Parution de mars 2021

Le Bulletin Sportivement Vôtre

Association québécoise des médecins du sport et de l'exercice

Le mot du président



Cher(e)s collègues,

Alors que je m'apprête à composer mon "mot du président", trois mots me viennent automatiquement en tête : COVID, COVID, COVID. Comme l'ensemble d'entre vous, j'ai récemment fêté ce triste premier anniversaire en me rappelant tous ceux qui ont été touchés, de près ou de loin, par cette pandémie devenue tragédie.

Cependant, depuis maintenant plus d'un mois et grâce au travail acharné de plusieurs de nos membres, l'AQMSE a su briser les barrières et obtenir sa place de conseiller auprès de la ministre déléguée Mme Isabelle Charest et de son équipe. Bien que l'ouverture de la santé publique tarde quelque peu à nous reconnaître comme partenaire d'importance, nous sommes confiants de pouvoir continuer à accompagner le Québec vers un déconfinement des sports sécuritaire et progressif. Je vous invite d'ailleurs à consulter notre section des médias ainsi que notre page Facebook pour réaliser la portée et la visibilité qu'a maintenant l'AQMSE dans le paysage journalistique du Québec.

Vous comprendrez donc que peu d'autres dossiers chers à l'AQMSE n'ont pu évoluer depuis notre dernière communication. Que ce soit pour le comité de l'échographie, des commotions cérébrales ou de celui sur les boissons énergisantes et le dopage sportif, nous sommes malheureusement paralysés par le contexte sociopolitique actuel et toute pression de notre part serait mal vue ; cela pourrait même nous empêcher de participer à d'éventuelles négociations.

Les rencontres des dernières semaines nous auront toutefois permis de tisser des liens avec des acteurs importants pour le développement futur de l'AQMSE et même de reconnaître l'une de nos forces : notre volonté de trouver des solutions concrètes et positives pour la santé de tous. Je vous invite ainsi à profiter du temps en famille mais aussi à profiter du temps pour vous réinventer et accompagner vos patients vers la fin de cette période difficile.

De plus, je vous invite tous, si ce n'est pas déjà fait, à vous inscrire au congrès annuel du 28 mai ainsi qu'à l'AGA du 27 mai, par visioconférence.

"La persévérance est une vertu qui ne peut être sous-estimée."

- Bob Riley

Sportivement vôtre et bonne lecture,
Luc

Quoi de neuf dans l'AQMSE

Un contrat a officiellement été signé avec la Société française de traumatologie du sport (SFTS). En vertu de cette entente, les membres de l'AQMSE auront accès à :

- La revue française le Journal de Traumatologie du Sport (JTS)
- Aux formations médicales continues de la SFTS avec le tarif "membre"
- Aux mêmes autres privilèges que les membres de la SFTS : https://www.s-f-t-s.org/medecins-et-professionnels-de-sante-traumatologie-sport-sfts/la-sfts/adherer-a-la-sfts.html
- La présence de conférenciers de la SFTS lors de nos congrès annuels

Les membres de la SFTS auront accès aux mêmes avantages que des conférenciers de l'AQMSE seront invités à leurs congrès.
Nous en sommes à croiser nos données de membres pour vous donner les accès. Surveillez nos prochains *Bulletins* pour plus de détails.

Votre CA continue sur sa lancée de faire progresser l'AQMSE. Grâce au sondage récent, nous avons pu identifier des éléments qui vont nous permettre de bonifier notre service aux membres de l'AQMSE. Sont en cours, entre autres, des démarches pour :

- Un abonnement collectif au British Journal of Sports Medicine
- La tenue de soirées de formation médicale continue accréditées
- Des liens avec des commerçants de vêtements ou matériel pour le sport et le plein air

Surveillez vos courriels et nos prochains *Bulletins* ! Plus d'informations sont à venir

En décembre dernier le CASEM rendait disponible à ses membres une mise à jour des lignes directrices sur la rémunération des médecins du sport lors d'événements sportifs ou de partenariats avec des associations sportives. Ils ont accepté de nous partager leur version du contrat que nous avons traduit en français. La version préliminaire se trouve sur le site web dans la Zone membre.

