

Une pathologie qui se guérit bien

Incontinence urinaire chez les **sportives** Derrière la belle image de la performance sportive se cache une réalité parfois difficile à évoquer, celle des fuites urinaires qui touchent 25 à 45 % des **femmes**. À **Nantes**, une **clinique urologique** a décidé de briser le tabou.

Le sport occupe aujourd'hui, plus qu'hier, une place primordiale dans le quotidien de la société contemporaine. Ses bienfaits contribuent à un mieux-être, tant sur le plan physique que psychologique. Derrière le sport, se trouve aussi l'attrait pour le corps. Les archétypes des réussites **sportives**, véhiculés par les réseaux sociaux, les médias et le commerce, se traduisent par des clichés mettant en exergue des formes athlétiques dédiées à la performance. En ce temps de Coupe du monde de rugby et de temps pré-olympique, la société est imbibée par le reflet de ces corps resplendissants et héroïques. La performance est sacralisée donnant autorité à celui qui l'atteint. Pourtant, car il y a un pourtant, cette belle image cache une autre réalité : celle de la limite des organismes, celle de la fragilité physiologique. L'un des exemples les plus probants est sans doute celui des fuites urinaires. Adieu l'idolâtrie, bonjour la réalité. Un sujet tabou qui, pourtant, touche, en France, 25 à 45 % des **femmes**.

À **Nantes**, les membres de la **clinique urologique Atlantis** se mobilisent pour attirer l'attention du grand public sur cette pathologie. Une démarche inspirée par les bons résultats obtenus lors de la campagne d'information sur la vasectomie. Le Dr Pierre Nevoux, urologue, explique : « En trois, quatre ans, le niveau de vasectomie a explosé de 700 %. Un résultat notamment atteint grâce à une vaste opération de communication et d'information ». À l'aune du succès de cette expérience, les praticiens ont

décidé de calquer la démarche sur l'**incontinence** urinaire. La pathologie touche des millions de personnes au premier rang desquels les sportifs de haut niveau, et surtout les **femmes**. Question de nature. « Toutes les **femmes** sont concernées dans la mesure où leur constitution physique fait que le plancher pelvien est plus sensible. Pour l'homme, ce problème de fuite est davantage lié à des interventions chirurgicales comme celle de la prostate, par exemple. Les **femmes**, elles, avec les grossesses, les accouchements sont plus exposées », explique le praticien. Et le sport. Quel impact ? À cette question, le spécialiste développe avec précision et pédagogie les facteurs entraînant l'apparition de la pathologie. « Toutes les **sportives** sont concernées, mais on peut définir deux groupes. Le premier est celui des **sportives** de haut niveau qui font notamment de la course à pied, de la gym, du trampoline, du volley et du basket. Entre 22 à 50 % sont concernées. Pour donner un exemple, en course de vitesse, les départs explosifs sollicitent une pression énorme. Ils peuvent, au fil du temps, altérer les muscles du plancher pelvien. Des fuites assimilables à de la sueur apparaissent alors. Ce n'est que lorsqu'une aggravation arrive que l'athlète prend alors conscience du phénomène ». Le deuxième groupe est celui des **sportives** « loisir ». Ici, bien que les efforts soient moins soutenus, les risques existent. « 10 % des **femmes** qui pratiquent de la danse, de la course à pied peuvent être sujettes à cette maladie. Elles sont uniquement gênées lors de l'effort physique. Les statistiques indiquent que 39 % de ces

sportives » loisir « déclarent avoir eu des fuites urinaires », observe Pierre Nevoux. Les études démontrent par ailleurs que le délai moyen entre l'apparition des premiers symptômes et la première consultation est de 7 ans. Sept ans de souffrance, de gêne et parfois de honte. Pourtant, cette pathologie se soigne bien. La guérison de cette hypermobilité du canal urétral lors de l'effort est même maîtrisée, comme le décrit le spécialiste : « La méconnaissance, le manque de prévention, et le caractère tabou de la maladie expliquent les retards à la consultation. Pourtant, il suffit parfois de quelques sessions de rééducation périnéale avec un kinésithérapeute pour rétablir la situation. On peut aussi pratiquer le yoga, le pilate et les sports comme le vélo, la natation, la marche. Pour vraiment pallier cette pathologie, il existe aussi une opération lors de laquelle sont implantées de petites bandes sous l'urètre. Les résultats sont des plus efficaces. Pour donner une image de ce qu'est la fuite urinaire, c'est comme si vous vouliez arrêter le flux d'un tuyau d'arrosage en fonctionnant. Si vous marchez dessus alors qu'il se trouve sur une surface dure, il s'arrête immédiatement. S'il est sur du sable, il continuera de couler. Le principe est simple à comprendre ».



Le Dr Pierre Nevoux est chirurgien urologue à Nantes. Grâce aux techniques actuelles, les patientes soignées peuvent rentrer chez elles après une demi-journée d'hospitalisation en ambulatoire. CP/AV

Avec un taux de guérison de plus de 90 %, l'opération, qui dure en général une vingtaine de minutes, nécessite une anesthésie générale. Mais au terme de cette démarche visant à soigner cette anomalie anatomique, les patientes peuvent retrouver une vie normale, sans gêne, et même reprendre les activités sportives.

Clinique Urologique Nantes Atlantis, premier établissement de santé français mono disciplinaire. 5 Av. Jacques Cartier, 44800 Saint-Herblain. <https://www.clinique-urologique-nantes.fr/> ■

par Vincent Gautier

