



Articles publiés  
sous la direction de

**ANNE-  
EMMANUELLE  
AMBRESIN**

Division  
interdisciplinaire de  
santé des adolescents  
(DISA), Département  
femme-mère-enfant,  
CHUV et Université  
de Lausanne

**BORIS GOJANOVIC**

Health and  
Performance Medical  
Director, Swiss  
Olympic Medical  
Center, Hôpital de La  
Tour, Meyrin  
Et Centre  
interdisciplinaire de  
médecine du sport  
pour adolescents,  
Département  
femme-mère-enfant,  
CHUV et Université  
de Lausanne

**STÉPHANE TERCIER**

Centre  
interdisciplinaire de  
médecine du sport  
pour adolescents,  
Et Unité pédiatrique  
de chirurgie  
orthopédique et  
traumatologique  
(UPCOT),  
Service de chirurgie  
de l'enfant et de  
l'adolescent,  
Département  
femme-mère-enfant,  
CHUV et Université  
de Lausanne

# La Santé pour la performance: chimère idéaliste ou changement de paradigme essentiel dans la pratique du sport?

**Drs ANNE-EMMANUELLE AMBRESIN, BORIS GOJANOVIC et STÉPHANE TERCIER**

En janvier 2020, la région lémanique accueillera les Jeux Olympiques de la Jeunesse (JOJ). Cet événement, qui existe depuis 2010, réunira 1880 athlètes de 15 à 18 ans pour des compétitions de sports d'hiver. Si le sport et la performance sont bien les moteurs du rendez-vous aux 5 anneaux, la mission des JOJ s'inscrit dans les valeurs d'apprentissage, de rencontre et de partage. Ce sont ces valeurs positives du sport qui sont mises en avant et qui soulignent l'opportunité unique d'investir dans la jeunesse d'aujourd'hui pour favoriser une population adulte de demain en pleine santé. Les adolescents sportifs vont jouer un rôle d'ambassadeur actif dans leur communauté afin de promouvoir ce message. On pourrait stopper le film de promotion ici et se réjouir de cette opportunité d'accélération des infrastructures sportives pour les générations futures. Le sport n'est-il pas ce vecteur de santé physique et psychosociale complète?

En posant un regard critique sur la médecine du sport, on constate que la branche s'est développée en dilettante dans les années 70 et 80 sur fond de transpiration et de blessures au bord des terrains de jeux et des stades, tel un hobby pour ses pratiquants, en marge de leur vraie vie de médecin. On s'y intéressait aux besoins évidents des athlètes: blessures, recherche de performance et amélioration de l'entraînement. Les années 90 ont vu l'éclosion de la branche au niveau international avec des curricula qui se sont imposés, et l'approche scientifique qui a posé les bases d'un travail fondé sur les preuves. Dès les années 2000, une certaine prise d'altitude a permis de questionner les problèmes complexes dans le sport: fatigue cumulée, pression

à la performance, risques du dopage, troubles des conduites alimentaires, risque à long terme des blessures et leur prévention, ainsi que la survenue de situations de maltraitance.

La décennie que nous terminons nous a amenés à un niveau supérieur de discussion. Une forme de métaréflexion sur le rôle et l'impact tant sociétal qu'individuel du sport, en particulier pour ce qui est de sa pratique précoce intensive, avec impératif de performance. Ces derniers éléments s'accompagnent inévitablement d'un cortège de risques et problèmes réels rencontrés par les professionnels de santé. Les plus marquants sont relatés dans les médias; on pense principalement aux problèmes de dopage, de blessures aux conséquences durables (se référer aux déclarations de

Lindsey Vonn ou d'Andy Murray), et dernièrement aux abus sexuels commis aux dépens des gymnastes américaines. On parle moins souvent des pressions sur le poids, soit directes (sports à catégories de poids), soit indirectes (sports artistiques jugés ou d'endurance), qui empoisonnent l'image de soi de nombreuses jeunes adolescentes (les garçons ne sont pas exempts du problème).