Dossiers en cours

Projet COVID-19

Campagne de sensibilisation

Notre campagne de sensibilisation sur l'importance de faire de l'activité physique se déroule à merveille. Nous avons publié trois capsules mettant en vedette Katerine Savard, Antoine Valois-Fortier et Maryse Turcotte. Nous allons continuer à publier de nouvelles capsules éducatives accompagnées d'articles scientifiques dans les prochaines semaines. Nous diffuserons aussi une version anglaise de nos articles à partir de maintenant. Restez à l'affût !

* Comme le dossier COVID prend de plus en plus d'ampleur au sein de l'AQMSE, nous vous rappelons que vous êtes les bienvenus à vous impliquer avec nous sur une des branches du dossier. Pour manifester votre intérêt, vous n'avez qu'à nous écrire à info@aqmse.org.

Discussions avec le ministère

La dernière année a été difficile pour tous et la reprise des activités sportives l'a été davantage. C'est pour cela que l'AQMSE a multiplié ses contacts depuis plusieurs mois avec le gouvernement afin de permettre d'aller de l'avant tout en adoptant une approche sécuritaire. Après plusieurs échanges avec le gouvernement, l'AQMSE s'est positionnée comme leader de par son expertise dans le domaine des sports et de l'exercice. Cette expertise fut reconnue par le gouvernement et notée par la ministre Isabelle Charest, ce qui a permis d'établir des rencontres rapprochées ces dernières semaines. Nous voyons le fruit de ces efforts avec la reprise progressive de certaines activités sportives au Québec ces temps-ci.

Organismes et organisations partenaires



move50+
MON OBJECTIF VIEILLIR EN FORME

Dans le but de trouver des solutions pour permettre aux Québécois de faire de l'activité physique malgré les contraintes en lien avec la pandémie, nous avons établi une collaboration avec la plateforme Move50+. Cette plateforme conçue par des kinésiologues propose une variété de capsules vidéos d'entraînement conçues pour les besoins des 50 ans et plus. Vous pouvez visionner leurs programmes d'entraînement ou partager leur site à vos patients.

SANTÉ URBANITÉ Ça marche Doc!

Une nouvelle façon de garder la forme malgré pandémie

Ça marche Doc! reprend du service avec un nouveau concept pour faire bouger les gens!

Ça marche Doc! A lancé à la fin janvier son nouveau concept de marche en temps de pandémie et invite les gens à aller marcher individuellement ou avec leur bulle, selon les directives de la santé publique. Chaque semaine des outils seront proposés aux marcheurs pour les motiver et les inciter à bouger. Les participants seront invités à aller marcher les samedis matins à 10 h ou à tout autre moment de la semaine, puis à remplir un court formulaire sur le site internet de Ça marche Doc! afin de participer aux tirages des prix de présence. Des outils hebdomadaires dont une baladodiffusion et une vidéo avec des médecins invités produites par l'équipe de Ça marche Doc ! sont aussi au programme. De plus, les marcheurs pourront consulter le Répertoire des sentiers hivernaux de Québec et Chaudière-Appalaches et ainsi découvrir de nouveaux endroits où marcher.

Ce nouveau concept remplacera les marches de groupe jusqu'à ce que ces dernières puissent reprendre en respectant les consignes de la santé publique. Plus de détails se trouvent sur le site internet de Ça marche Doc!.

L'AQMSE dans les médias

Dr Luc De Garie a fait quatre entrevues à la radio (dont deux sont encore disponibles en ligne) pour divulguer les conséquences de la sédentarité pendant la pandémie et pour donner des conseils à la population sur l'activité physique.

Entrevue au 106.9 Mauricie:
https://www.fm1069.ca/audio/362491/les-medecins-du-sport-sonnent-lalarme-pour-la-sante-des-quebecois

Entrevue avec Patrick Lagacé au 98.5 Montréal:
https://www.985fm.ca/audio/372195/allegements-aux-mesures-sanitaires-pour-la-relache-reactions

L'AQMSE a également été consultée par de nombreux journalistes pour se positionner sur l'importance de reprendre les sports chez les jeunes et les moins jeunes. Voici les articles dans lesquels nous avons été interviewés:

Des spécialistes sonnent l'alarme (Journal de Montréal)
https://www.journaldemontreal.com/2021/01/09/des-specialistes-sonnent-lalarme

Des médecins québécois dénoncent le manque d'ouverture pour les activités sportives (Radio-Canada)
https://ici.radio-canada.ca/sports/1768628/medecins-sports-aqmse-covid-reprise-sante-inquietudes?fbclid=IwAR01e3H3ss2BQiB1umTHzz9sj9YON3u7b1BEIo95kac7gQEVPV3yseey9Ko

