec des faux positifs qui vont justifier des examens complémentaires parfois inutiles. Peut-on augmenter la spécificité ? Une étude[3] a comparé chez des athlètes noirs et blancs, le taux d'anomalies révélé par les critères ESC, les critères de Seattle et des critères Seattle repensés. Les taux d'anomalies chez les athlètes blancs

Rôle paradoxal : discours d'encouragement et de mise en garde

834 cyclistes du Tour de France, espérance de vie allongée de 17% réduction de mortalité de 41%

"Tout pour la forme mais pour quelle forme ?"

Hôpital du Valais
Spital Wallis

Tout pour la forme mais quelle forme ?

14:15 **Je cours après mon âge et ma forme**
Dr Martial Coutaz, chef service de gériatrie, Martigny

14:45 **Quel bilan cardio-vasculaire avant une activité sportive**
Dr Valérie Duchatelle, service de cardiologie, Sion

15:15 **Activité physique et santé: courbe dose réponse**
Dr Pierre-Etienne Fournier, médecine du sport, CRR SUVA

15:45 **SLA : une maladie au-delà de la perte de mouvement**
Dr Didier Genoud, service de neurologie, Sion et Martigny
Dr Anne Vacanti-Robert, service soins palliatifs, Martigny

16:00 **Pause café**

ATELIERS

Aula

SLA, il y a tant de choses à faire

Dr Didier Genoud, service de neurologie, Sion et Martigny

Modératrice : Dr Anne Vacanti-Robert, chef du service des soins palliatifs, Martigny

A243
A244

Circuit training à tout âge

M. Christophe Baur, physiothérapeute, Martigny

Modératrice : Mme Sarah Fournier, responsable du secteur médico-thérapeutique CHVR

Tout pour la forme mais quelle forme ?

17:15 Aula **Le patient diabétique en pleine forme**

Dr François Jornayvaz,
service de diabétologie, CHUV, Lausanne

18:00 **Evaluation, remise des attestations et apéritif**

Lien pour accéder aux présentations :

http://www.hopitalvs.ch/jeudismig

Tout pour la forme mais quelle forme ?

Evaluations

Les jeudis de formation continue de médecine interne générale

Jeudi 21 avril 2016, AULA, Hôpital de Sion

Les présentations et ateliers remplissaient l'objectif de formation:

1 = insatisfait(e)
6 = particulièrement satisfait(e)

Première partie			1	2	3	4	5	6
A.	Je cours après mon âge et ma forme	Dr Martial Coutaz	☐	☐	☐	☐	☐	☐
B.	Quel bilan cardio-vasc. avant une activité	Dr Valérie Duchatelle	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C.	Activité physique et santé : courbe dose…	Dr Pierre-Etienne Fournier	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D.	SLA : Maladie au-delà de perte mouvement	Dr Didier Genoud Dr Anne Vacanti-Robert	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Deuxième partie, cocher l'atelier auquel vous avez participé								
☐	ATELIER 1 : SLA, Il y a tant à faire	Dr Didier Genoud Dr Anne Vacanti-Robert	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	ATELIER 2 : Circuit training à tout âge	M. Christophe Baur Mme Sarah Fournier	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Présentation finale								
E.	Le patient diabétique en pleine forme	Dr François Jornayvaz	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Evaluation, suite							
1.	L'organisation était exempte de reproche	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2.	L'ambiance était agréable et constructive	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3.	J'ai acquis de nouvelles connaissances utiles dans ma pratique	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4.	C'est avec compétence que l'on a répondu à mes questions	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5.	Aucune influence des sponsors n'est à relever durant le séminaire	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6.	J'ai choisi cette formation car j'avais des lacunes dans le thème abordé	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7.	J'ai acquis de nouvelles stratégies permettant d'améliorer mon travail	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8.	Je donnerai volontiers, dans deux mois des renseignements sur ce qui a changé dans ma pratique à la suite de cette formation	Oui ☐		Non ☐			

Nom, Adresse (facultatif)

Remarques et suggestions :

Tout pour la forme mais quelle forme ?

Prochaines formations :

- **Journée romande d'hépatologie**
  Jeudi 12 mai 2016, Sion
  La stéatopathie ou le foie gras non alcoolique
- **Symposium inaugural du service de néphrologie**
  Jeudi 2 juin 2016, Sion

Programme 2015 - 2016

- Jeudi 17 septembre 2015, Martigny
  Chronicité, Prévention et traitements
- Jeudi 18 février 2016, Sion
  Des biomarqueurs aux anticorps, Obésité
- Jeudi 21 avril 2016, Sion
  Tout pour la forme mais quelle forme
- Jeudi 9 juin 2016, Sion
  Psychiatrie et médecine de premier recours

Hôpital du Valais
Spital Wallis

Remerciements

- ✓ **Hôpital de Sion : salles, informatique, restauration**
- ✓ **Mme Laurence Vocat**
- ✓ **Nos orateurs, modérateurs**
- ✓ **Sociétés**

SWISSFAMILYDOCS

mfe
Médecins de famille et de l'enfance Valais
Hausärzte und Kinderärzte Wallis

AIM/MIG CREDITS

- ✓ **Sponsors**

Abbott
AstraZeneca
Bayer
Boehringer Ingelheim
Bristol-Myers Squibb
Daiichi-Sankyo
gsk
janssen
LEO
MENARINI
MSD
mundipharma
NORGINE
NOVARTIS
novo nordisk
Pfizer
SANOFI
SERVIER
sigma-tau
Takeda
Vifor Pharma