

# La LETTRE du



*La bonne santé de l'entreprise passe par celle de ses dirigeants*



## L'ÉDITO

*Cap sur l'avenir*



Chères adhérentes, chers adhérents,

Les équipes du CIEM accueillent leur nouveau directeur général.

Jean-Noël DUSSART succède ainsi à Jean-Marie DEVER à la tête de la direction générale du CIEM, qui a occupé ce poste durant plus de 11 ans et a joué un rôle clé dans le développement du CIEM.

Fort d'une grande expérience dans le secteur de la santé et d'une expertise reconnue en gestion des entreprises médico-sociales, Jean-Noël DUSSART sera un atout précieux pour la conduite des projets du CIEM.

Bonne lecture et prenez soin de votre santé !

**Philippe RIFAUX**  
Président du CIEM

## Sommaire

Dans la Lettre du CIEM ce mois-ci :

- p.2 | Covid 19
- p.2 | Stratégie de vaccination contre la coqueluche
- p.3 | Effet protecteur de l'activité physique
- p.3 | Un certificat médical, pour quel sport ?
- p.4 | PrévenCiem
- p.4 | Quoi de neuf en 2024 au CIEM ?



# La pandémie Covid 19 nous a appris l'importance des gestes barrières en cas de syndrome grippal Covid ou non !

## LE COVID EN OCTOBRE 2024

### Les gestes barrières : recommandations

Dans le contexte de la circulation toujours active de SARS-CoV-2 (virus Covid), l'adoption des gestes barrières demeure un moyen efficace pour se prémunir d'une infection respiratoire et de ses complications et limiter le risque de transmission à l'entourage et particulièrement aux personnes vulnérables : **le port du masque en cas de symptômes et un lavage des mains réguliers sont recommandés.**

### La vaccination : recommandation sans obligation

Compte tenu du caractère imprévisible d'une nouvelle vague épidémique de la Covid 19, des campagnes de vaccination sont proposées afin de protéger les personnes à risque de développer une forme grave de Covid-19. **La campagne de vaccination automnale débutera le 15 octobre 2024.**

Les personnes concernées par la vaccination sont :

- les personnes âgées de 80 ans ou plus
- les patients immunodéprimés
- les résidents des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes et des unités de soins de longue durée

### Traitement contre la Covid 19 : le PAXLOVID

Pour les patients à risque de forme grave il existe un traitement. En cas de test positif (test antigénique+ ou PCR+), les auto tests ne sont pas suffisant pour obtenir le traitement. Le traitement doit être instauré dans les 5 jours qui suivent le début des symptômes (3 comprimés matin et soir pendant 5 jours).

Le médecin prescripteur évalue sa compatibilité avec les autres traitements en cours en raison de risques d'interactions médicamenteuses.

### Les tests covid : quel intérêt en 2024 ?

Le virus de la Covid 19 colonise les voies respiratoires, en particulier les voies aériennes supérieures. L'objectif du prélèvement est de ramener par grattage avec un écouvillon des cellules superficielles susceptibles de contenir du virus SARS-Cov-2.

Les symptômes les plus fréquemment observés selon Santé Publique France, pendant une durée moyenne de 7 jours sont : la fatigue, les céphalées, la toux, l'écoulement nasal (syndrome pseudogrippal).

Ces symptômes sont proches de ceux liés à la grippe, infection respiratoire saisonnière, dont le traitement repose sur les antalgiques et antipyrétiques (Paracétamol) et la mise en œuvre de mesures barrières (port du masque 7 jours et lavage des mains).

Le test de dépistage du Covid19 n'est pas obligatoire dans la population générale en raison de l'absence de mesure thérapeutique spécifique.

En revanche, la réalisation d'un test covid est nécessaire pour les patients susceptibles de développer une forme grave relevant potentiellement d'un traitement spécifique par Paxlovid où pour les personnes vivant auprès de personnes à risques.

**La pandémie Covid 19 nous a appris l'importance des gestes barrières (port du masque en cas de symptômes et un lavage des mains régulier) en cas de syndrome grippal Covid ou non !**

Dr Dominique BATISSE  
Médecin interniste



## Stratégie de vaccination contre la coqueluche dans le contexte épidémique de 2024

recommandation HAS (haute autorité de santé 18 juillet 2024)

Infection bactérienne respiratoire hautement contagieuse, la coqueluche est facilement reconnaissable dans sa forme typique de l'enfant dont la manifestation principale est une toux prolongée (au-delà de 7 jours) sous forme de quintes.

La coqueluche se transmet par les voies aériennes et peut être grave voire mortelle (coqueluche asphyxiante et coqueluche maligne) chez les nouveau-nés et nourrissons de moins de 6 mois. Depuis le début de l'année 2024, on observe une forte augmentation du nombre de contaminations et on recense au moins 17 décès dont 12 chez des nourrissons âgés de 2 mois et moins.