Appels à rouvrir les piscines en "bulles" ou en solo (Le Devoir)
https://www.ledevoir.com/societe/sante/595017/coronavirus-appels-a-rouvrir-les-piscines-en-bulles-ou-en-solo?fbclid=IwAR2yG9Ckdvqtix4abZ0eu_q70iHUvXvwXzKp9JQDzTC1RXEdSAOknkYssLc

"On a besoin d'air" (La Presse)
https://www.lapresse.ca/covid-19/2021-02-26/jeunes-sportifs/on-a-besoin-d-air.php#

Les gyms pourront rouvrir en zone rouge (La Presse)
https://www.lapresse.ca/sports/2021-03-12/reprise-graduelle-du-sport-au-quebec/les-gyms-pourront-rouvrir-en-zone-rouge.php

Les centres sportifs de tout le Québec pourront rouvrir dès le 26 mars (Le Devoir)
https://www.ledevoir.com/politique/quebec/596819/point-de-presse-sports-qc

Formations à venir

Congrès annuel de l'AQMSE

Le congrès annuel de l'AQMSE intitulé *Le muscle, le squelette et la performance* aura lieu sous format virtuel le vendredi 28 mai 2021.



Si vous n'êtes pas disponible la journée du congrès, il vous sera également possible de visionner l'enregistrement des conférences sur la plateforme par la suite.
N'oubliez pas de vous inscrire pour l'Assemblée générale annuelle AGA qui se déroulera le 27 mai à 18h30 par visioconférence.

Journées AQMSE-FMOQ





Commotions cérébrales

Une conférence sur les commotions cérébrales par Dre Suzanne Leclerc est disponible gratuitement sur le site Sport Information Resource Centre, via le lien ci-dessous.

SIRC

Congrès annuel du CASEM



Cours d'orthopédie

Le Cours de mise à jour en orthopédie pédiatrique du CHU Sainte-Justine offre une panoplie de capsules vidéos portant sur différentes pathologies musculosquelettiques pédiatriques. En vous inscrivant, vous avez accès à ces capsules jusqu'au 1er juin 2021.



Recherche et articles scientifiques

Encore une fois cette année, nous sommes fiers d'offrir la bourse de recherche Ghislaine Robert d'une valeur de 4500$ financée par Pendopharm. Pour tous les détails concernant les critères de sélection et le processus pour appliquer, veuillez consulter la page de notre site web.

Les bons coups

Dre Suzanne Leclerc et son équipe de médecins du sport à l'INSQ ont mis sur pied un protocole de reprise des sports pour les athlètes de haut niveau à l'INSQ depuis juin 2020, incluant un questionnaire de dépistage COVID très exhaustif que tous les athlètes et membres du personnel devaient remplir en entrant dans l'établissement. De juin 2020 à février 2021, il y a eu 33814 entrées dans l'INSQ, et seulement 11 individus ont eu un diagnostic positif de COVID. Ces données prometteuses nous ont permis de montrer avec des exemples concrets au gouvernement qu'il est possible de faire du sport de façon sécuritaire en tant de pandémie, et que ces mesures peuvent être appliquées à plus grande échelle. Bravo Dre Leclerc pour ce beau travail.

À venir dans le prochain Bulletin

- Résumé de l'AGA et du congrès annuel
- Mise à jour des discussions avec le gouvernement dans le dossier COVID-19

Nous vous rappelons aussi qu'en tant que membres de l'association, vous êtes tous et toutes invités à vous joindre notre groupe de discussion AQMSE sur Facebook (en plus de suivre notre page Facebook destinée également au grand public). Pour joindre le groupe de discussion, cliquez sur "Rejoindre le groupe" à partir du lien suivant: https://www.facebook.com/groups/1034854403381291/about.

Afin d'accéder facilement aux différents numéros du Bulletin Sportivement Vôtre, nous avons créé un onglet intitulé *Communiqués et bulletins* dans la Zone Membre du site web où vous trouverez le fichier PDF de chaque bulletin. N'hésitez pas à la consulter !

Finalement, continuez à nous informer de vos bons coups dans le monde de la médecine du sport, et de nous partager (avant le 13 juin au info@aqmse.org) vos projets de recherche, offres d'emploi et formations afin qu'on les publicise dans notre prochain Bulletin Sportivement Vôtre du 21 juin.