

Les Jeunes et le Sport: JUST MOVE ?

Cardiopathies congénitales: Où sont les limites ?



Dr. K. Wagner

Cardiologie Pédiatrique

Centre Hospitalier du Luxembourg - Kannerklinik

Shawn White
Snowboarder
Medaille d'Or Olympic 2006 & 2010
Tétralogie de Fallot
2 opérations au coeur ouvert

C'est fou ?

Super ?

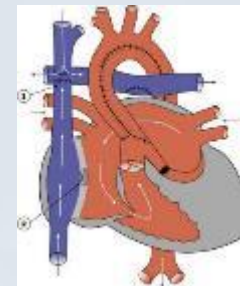
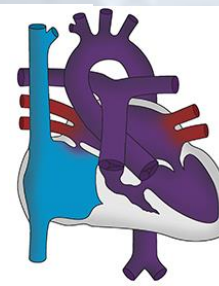
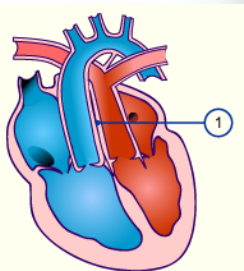
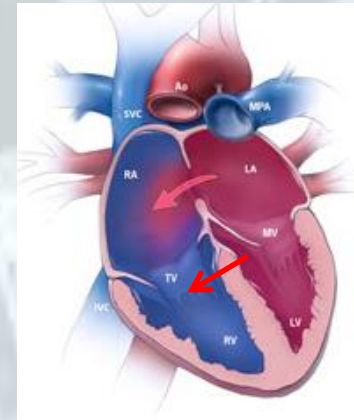
Allez - y enfants cardiaques ?

Où sont les limites ?



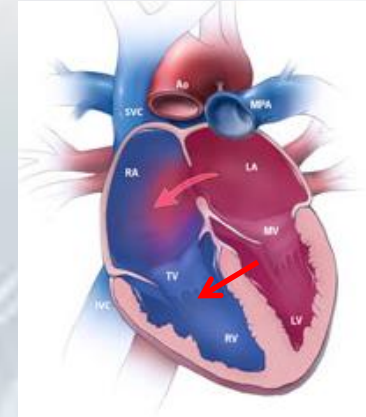
Démographie

- 0.8% des nouveaux nés
- 2/3 “cardiopathies simples”
 - simple “trou” (CIV ou CIA)
 - Légère anomalie d’une des valves
- 1/3 “cardiopathies complexes”
 - Anomalies combinées
 - Intervention chirurgicale



Cardiopathies „simples“

- sans répercussion hémodynamique
- sans séquelles résiduelles
- Surveillance régulière / accord cardiologue



- SANS RESTRICTION -

Foramen ovale ouvert – pas de plongé sous-marine



Euroheart Survey on Congenital Heart Disease 2004



36% of patients had a reduced FC (II –IV)





surprotection

angoisse

manque
d'information

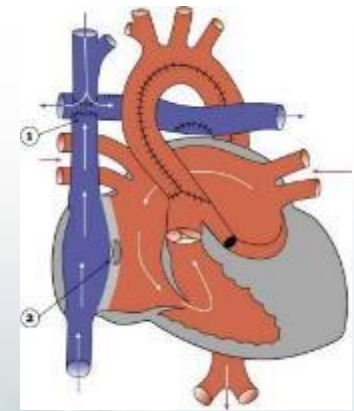
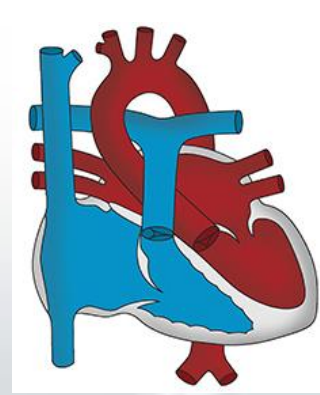
isolation

