

Message à l'intention des groupes de sport amateur

La mort subite cardiaque chez les jeunes athlètes

La mort subite cardiaque (MSC), lorsqu'elle survient chez les jeunes, est une expérience dévastatrice pour la famille, la collectivité et la société dans son ensemble. Plusieurs causes peuvent expliquer la MSC chez des enfants, des adolescents et des jeunes adultes apparemment en santé :

- troubles d'arythmie cardiaque génétiques;
- déficience cardiaque structurelle;
- coup porté à la paroi de la cage thoracique.

Des études donnent à penser que plus de 700 Canadiens de moins de 35 ans meurent chaque année en raison d'un trouble d'arythmie cardiaque non diagnostiqué. ***Au moins la moitié des personnes qui sont mortes subitement avaient présenté des symptômes avant leur décès!***

Étant donné que l'activité physique est souvent un élément déclencheur lors de ce type de décès, il est important que les membres de la collectivité du sport soient en mesure d'en reconnaître les symptômes éventuels.

Les signes avant-coureurs

- **Évanouissement (syncope) ou convulsions pendant une activité physique.**
- **Évanouissement (syncope) ou convulsions à la suite d'une émotion vive, d'un état dépressif ou d'un choc soudain.**
- **Antécédents familiaux de mort subite inattendue ou de convulsions pendant une activité physique, ou toute autre mort subite inexplicée chez une jeune personne autrement en bonne santé.**

Il est impératif que les cas d'évanouissement, ou de quasi-évanouissement (par exemple, vertiges ou étourdissements), soient immédiatement signalés aux parents et considérés comme un « trouble médical » sérieux jusqu'à ce qu'un médecin donne un avis contraire.

Une stratégie de sensibilisation bien établie devrait reposer sur les actions ci-après.

- Apprendre à reconnaître « *Les signes avant-coureurs* ».
- Appeler le 911 lors de tout évanouissement.
- Songer à mettre en œuvre une politique de « retour au jeu » qui exige que l'athlète obtienne une autorisation du médecin avant de recommencer à pratiquer l'activité physique.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec la Fondation canadienne SADS (www.sads.ca) par courriel, à l'adresse info@sads.ca, ou par téléphone, au 905-826-6303 ou au numéro sans frais 1-877-525-5995.