

## RAPPORT DE LA COMMISSION MEDICALE 2012-2013

Par le Docteur Yves JARROUSSE

Ce rapport change peu d'une année sur l'autre.

Au cours de la saison sportive, j'ai assuré la couverture médicale des compétitions suivantes :

- Interclubs
- Promo-sprint
- Meeting National
- Championnat Nationale2

J'ai par ailleurs participé le 19 Octobre à la réunion des médecins fédéraux régionaux.

Nous nous sommes penchés sur le déficit en fer chez les nageuses et nageurs de compétition et ses conséquences négatives sur les performances.

- D'où la nécessité d'un dosage de la ferritine systématique surtout en cas de fatigue ou de baisse des performances.
- D'où l'intérêt d'une alimentation riche en fer en cas de déficit (viande rouge, boudin, foie, coquillages). Les légumes, y compris les lentilles, apportent peu de fer

Un traitement médical peut être nécessaire sur avis de votre médecin.

En ce qui concerne le suivi médical, celui mis en place par la commission médicale pour les nageurs qui sont sur les listes est parfaitement adapté et copié par de nombreuses fédérations.

En le simplifiant vous pouvez l'adapter à tous les nageurs avec l'aide de votre médecin.