



COMITE INTERNATIONAL OLYMPIQUE
Mon Repos, Lausanne, Suisse
Tel. 22.94.48

EXPERIENCES MEDICO-SPORTIVES EN ALTITUDE

Extraits d'un article de Jean Bobet (1)

"Il y a des gens qui paieront de leur vie leur participation aux Jeux olympiques de 1968.." Ainsi s'est exprimé dans le journal britannique l'Observer le champion olympique Christopher Brasher, vainqueur de l'épreuve du 3000 mètres steeple aux Jeux de Melbourne.

C'était il y a deux ans. Je rentrais d'un voyage à Mexico où j'avais essuyé le refus poli mais ferme du docteur Eduardo Hay, directeur général du Centre sportif olympique mexicain, de répondre à des questions sur le problème de l'altitude de la ville olympique (2300 mètres).

L'attitude officielle des Mexicains était d'affirmer péremptoirement que l'altitude de leur capitale ne posait aucun problème.

Tout naturellement, cette fermeté de l'attitude mexicaine d'une part et la circulation de rumeurs plus ou moins fondées d'autre part devaient peu à peu provoquer une véritable psychose de l'altitude.

Après quelques mois de démonstration de "médecine foraine" - bouteilles d'oxygène jonchant les stades, prises de sang sur le terrain et autres manifestations spectaculaires - les spécialistes se mirent au travail pour une exploration sérieuse.

* *
*

L'Union soviétique, l'Italie, l'Allemagne fédérale, la Hongrie et Cuba ont engagé des moyens très importants dans la préparation olympique.

Les expériences françaises ont porté sur trois chapitres :

- 1) Etude cardio-vasculaire. - Il a rapidement été démontré, par comparaison d'électrocardiogrammes notamment, que les problèmes à traiter n'étaient pas essentiellement d'ordre cardiaque;

./.

(1) le Monde - 13 octobre 1967

2 - Expériences médico-sportives en altitude

- 2) Etude respiratoire et pneumologique. - Il s'agissait d'une phase essentielle portant sur la fixation de l'oxygène au niveau du sang. Des expériences antérieures faites sur les mineurs boliviens avaient apporté des indications utiles;
- 3) Exploration hormonale et urinaire. - Ces travaux, entrepris en octobre 1966, ont révélé les phénomènes d'adaptation à l'altitude et expliqué, notamment par une baisse de régime des fonctions des glandes surrénales et de l'ensemble du système endocrinien, le fameux "coup de pompe" ressenti par les athlètes entre le neuvième et le douzième jour.

Le docteur Thiébault, attaché au Ministère de la jeunesse et des sports, et responsable du groupe médical de la délégation française à Mexico, résume ainsi les conclusions de ces expériences menées depuis plus de deux ans :

PAS DE DANGER VITAL. - En aucun cas, l'altitude de Mexico ne peut provoquer la mort d'athlètes en bonne santé. Le professeur Plas, cardiologue français, a lui-même écrit : "On ne court aucun risque de troubles de santé à Mexico, même après de gros efforts physiques." En raison même des limites physiologiques qu'elle impose, l'altitude agit comme une sonnette d'alarme précoce : à Mexico, l'athlète ne peut pas aller trop loin. On notera un déficit dans les performances et dans les temps de récupération, mais ce déficit sera d'autant plus faible que le sujet aura été mieux adapté aux conditions de l'altitude. Une parenthèse s'impose ici pour dénoncer les effets particulièrement néfastes que pourrait avoir le dopage en altitude. Les produits dopants seraient d'autant plus dangereux à Mexico qu'ils supprimeraient la sonnette d'alarme. La mort du cycliste Tom Simpson au sommet du mont Ventoux illustre cette notion de façon tragique.

PAS DE PRINCIPE GENERAL. - Les Américains avaient démontré dès 1964 qu'il était impossible de définir un principe de l'adaptation à l'altitude. Il est incontestable que les athlètes réagissent différemment et qu'ils ont un coefficient d'adaptabilité très variable. Les observations relevées par les entraîneurs français semblent indiquer que les sujets de forte musculature éprouvent une plus grande difficulté à séjourner en altitude.

Ce coefficient d'adaptabilité jouera un rôle très important au moment des Jeux olympiques car il conditionnera l'entraînement. C'est une chose de vivre à 2300 mètres. C'est une autre chose de s'entraîner à 2300 mètres.

./.

LE ROLE DU PSYCHISME. - Il est établi qu'une préparation psychique appropriée peut améliorer ce fameux coefficient d'adaptabilité. Nous avons personnellement constaté que les athlètes psychologiquement préparés se préoccupaient davantage à Mexico de la composition de leurs séries éliminatoires ou de leur temps de passage que des résultats de leurs analyses de sang.

Le docteur Warren Guild, président du Collège de médecine sportive des Etats-Unis, a poussé plus loin ses conclusions en abordant le thème de l'état émotif de l'athlète. Il affirme que le choc ("strees") engendré par les conditions difficiles de compétition, loin d'amoinrir la forme du champion, devrait au contraire l'augmenter momentanément en raison du stimulant hormonal qu'il provoque.

Chaque athlète devra à Mexico compter avec son "intelligence musculaire" qui déterminera en quelque sorte le taux d'admission d'oxygène dont il pourra disposer. Le champion olympique au sabre, le Hongrois Tibor Pesza, a déjà révélé qu'il adopterait une technique d'escrime d'une grande économie de mouvements.

Cette stimulation de l'intelligence aurait sans doute rassuré le baron Pierre de Coubertin qui souhaitait dès 1913 que l'attention médicale, trop exclusivement physiologique à son gré, se tournât vers la psychologie.

En revanche, le rénovateur des Jeux olympiques n'aurait sans doute pas apprécié ce qui se prépare au-delà de Mexico. Les performances établies l'an dernier par le Français Alain Mosconi à Acapulco et par l'athlète Roelants en Belgique, au lendemain de leur séjour dans la capitale mexicaine, ont incité des organisateurs à monter des revanches olympiques qui devraient provoquer la chute de nombreux records du monde en novembre 1968. Ces nouveaux records mettront en évidence le caractère bénéfique de la mise en condition privilégiée en altitude. Le record risque alors d'être favorisé par une préparation artificielle et le champion téléguidé par le résultat d'observations cliniques. La notion de champion-laboratoire soulèvera un débat intéressant.

Le docteur Eduardo Hay, directeur du Centre sportif olympique mexicain, rappelle que les Jeux sont faits pour encourager la fraternité des peuples et non pour fixer la limite physiologique de l'être humain. Mais en juillet dernier, un important séminaire international groupant des savants du monde entier a consacré ses travaux à l'athlète olympique. Il s'agissait d'étudier scientifiquement les facteurs génétiques et biologiques qui permettent le développement de conditions exceptionnelles de fonctionnement de l'organisme humain.

* *
*
*
*