



### La lutte contre l'hyperthermie et la déshydratation

Les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) des États-Unis ont signalé récemment le décès de trois hommes d'âge universitaire qui avaient essayé de maigrir rapidement afin de respecter la limite de poids de leur catégorie de lutteur en utilisant des méthodes interdites par l'organisation nationale de régulation des compétitions à cet échelon<sup>1</sup>. Cet article résume les cas et attire l'attention des médecins sur les dangers que présentent une perte de poids rapide et la déshydratation intentionnelle dans ce sport.

Le premier lutteur était un homme de 19 ans qui pesait 233 livres\* avant la saison de lutte. Au cours des 10 premières semaines d'entraînement, il a perdu 23 livres, mais 2 jours avant un tournoi, il pesait encore 15 livres de trop pour sa catégorie de poids. Il a limité son apport d'aliments et de liquides et commencé à faire de l'exercice vigoureux dans un environnement chaud en portant un vêtement imperméable à la vapeur sous un survêtement en coton. Il a perdu 9 livres en 8,5 heures. Après s'être reposé environ 2 heures, il a repris ses exercices, mais a ressenti une fatigue extrême après une heure et est devenu taciturne. Victime d'un arrêt cardiorespiratoire, il n'a pu être ranimé. Les taux de sodium et d'azote uréique dans l'humeur vitrée établis à l'autopsie 7 heures après le décès atteignaient les limites supérieures de la normale.

Dans le deuxième cas, un homme de 22 ans qui pesait 178 livres avant la saison de lutte a essayé de maigrir rapidement pour participer à un tournoi dans la catégorie des 153 livres. Il a perdu 21 livres en 10 semaines, dont 8 livres au cours des 3 jours qui ont précédé le tournoi. La veille du tournoi, il a commencé à faire des exercices de la même façon que dans le premier cas. Après une heure, il s'est plaint d'essoufflement et a bu un peu d'eau. Il a poursuivi ses exercices et après 2 heures, il avait perdu 3,5 livres. Il a bu encore un peu d'eau, s'est reposé pendant 30 minutes et a recommencé ses exercices. Il a signalé presque sur-le-champ qu'il ne se sentait pas bien. En dépit des efforts déployés pour le refroidir,

il a cessé de réagir et a été victime d'un arrêt cardiorespiratoire. Sa température rectale au moment du décès atteignait 42 °C. Les taux sanguins de sodium, d'azote uréique et de créatinine avant la mort étaient élevés. Le taux de myoglobine sérique dépassait 5000 ng/mL (il est normalement de 0 à 110). On a signalé que le décès avait été causé par l'hyperthermie.

Le troisième lutteur essayait de perdre 6 livres en 3 heures afin de pouvoir lutter dans la catégorie des 153 livres le lendemain. Il avait déjà ramené son poids pré-saison de 180 à 159 livres en 13 semaines, et il avait perdu 11 livres de ce total au cours des 3 journées précédentes. Comme dans les deux autres cas, le sujet a été victime d'un arrêt cardiorespiratoire après environ 2 heures d'exercices vigoureux effectués dans un vêtement imperméable à la vapeur dans un environnement chaud. Les taux de sodium et d'azote uréique dans l'humeur vitrée 4 heures après la mort étaient élevés. Le taux de myoglobine dans l'urine s'établissait à 4280 ng/mL (il est normalement de 0 à 45). On a indiqué que le décès était attribuable à une rhabdomyolyse.

Beaucoup d'entraîneurs et de lutteurs croient que les lutteurs devraient lutter dans une catégorie de poids inférieure à leur poids présaison pour bénéficier d'un avantage sur les autres athlètes<sup>2</sup>. Sans compter qu'ils suivent un régime alimentaire, beaucoup de lutteurs essaient de maigrir rapidement en faisant des exercices vigoureux, en absorbant peu de liquides et en suant. Certains ont aussi recours aux diurétiques, aux laxatifs et aux vomissements auto-induits.

Chez les lutteurs des milieux universitaires des États-Unis, l'écart moyen entre le poids présaison et le poids de compétition s'établit à 16 livres<sup>3</sup> (soit environ 10 % de leur masse corporelle totale<sup>4</sup>). Les trois cas résumés ici soulignent les dangers que présentent la perte de poids rapide et la déshydratation intentionnelle dans ce sport. Les entraîneurs et les médecins devraient collaborer pour déterminer les poids appropriés pour la compétition et limiter la rapidité et l'importance de la perte de poids permises chez chaque lutteur. — JH

### Références

1. Hyperthermia and dehydration-related deaths associated with intentional rapid weight loss in three collegiate wrestlers — North Carolina, Wisconsin, and Michigan, November–December 1997. *MMWR* 1998;47(6):105-8.
2. Oppliger RA, Case HS, Horswill CA, Landry GL, Shelter AC. American College of Sports Medicine position statement: weight-loss in wrestlers [article de synthèse]. *Med Sci Sports Exerc* 1996;28:ix-xii.
3. Steen SN, Brownell KD. Patterns of weight loss and regain in wrestlers: Has