déficits moteurs
déconditionnement

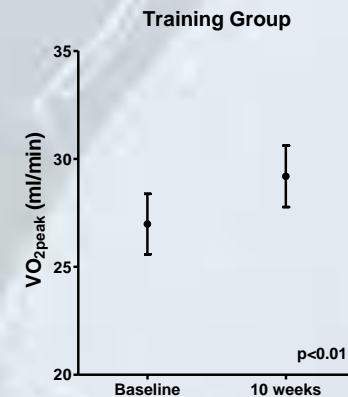
manque de
confiance en
soi



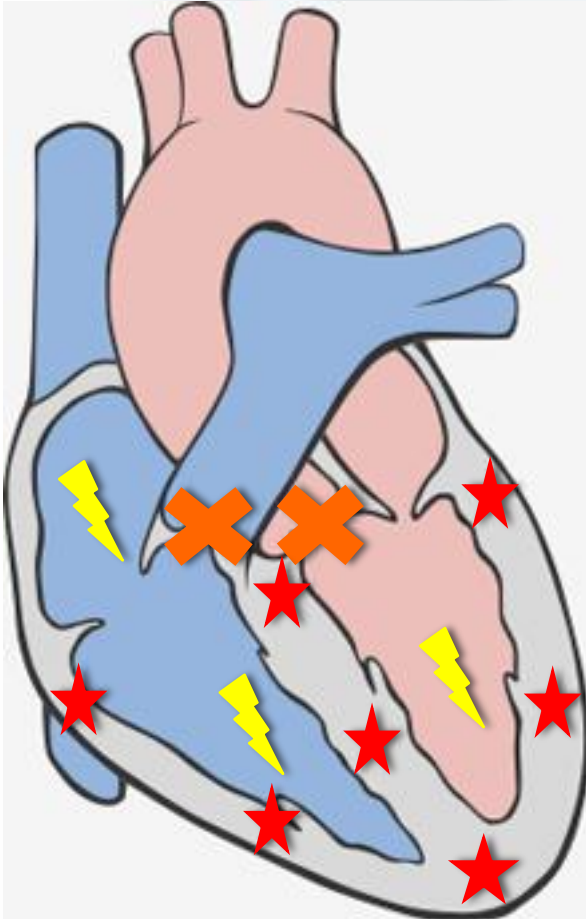
Activité physique et le coeur



- Patients avec cardiopathies congénitales peuvent améliorer leur capacité fonctionnelle par un entraînement physique guidé
- Répercussion positive sur
 - Santé physique ↓ risque cardiovasculaire
↓ hospitalisation
 - Santé mentale ↑ qualité de vie
↑ confiance en soi



Fonction Cardiaque



- Débit cardiaque (l/min)
= volume éjecté x fréquence

- Effort physique
= débit cardiaque **↑** x 3 – 5

- PROBLÈMES:

- ① obstruction des voies d'éjection **×**

- ② troubles de contractilité **★**

- ③ troubles de rythme **⚡**

Risque : individuel ...

- Type d'anomalie – séquelles résiduelles
- Troubles de rythme ?
- Type de sport
 - Loisir ou Compétition ?
 - dynamique/isotonique

statique / isométrique



A. Low dynamic

B. Moderate dynamic

C. High dynamic

I. Low static

Bowling
Cricket
Golf
Riflery

Fencing
Table tennis
Tennis (doubles)
Volleyball
Baseball/softball

Badminton
Race walking
Running (marathon)
Cross-country skiing
Squash

II. Moderate static

Auto racing
Diving
Equestriana
Motorcycling
Gymnastics
Karate/Judo
Sailing
Archering

Field events (jumping)
Figure skating
Lacrosse
Running (sprint)

Basketball
Biathlon
Ice hockey
Field hockey
Rugby
Soccer
Cross-country skiing (skating)
Running (mid/long)
Swimming
Tennis (single)
Team handball

III. High static

Bobsledding
Field events (throwing)
Luge
Rock climbing
Waterskiing
Weight lifting
Windsurfing

