

Reprendre le sport après une infection respiratoire : plus difficile en cas de Covid ?



Prémunir les athlètes des pathologies aiguës est, pour les médecins du sport, un défi permanent, surtout lorsqu'ils sont engagés dans des rencontres de haut niveau, avec éventuellement des enjeux financiers importants. Près de la moitié de ces maladies touchent le système respiratoire, les virus en constituant l'une des causes principales. Les athlètes peuvent les contracter lors de compétitions ou de tournois mais également pendant les déplacements ou les entraînements.

La Covid-19 est associée à une large palette de symptômes ORL (anosmie, dysgueusie), thoraciques (douleur), généraux (fièvre, fatigue excessive) et respiratoires. Parmi les complications, sa forme prolongée (« Covid long ») et la possible myocardite doivent être prises en compte pour le retour à la pratique des sportifs ayant été contaminés.

Des recommandations ont été émises dans ce contexte, mais elles sont essentiellement consacrées à l'évaluation cardiovasculaire et elles ne reposent que sur des avis d'experts.

Une équipe de l'université de Prétoria (Afrique du Sud) a voulu mesurer l'impact sur le retour au sport des symptômes liés à une infection respiratoire aiguë, et rechercher d'éventuelles différences selon qu'il s'agissait de Covid-19 ou non.

Davantage de symptômes dans le groupe Covid

Les chercheurs ont inclus 181 sportifs, mais seules les données de 84 d'entre eux ont été exploitables. Ils étaient âgés en moyenne de 34 ans, s'adonnant à la compétition qu'elle qu'en soit le niveau, et s'entraînant au minimum trois heures par semaine. Ils pratiquaient depuis 12 ans en moyenne et un tiers étaient des sportifs professionnels. Tous avaient été touchés par une infection respiratoire aiguë : 40 Covid-19 confirmées, 5 Covid-19 suspectées et 39 liée à une autre cause.

Le nombre moyen de symptômes a été de 9,2, plus élevé dans le groupe Covid-19 (10,4 *versus* 7,8). Les principaux groupes de symptômes étaient différents : perte d'odeur, perte de goût, fièvre et perte d'appétit dans le premier, et fatigue excessive, céphalées, obstruction nasale et mal de gorge dans le second.

Le nombre médian de jours avant retour au sport a été plus long dans le groupe Covid-19 : 30 jours *versus* 10 jours. Dans les deux groupes, les personnes pour lesquelles le délai avant la reprise de l'activité sportive a été le plus long ont ressenti les symptômes suivants : fatigue excessive, frissons, fièvre et céphalée. La fatigue excessive était associée à une probabilité inférieure à 70 % de reprendre le sport avant 40 jours.

Cette étude porte sur un petit effectif et, comme elle est observationnelle, ne permet pas de conclure à un lien de causalité. Elle constitue néanmoins une première aide à la décision pour les praticiens, et ouvre la voie à des travaux à plus haut niveau de preuve.

RÉFÉRENCE

Schwellnus M, Sewry N et coll. : Symptom cluster is associated with prolonged return-to-play in symptomatic athletes with acute respiratory illness (including COVID-19): a cross-sectional study-AWARE study I. Br J Sports Med., 2021; 55 : 1144–1152.

Copyright © <http://www.jim.fr>

SUR UN THÈME PROCHE

Covid-19 : des recommandations pour la reprise du sport

COMMUNIQUÉS

- Accompagnement diététique des personnes précaires : écouter le podcast
- Comportements alimentaires des enfants et stress exogènes : posez vos questions au Pr Tounian !
- L'activité physique : c'est aussi une affaire de prescription

DPC : NOS FORMATIONS E-LEARNING

- Vaccination : comment convaincre vos patients ?
- Facteurs de risque cardio-vasculaires : détecter et évaluer
- Prise en charge des troubles mentaux : la place du généraliste
- Burn out des soignants : prévention, repérage et prise en charge
- Sevrage tabagique : prise en charge de vos patients
- L'entretien pharmaceutique : le rôle du pharmacien

🗨️ VOS RÉACTIONS

🗨️ Réagir

Soyez le premier à réagir !

Les réactions aux articles sont réservées aux professionnels de santé **inscrits**

Elles ne seront publiées sur le site qu'après modération par la rédaction (avec un délai de quelques heures à 48 heures). Sauf exception, les réactions sont publiées avec la signature de leur auteur.

🗨️ RÉAGIR À CET ARTICLE

Paramètres des cookies