



La **santé**
GAGNE
l'entreprise

Êtes-vous apte à la pratique du sport qui vous plaît ?

Vouloir faire du sport est une chose, y être apte physiquement en est une autre. C'est au médecin traitant qu'il revient d'établir le certificat médical, indispensable pour la délivrance de la licence sportive ou la pratique d'un sport en compétition.

Le certificat médical nécessaire à la pratique d'un sport en club (licence sportive) ou en compétition est obligatoire. Ce « feu vert » délivré par le médecin ne se signe pas à la va-vite entre deux patients mais réclame un examen clinique attentif et un interrogatoire minutieux.

Une absence de contre-indications

Le certificat médical ne valide pas l'aptitude du patient à pratiquer son sport, mais l'absence d'une contre-indication qui rendrait sa pratique dangereuse : plongée en cas d'asthme, squash et obésité, sports de combat et fragilité osseuse génétique, épilepsie et escalade... vous l'aurez compris, le médecin traitant est le mieux placé car il connaît vos antécédents médicaux et familiaux et votre état de santé actuel.

Bilan cardiovasculaire...

Prévenir l'arrêt cardiaque, secondaire à un infarctus ou à un trouble grave du rythme cardiaque, est la priorité du médecin qui va s'attacher à mesurer la tension artérielle, ausculter le cœur, palper le pouls et bien entendu, à rechercher les facteurs de risques cardiovasculaires qui font craindre une obstruction des artères coronaires : hypertension artérielle, diabète, surpoids, cholestérol, tabagisme et excès d'alcool.

... et dépistage d'anomalies du squelette

L'examen clinique doit être complet. Le médecin va rechercher des anomalies squelettiques susceptibles d'entraîner un risque médical lors de la pratique du sport concerné, comme l'existence d'une hernie discale, d'une scoliose ou d'une jambe plus courte.

Recours au spécialiste

Et rien n'empêche le médecin de recourir à une analyse sanguine si besoin ou à un spécialiste en cas de doute : cardiologue (tests d'effort) ou pneumologue (tests respiratoires). Reste également le médecin du sport, plus apte à conseiller le patient lors de sa pratique sportive.

Plus d'informations sur : www.lasantegagnentreprise.fr

03 87 18 40 53
christelle.gourdin@harmonie-mutuelle.fr
www.protection-sociale-entreprise.fr



Harmonie Mutuelle, spécialiste de la protection sociale en entreprise, 1^{re} mutuelle santé de France.



Harmonie mutuelle

En harmonie avec votre santé

www.harmonie-mutuelle.fr

Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la mutualité, n° Siren 538518473. Siège social : 143, rue Blomet - 75015 Paris. DirCom - 01/15 - © Thinkstock