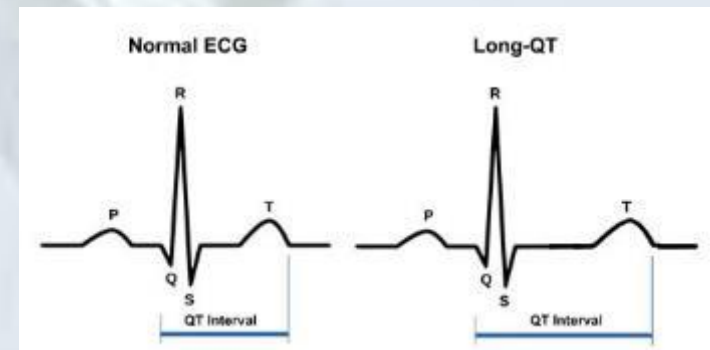
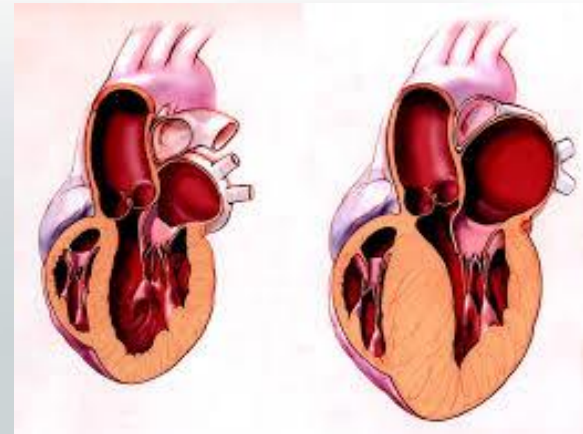
Body building
Downhill skiing
Wrestling
Snow boarding

Boxing
Canoeing, Kayaking
Cycling,
Decathlon
Rowing
Speed skating
Triathlon

Sport – NON

rare – risque de mort subit !

- Hypertension pulmonaire
- Cardiomyopathie Hypertrophique
- Risque élevé de trouble de rythme ventriculaire à l'effort
par ex. Syndrome long QTc



Inclusion possible ?

... arbitre ?

...

- „Cardiopathies simples“- pas de restriction
- Exclusion au sport très rare
- „Cardiopathies complexes“ avec séquelles résiduelles ?

Sport de “Compétition”

... sous réserve feu vert cardiologue traitant

- Cardiopathies complexes – séquelles résiduelles légères
: sport modérément statique / modérément dynamique II B



- Cardiopathies complexes – séquelles résiduelles \geq modérées
: sport peu statique / peu dynamique I A



McKinzie Kline
Golfleur professionnel
Ventricule unique



Sport de loisir – Education physique

- Cicatrice !
... parlez – en !



- Respectez les limites personnels !

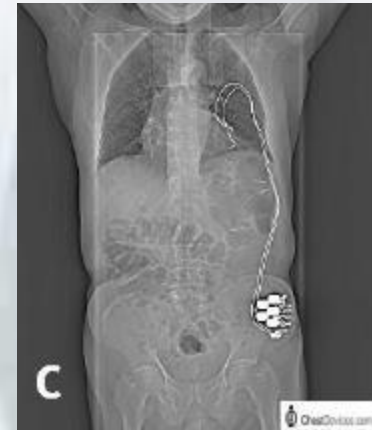


- talk test

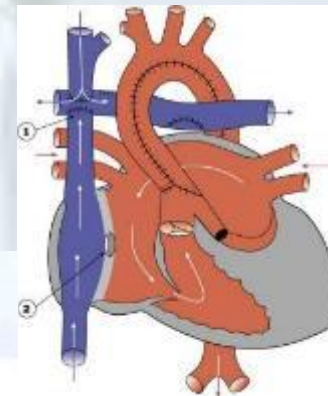
il doit toujours être possible de parler pendant l'effort

Sport de loisir – Education physique

- chute – collision ! pacemaker
 anticoagulation



- Altitude > 2000 m



Ventricule unique Fontan

Attention !

Palpitations !

Sueurs froides !

PALEUR !

Vertiges !

**Douleur
thoracique !**

Malaise !

Conclusions



- Le sport est bénéfique pour le coeur !
- La majorité des enfants cardiaques peut faire du sport sans restriction
- Il faut connaître les limites et les risques individuelles
- Appel à une inclusion aux activités sportives de loisir
- Exclusion à toute activité sportive est rare
- Préparez-vous à une situation premier secours, pour le bien de tout le monde

MERCI !



L'équipe



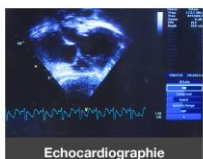
Le secrétariat



Electrocardiographie - EKG



Electrocardiographie - EKG



Echocardiographie



L'épreuve d'effort



Association
Luxembourgeoise
d'Aide aux Enfants
Cardiaques a.s.b.l.
www.alaec.lu

Les Jeunes et le Sport: JUST MOVE ?
Cardiopathies congénitales: Où sont les limites ?