

## MEDTRAINING

16 rue Francis de Pressensé

33110 Le Bouscat

Email : medtrainingformations@gmail.com

Tel : +33682510214



# Maladie coronaire et pratique sportive - RÉF DPC N°73382425086

*Il apparaît désormais évident que la pratique d'une activité physique et sportive (APS) permet de réduire les risques de pathologies cardio-vasculaires et d'en améliorer le pronostic. Dans ce sens les recommandations générales soutiennent l'intérêt d'une APS régulière de 150 minutes minimum par semaine et la réalisation systématique d'un programme de réhabilitation au décours immédiat d'un accident cardio-vasculaire (recommandation de grade A).*

*Il n'en reste pas moins que la pratique d'une APS, notamment intense, de par des phénomènes de torsion myocardique, d'élévation de la pression artérielle, de sécrétion de catécholamines, de modifications hydro-électrolytiques peut être la gâchette amenant le patient à risque à présenter un évènement coronarien aigu qui est d'autant plus dramatique que le sportif se sent le plus souvent protégé par sa pratique et dont la physiopathologie reste différente que lors d'un syndrome coronarien de « repos ». L'éducation de ces populations, le dépistage de la maladie coronaire selon le niveau de risque et l'orientation de la pratique sportive se doit donc d'être systématiquement discuté chez nos patients en prévention primaire mais également secondaire.*

*Dans ce sens, les recommandations semblent désormais relativement claires dans le cadre du dépistage de la maladie coronaire en prévention primaire se basant sur l'évaluation du niveau de risque selon le SCORE 2. En découle la réalisation ou non, et ce en fonction du niveau d'intensité de la pratique souhaitée (endurance, force, mixte ou « skills »), d'un test de dépistage (sont alors discutés la pratique d'un test à l'effort voire d'une imagerie coronaire). La place de la mesure du score calcique sera alors discutable car débattue dans les populations les plus sportives ou au-delà de 65 ans du fait d'une incidence plus fréquente d'athérome calcifié chez ces derniers.*

*Dans le cadre d'une pratique de loisir intense voire en compétition chez les patients en prévention secondaire d'un évènement coronaire, les recommandations restaient jusque-là très restrictives n'autorisant que de des efforts doux généralement au-dessous du premier seuil ventilatoire source fréquente de frustration chez nos sportifs. Par la suite les recommandations US de 2015 ont créé la surprise en devenant très permissives. Enfin, les recommandations européennes ESC parues en 2020 ont permis de donner une marche claire à suivre chez nos patients sportifs victimes d'un syndrome coronaire aigu et chronique, et ce, en fonction du statut clinique, anatomique, rythmique et mécanique autorisant le plus souvent le maintien d'une pratique sportive intense. Néanmoins, il est justifié d'être vigilant chez nos patients les plus à risque et notamment au-delà de 60 ans. Seront alors abordées les limites encore non résolues et les zones d'ombres altérant malheureusement encore parfois le pronostic de certains (risque rythmique résiduel, résistance aux anti-agrégants, récurrence ischémique).*

**Durée :** 3.00 heures

### Profils des stagiaires

- Médecine générale
- Médecine cardiovasculaire

### Prérequis

- Cardiologues et médecins généralistes.

### Objectifs pédagogiques

- Savoir aborder de façon théorique mais également pratique l'évaluation du patient en prévention primaire et secondaire au regard de sa pratique sportive souhaitée en approchant de façon didactique les enjeux physio-pathologiques de l'APS dans le bénéfique et le risque coronaire et de permettre au praticien de trouver des clefs de réponse simples dans un contexte pathologique fréquent.

## MEDTRAINING

16 rue Francis de Pressensé

33110 Le Bouscat

Email : medtrainingformations@gmail.com

Tel : +33682510214



- Savoir orienter et informer le patient afin de lui fournir une information préventive adaptée le plaçant également au centre de sa pathologie afin de le responsabiliser quant à ses choix sportifs.

### Contenu de la formation

- Séquence 1 (15 min)
  - Introduction et rappels épidémiologiques concernant l'augmentation progressive du nombre de pratiquants officiels à une APS et à une augmentation progressive des âges de pratique. Rappels des bénéfices à la pratique régulière d'une APS en termes de morbi-mortalité cardiaque et notamment coronaire dans la population générale avec la question résiduelle d'un effet maximal au-delà duquel l'exercice deviendrait délétère.
- Séquence 2 (20 min)
  - Exposé autour de l'incidence de la maladie coronaire chez le sportif en s'appuyant sur des études récentes utilisant notamment le score calcique et le coroscaner dans l'évaluation de celle-ci dans la population étudiée. Le message essentiel est qu'il existe une charge athéromateuse non négligeable à prédominance calcifiée dans la population sportive, y compris chez les femmes, avec une intensité-dépendance mais sans altération pronostique. Nous y évoquons les explications physiopathologiques.
- Séquence 3 (10 min)
  - Exposé des recommandations concernant le dépistage de la maladie coronaire en prévention primaire dans la population sportive en s'appuyant sur les dernières recommandations de l'ESC, le score SCORE 2, les outils de dépistage à l'effort et l'imagerie coronaire.
- Séquence 4 (20 min)
  - Exposé des recommandations historiques et récentes de la pratique sportive chez le coronarien avéré en notant que si les premières recommandations étaient très restrictives, les plus récentes laissent une liberté plus importante la pratique sportive en compétition chez nos patients coronariens sous couvert d'une analyse fonctionnelle, rythmique et anatomique rigoureuse.
- Séquence 5 (90 min) Mise en situation pratique Evaluation des pratiques professionnelles
  - Cas clinique autour d'un dossier d'un sportif qui souhaite reprendre une APS soutenue après un SCA. Discussion autour du délai avant retour la pratique sportive et des outils de suivi. Introduction de l'intérêt de la réalisation de la VO2 max pour l'adaptation des plans d'entraînement dans ce contexte et de l'utilité potentielle du cardiofréquence-mètre.

### Organisation de la formation

#### Equipe pédagogique

L'équipe pédagogique se compose de médecins experts dans les domaines de la cardiologie et de la pédiatrie.

#### Modalités pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Supports de formation (topos powerpoint)
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Envoi des supports après la formation
- Échanges questions / réponses après chaque séquence - orateurs / participants

#### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Envoi d'un QCM pré et post test
- Formulaire questionnaire de satisfaction

## MEDTRAINING

16 rue Francis de Pressensé

33110 Le Bouscat

Email : medtrainingformations@gmail.com

Tel : +33682510214



- Certificat de réalisation de l'action de formation

**Prix de la formation :** 285.00 €

### **Modalités de certification :**

- Amélioration des pratiques professionnelles
- Délivrance d'une attestation DPC

**Délai d'accès :** 1 jour

**Programme mis à jour le :** 18 novembre 2024

**Contact :** medtrainingformations@gmail.com

**[Accessibilité aux personnes en situation de handicap](#)**