

# Sommaire

Le contexte sportif .....	9
Le mouvement sportif en France .....	9
Recommandations générales de pratique sportive pour la santé .....	9
Organisation du sport en France .....	9
Physiologie du sport .....	16
Dépense énergétique induite par l'activité physique .....	16
Exploration du métabolisme aérobie .....	18
Exploration du métabolisme anaérobie .....	19
L'épreuve d'effort chez le sportif .....	20
Effets de l'immobilisation sur le système musculaire .....	21
Rééducation proprioceptive .....	22
Exercice aérobie .....	22
Exercice de force .....	23
Test de terrain de l'aptitude aérobie .....	23
Principes généraux de l'entraînement physique .....	23
Méthode isocinétique .....	24
Rééducation des traumatismes du sportif par le kinésithérapeute .....	24
Anatomie du sport .....	26
Cou .....	26
Épaules et membres supérieurs .....	26
Os du poignet .....	28
Fessiers et membres inférieurs .....	29
Principes généraux liés au sport .....	31
Alimentation du sportif .....	31
Rythmes biologiques et APS .....	32
Sport et psychologie .....	32
Fatigue et surentraînement .....	33
Sport et spécificités liées à l'âge ou au sexe .....	36
Aptitude au sport chez l'enfant .....	36
Appareil locomoteur de l'enfant et de l'adolescent .....	37
Femme et sport .....	38
Activités physiques et sportives après 50 ans .....	39
Sport en milieu sauvage .....	41
Mal aigu des montagnes et ses complications .....	41
Consultation de médecine de montagne .....	42
Ski et pathologies spécifiques .....	43
Sports subaquatiques .....	44
Urgences et manifestations sportives .....	46
Généralités .....	46
Trousse médicale en soutien médical d'une manifestation sportive .....	47

Œil et activités sportives.....	48
Maladies respiratoires et sport.....	49
Exercice musculaire et système rénal.....	49
Troubles digestifs du sportif.....	50
Atteintes périnéales.....	50
Atteintes hépatiques.....	50
Sport et neurologie.....	51
<b>Sport et pathologies.....</b>	<b>52</b>
APS et lutte contre le surpoids.....	52
Sport et diabète.....	53
Handicap physique ou mental et sport.....	53
Sport et cancer.....	54
Éducation thérapeutique à l'exercice.....	54
<b>Cardiologie du sportif.....</b>	<b>56</b>
Généralités.....	56
Consensus en cardiologie.....	56
ECG du sportif.....	58
Troubles du rythme cardiaque.....	59
Canalopathies cardiaques.....	61
Maladie coronaire et sport.....	62
Bradycardies et troubles du rythme fréquents chez le sportif entraîné.....	62
Hypertrophie cardiaque de l'athlète ou cardiomyopathie.....	62
HTA et sport.....	63
Mort subite.....	63
Examens complémentaires cardiaques pour le sportif.....	64
Réadaptation cardiaque.....	64
Sport chez l'enfant atteint de pathologie cardiaque.....	65
Médicaments cardiologiques et exercices.....	65
Sport et atteinte vasculaire.....	65
<b>Traumatologie du sport.....</b>	<b>68</b>
Prévention des blessures.....	68
Épidémiologie des traumatismes.....	69
Lésions tendineuses.....	69
Lésions ligamentaires.....	70
Lésions musculaires.....	71
Lésions osseuses.....	73
Atteintes nerveuses.....	75
Traumatismes de la face.....	76
Traumatismes du rachis.....	77
Traumatismes de l'épaule.....	80
Traumatismes du coude.....	82
Traumatismes du poignet.....	84
Traumatismes de la main.....	85
Traumatismes du bassin et de la hanche.....	88

Traumatismes du genou .....	90
Traumatismes de la cheville .....	92
Traumatismes du pied .....	93
Annexe .....	95
Questionnaire de dépistage du surentrainement de la SFMS.....	95
Index.....	98