



Sport et puberté

par le Professeur Giuseppe La Cava

Président de la Fédération Internationale de Médecine Sportive, le Professeur Giuseppe La Cava contribue régulièrement à la « Revue Olympique ». Eminent chirurgien orthopédiste, il est professeur de médecine sportive à l'Institut national d'éducation physique à Rome, et membre de la Commission médicale du CIO. Son œuvre littéraire est considérable, puisqu'il a publié plus d'une centaine de travaux sur la médecine sportive, un livre: « Manuale pratico de Medicina Sportiva » (voir « Revue Olympique » No 76-77), et qu'il est directeur du « Journal of Sports Medicine ». Cet article veut être une explication de la résolution adoptée récemment par la FIMS à Melbourne et qui suit cet article.

Depuis plusieurs années, la moyenne d'âge des concurrents participant aux manifestations sportives nationales et internationales décroît rapidement. Jour après jour, les informations sportives font état de victoires et de records, battus par des personnes très jeunes et dont le physique est encore en pleine croissance. Certes, à cet âge-là, la structure du corps se prête particulièrement bien aux performances dans certains sports comme, par exemple, la natation. Mais, il n'en est pas moins vrai que l'effort intense et prolongé, requis par l'entraînement aux compétitions de haut niveau, se répercute sur le système cardio-vasculaire qui, en plein développement, est particulièrement sensible à ces sollicitations.

Au cours des dix dernières années, le professeur Plas a observé chez les adolescents soumis à un entraînement espacé l'apparition fréquente de troubles cardiaques, inexistantes par le passé.

Andrew et ses collaborateurs (« Journal de physiologie appliquée » 2-1972) ont constaté, lors d'une vaste étude portant sur les jeunes soumis à un entraînement intense, une absence de cette hypertrophie cardiaque, typique de l'adaptation à l'effort des athlètes adultes.

La puberté en elle-même est déjà, pour l'organisme, une charge susceptible de provoquer des troubles. Si, pendant cette période, l'individu s'entraîne jusqu'aux limites extrêmes de ses possibilités, la stimulation que la puberté exerce spontanément sur les glandes endocrines s'ajoute à celles dues à l'activité du système moteur; par conséquent, la charge fonctionnelle du développement physique s'ajoute à celle de l'entraînement. Il en résulte un cercle vicieux d'action cumulative dont les effets négatifs apparaissent parfois au stade initial, mais le plus souvent seulement par la suite. Nous savons tous que les étoiles du sport ne brillent pas longtemps. En effet, les jeunes athlètes, spécialisés trop tôt dans une discipline sportive, ne tardent pas à disparaître de la scène.

Le choix prématuré d'une spécialisation sportive peut avoir de nombreuses raisons. Sans doute est-il fonction de l'évolution actuelle des sports et de la « philosophie du succès », caractéristique de l'homme moderne. Une victoire sportive n'est plus une performance individuelle, mais bien un symbole de supériorité par rapport à la collectivité à laquelle l'athlète appartient. Il en résulte un développement du sport professionnel, utilisé comme moyen d'ac-

céder à une position économique et sociale élevée.

A cet âge, les cartilages déterminant la croissance sont encore actifs et réagissent à l'action mécanique du mouvement; si ce dernier est anormal ou concentré sur une partie déterminée du corps, il peut donner lieu à l'apparition d'anomalies physiques telles que la scoliose (déviation latérale de la colonne vertébrale), notamment chez les individus qui y sont sujets.

Nous ne pouvons négliger les effets microtraumatisants que les mouvements intenses et répétés exercent sur les cartilages.

Avant et pendant la puberté, une préparation athlétique de base, graduelle et progressive, est à tout point de vue la seule et la meilleure méthode pour parvenir, par la suite, à des résultats maximums dans n'importe quelle discipline sportive.

G.L.C.