**Dans ce contexte épidémique, la HAS recommande que toute personne en contact proche avec un nouveau-né et/ou nourrisson de moins de 6 mois dans un cadre familial ou professionnel reçoive un rappel si le dernier vaccin contre la coqueluche date de plus de 5 ans.**

**Cette dose de rappel doit être administrée à l'entourage du nouveau-né (parents, fratrie, grands-parents et autres personnes susceptibles d'être en contact étroit et durable avec le nourrisson au cours de ses six premiers mois), sauf si la mère a été vaccinée pendant la grossesse au moins un mois avant l'accouchement.**

**Les deux vaccins indiqués chez l'adulte, BoostrixTetra et Repevax, sont des vaccins combinés diphtérie, tétanos, coqueluche, polyomyélite (dTcaP). Ils sont bien tolérés lors d'administrations répétées tous les cinq ans voire moins.**

**Le Revaxis (vaccin combiné trivalent diphtérie, tétanos, polyomyélite) a été retiré du marché au profit des vaccins tétravalents (Repevax) incluant la coqueluche.**



## LE CERTIFICAT MÉDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION (CACI) À LA PRATIQUE SPORTIVE EST-IL TOUJOURS OBLIGATOIRE ?

### ► Historique du certificat d'absence de contre-indication (CACI):

La loi de juillet 1984 modifiée en 1999 imposait pour la pratique du sport, un certificat de non contre-indication à la pratique sportive pour obtenir une licence ou pour participer aux compétitions.

La loi n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France a introduit de nouvelles dispositions concernant le contrôle médical préalable. L'accès aux clubs sportifs par les pratiquants est facilité en supprimant le certificat médical (excepté pour les disciplines à contraintes particulières). La loi délègue aux commissions médicales des fédérations sportives le soin de définir les conditions nécessaires à l'obtention ou au renouvellement d'une licence ou à la participation à une compétition sportive.

Selon les fédérations, un questionnaire de santé (QS-SPORT cerfa N°15699\*01) et/ou un certificat d'absence de contre-indication à la pratique sportive est exigé.

Le décret du 31 août 2024, a réduit la liste des disciplines à contraintes particulières dont la pratique sportive en fédération ou hors fédération, exige la délivrance d'un certificat médical d'absence de contre-indication : plongée subaquatique, disciplines sportives comportant l'utilisation d'armes à feu ou à air comprimé, disciplines motonautiques, et lorsqu'elles sont pratiquées en compétition, les disciplines pour lesquelles le combat peut prendre fin par KO et les disciplines comportant l'utilisation de véhicules terrestres à moteur, à l'exception du karting et du modélisme automobile radioguidé.

L'adhésion à un club de danse (classique, modern-jazz, contemporaine) requiert un CAI annuel en vertu de l'article R.362-A et R.362-2 du code de l'éducation.

### ► Un certificat d'absence de contre-indication pour quels sports ?

	Fréquence de délivrance d'un CACI*	Sports (liste non exhaustive)
Fédérations imposant un CACI pour obtenir une licence sportive	CACI annuel	Rugby et discipline à contraintes particulières citées ci-dessus
	CACI tous les 3 ans	Hockey sur glace, bowling
	CACI tous les 5 ans	judo, aéronautique, sauvetage et secourisme
Fédérations demandant un questionnaire annuel de santé avec CACI initial puis tous les 3 ans		Football, handball, basket ball, tennis de table, gymnastique
Fédérations demandant un questionnaire de santé		Athlétisme, ski en compétition, triathlon, cyclisme, cyclotourisme, golf en compétition
Fédérations ne demandant ni questionnaire de santé ni CACI		Tennis (depuis février 2023), squash, golf (loisir)



## L'effet protecteur de l'activité physique sur les risques de maladies cardiovasculaires et de décès

L'étude internationale publiée le 4 mars 2024 par le British Journal of Sports Medicine (BJSM) s'est intéressée à l'effet de la marche chez 500 000 patients, très sédentaires, entre 40 et 69 ans.

Parmi les personnes très sédentaires (au moins 10,5 h/jour), le risque de décès toutes causes diminue de 39 % lorsqu'elles effectuent 9000 pas par jour par rapport à celles qui ne font que 2200 pas, avec un effet significatif à partir de 4100 pas (baisse de 20%).

Le risque de maladies cardiovasculaires est diminué de 31 % chez les personnes très sédentaires qui font 9700 pas par jour et de 39 % chez les personnes moins sédentaires pour 9800 pas par jour, avec un effet significatif à partir de 4300 pas par jour dans les 2 groupes.