Au cours des années 2010, ces réflexions plus complexes ont imposé la nécessité d'un travail d'équipe dans le domaine de la santé, mettant l'interdisciplinarité au service de la santé et du bien-être des jeunes athlètes. Bien que le milieu du sport comprenne la notion de «jeu d'équipe», ce dernier prend une nouvelle dimension en y ajoutant les professionnels de la santé qui comprennent les défis du monde sportif, tout en conservant les valeurs éthiques et déontologiques

**LE «JEU  
D'ÉQUIPE» PREND  
UNE NOUVELLE  
DIMENSION EN Y  
AJOUTANT LES  
PROFESSIONNELS  
DE LA SANTÉ**

de protection de la santé des athlètes et du développement positif des jeunes. Ces valeurs sont également présentes dans le Code Médical du Mouvement Olympique.<sup>1</sup> Face à ces besoins, le CHUV a mis sur pied une consultation interdisciplinaire de médecine du sport de l'adolescent, la consultation SportAdo, issue de la collaboration entre la Division interdisciplinaire de santé des adolescents (DISA) et l'Unité pédiatrique de chirurgie orthopédique et traumatologique (UPCOT), du Département femme-mère-enfant (DFME).<sup>2</sup> Celle-ci réunit les spécialistes de la médecine du sport, de la santé des adolescents, de la psychologie, de la nutrition ou de la rééducation sportive. Elle s'appuie également sur un réseau de spécialités médicales fréquemment nécessaires à la prise en charge complète (gynécologie, pneumologie et cardiologie pédiatrique, neuropédiatrie, entre autres). Sa mission s'inscrit aussi fortement dans le réseautage avec les milieux du sport et la formation des intervenants du terrain, qu'ils soient professionnels de la santé ou du sport.

Nous voici donc à la porte de 2020 et d'une nouvelle décennie, avec de nouveaux défis à aborder, armés de l'expérience des 50 années résumées ci-dessus. Elle va démarrer en coup d'éclat par les JOJ 2020 à Lausanne, et nous

ne pouvions rêver une plus belle opportunité de poser les jalons d'une pratique saine du sport pour les jeunes, à condition de ne pas laisser le scintillement des Jeux nous masquer les yeux. Nous vous présentons dans ce numéro de la *Revue Médicale Suisse* plusieurs articles sur des thématiques classiques et problématiques du sport chez les adolescents, et surtout nous aimerions profiter des JOJ 2020 pour poser la vision nouvelle d'un sport qui met en avant un principe sur lequel beaucoup peuvent s'accorder: *Heath for Performance*, soit la Santé au service de la Performance. L'étape suivante est de passer du principe à son intégration sur le terrain et sera au centre des événements éducatifs du village olympique, dans le magnifique Vortex construit sur le site de l'Université de Lausanne. La performance ne peut se comprendre que si la santé est mise en avant. Cette santé-là se doit aussi de garantir sa durabilité, et elle se comprend dans ses dimensions physiques, psychiques et sociales. Permettons ensemble à la décennie 2020 de devenir celle qui réunira les acteurs du sport et de la santé, dans un souci d'implémentation dynamique de ces principes, avec au centre, le respect des droits de l'enfant et de l'adolescent.

**LA PERFORMANCE  
NE PEUT SE  
COMPRENDRE  
QUE SI LA SANTÉ  
EST MISE EN  
AVANT**

## Bibliographie

1

International Olympic Committee. Olympic Movement Medical Code 2016. [https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/IOC/Who-We-Are/Commissions/Medical-and-Scientific-Commission/Olympic-Movement-Medical-Code-31-03-2016.pdf#\\_ga=2.21164472.227761625.1558187163-494586008.1551975350](https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/IOC/Who-We-Are/Commissions/Medical-and-Scientific-Commission/Olympic-Movement-Medical-Code-31-03-2016.pdf#_ga=2.21164472.227761625.1558187163-494586008.1551975350). Report. Access date: May 18th 2019.

2

Consultation SportAdo du CHUV, [www.chuv.ch/fr/disa/disa-home/adolescents/quelles-consultations/medecine-du-sport/](http://www.chuv.ch/fr/disa/disa-home/adolescents/quelles-consultations/medecine-du-sport/). Access date: May 19th 2019.