**Ces résultats confirment le bénéfice de la marche sur la mortalité et les maladies cardiovasculaires. Quel que soit le degré de sédentarité, l'effet minimal est obtenu avec 4000 à 4500 pas par jour et l'effet optimal avec 9000 à 10500 pas par jour.**

*Do the associations of daily steps with mortality and incident cardiovascular disease differ by sedentary time levels ? A device-based cohort study*

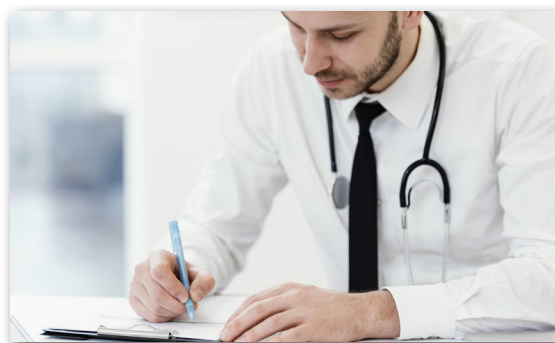
*Matthew N Ahmadi BJSM march 2024, vol 58, issue 5*

### ► En conclusion

Actuellement, à l'exception des sports à contraintes spécifiques et de la pratique de la danse, c'est aux fédérations sportives de décider quel est le préalable à la délivrance d'une licence ou à l'inscription à une compétition dans la discipline.

Le certificat d'absence de contre-indication à la pratique du sport tend à disparaître au profit d'une évaluation de l'état de santé par le sportif lui-même. Cette auto-évaluation passe par un questionnaire de santé et des campagnes de sensibilisation sur les signes alertes contre-indiquant la pratique sportive.

**Dr Christiane DUPUY**  
Cardiologue - Directrice médicale du CIEM



\*CACI : Certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport.

QUOI DE NEUF AU  
CIEM EN 2024 ?

#### ► CERTIFICATION ISO 9001

Le CIEM a obtenu en 2024 une certification ISO 9001 sans réserve.

#### ► CONVENTION AVEC LE SERVICE DE CARDIOLOGIE DE L'HÔPITAL PARIS SAINT JOSEPH

Le directeur du CIEM a signé avec le directeur de l'Hôpital Paris Saint Joseph un partenariat permettant une hospitalisation directe dans le service de soins intensifs continus cardiologiques en cas d'indication de coronarographie ou d'hospitalisation suite à un test d'effort.

#### ► OUVERTURE D'UNE CONSULTATION DE DÉPISTAGE DES CANCERS CUTANÉS

Pour palier la pénurie de dermatologues, le CIEM a ouvert en janvier 2024 une consultation de dermatologie exclusivement réservée actuellement au dépistage des cancers cutanés chez les patients à risque.

#### ► DÉPISTAGE DU PAPILOMAVIRUS

Dans le cadre du dépistage du cancer du col de l'utérus, la recherche de papillomavirus sur le frottis est depuis septembre 2024 réalisé au CIEM (prélèvement auparavant envoyé à un laboratoire extérieur) permettant un résultat en 1 heure (1 semaine antérieurement).

#### ► LE DMC (DOSSIER MÉDICAL CONNECTÉ) EST DE NOUVEAU ACCESSIBLE

Le dossier médical dématérialisé est consultable sur ExtraCIEM (examens pratiqués au CIEM et lettre de synthèse des médecins).

## PRÉVENCIEM



Depuis sa création, le CIEM, tant son équipe dirigeante que médicale, est intimement convaincu de la pertinence d'une médecine préventive :

- identifier les facteurs de risque des maladies chroniques,
- dépister le plus tôt possible les pathologies,
- inciter les patients à devenir acteurs de leur santé en modifiant, si besoin, leur habitudes de vie (alimentation, activité physique, tabac..)

Pour aller plus loin, le président du CIEM, Philippe RIFAUX, a souhaité créer en 2023 un fonds de dotation baptisé « PRÉVENCIEM ».

PRÉVENCIEM s'est donné pour objectif de promouvoir la recherche dans le domaine de la médecine préventive et d'en faciliter la communication :

- financement de bourses, de projets d'association ayant pour objet la recherche ou la mise en œuvre d'actions éducatives sur la médecine préventive,
- financement d'achat de matériel pour des actions concrètes en médecine préventive,
- financement de toute action de communication pour promouvoir la prévention primaire ou secondaire.

#### ► PREMIÈRE INITIATIVE DÉDIÉE À LA SENSIBILISATION AU CANCER DU POUMON CHEZ LES FEMMES

En 2024, PRÉVENCIEM a financé un film documentaire conçu par le Pr Revel, chef du service de radiologie de l'hôpital Cochin, intitulé « *Fumer ou Vivre* ».

L'objectif est de sensibiliser le grand public à la thématique du cancer du poumon chez les femmes ; la proportion de femmes atteintes d'un cancer du poumon en France ayant plus que doublé en 20 ans.

#### ► VOUS AVEZ UN PROJET ?

Les demandes de subvention peuvent être adressées par courriel à : [prevenciem@leciem.org](mailto:prevenciem@leciem.org)

#### ► VOUS SOUHAITEZ FAIRE UN DON ?

Les entreprises comme les particuliers adhérents peuvent faire un don déductible fiscalement à ce fonds de dotation.

**Dr Christiane DUPUY**  
Cardiologue - Directrice médicale du CIEM