

Silvia Bonfanti, MD

FMH médecine physique et réadaptation
HUG, Genève
silvia.bonfanti@hcuge.ch

Stéphane Borloz, MD

FMH médecine physique et réadaptation
Clinique Bois-Cerf, Lausanne
stephane.borloz@hirslanden.ch

Yan Eggel, MD

FMH médecine physique et réadaptation
Clinique romande de réadaptation, Sion
yan.eggel@crr-suva.ch

Suzanne Gard, PT

MSc physiothérapie du sport
HUG, Genève
suzanne.gard@hcuge.ch

Boris Gojanovic, MD, MER

FMH médecine interne
Hôpital de La Tour, Meyrin (GE)
boris.gojanovic@latour.ch

Maxime Grosclaude, MD

FMH médecine physique et réadaptation
Hôpital de la Tour, Meyrin (GE)
maxime.grosclaude@latour.ch

Kenny Guex, PT, PhD

MSc entraînement et performance
Haute Ecole de Santé Vaud, Lausanne
kenny.guex@hesav.ch

Souheil Sayegh, MD

FMH médecine physique et réadaptation
FMH médecine générale
Hôpital de La Tour, Meyrin (GE)
souheil.sayegh@latour.ch

Stéphane Tercier, MD, MER

FMH chirurgie pédiatrique
Hôpital de l'Enfance, CHUV, Lausanne
stephane.tercier@chuv.ch

SYMPOSIUM de PRINTEMPS

03.03.2016, Vevey



Sport et... nutrition

13.00 Accueil

13.15 **Bienvenue**

13.25 Le fructose : toxique...même pour l'athlète ?

Prof Luc Tappy

(Uni Lausanne)

14.05 Milk and whey protein in sports nutrition

Paolo Colombani, PhD

(OFSP)

14.45 Activité physique dans le traitement de la dénutrition

Laurence Genton, MD

(HUG, Genève)

15.15 **Pause**

15.40 Lu pour vous (Fil rouge)

Souheil Sayegh, MD

(Hôp. de La Tour, Meyrin)

16.20 Les produits spécifiques pour sportifs - pertinence de leur utilisation ?

Valérie Ducommun

(OFSP & Hôp. de La Tour)

17.00 L'état de la lutte anti-dopage au niveau international

Marial Saugy, PhD

(Laboratoire Antidopage, Lausanne)

17.50 Synthèse et table ronde (40 min, tous les speakers)

18.30 **Fin & Apéro dinatoire**

Demande de crédits de formation en cours: SSMS, SSMPR, SSMIG, SSOT, Physioswiss

Sponsor principal



Sponsors



Sponsor principal



Sponsors

DG
DOETSCH GREYER AG
BEAUTY & BODY CARE · OTC · PHARMA

Almondgy
la vitalité par nature



TEASER
3 MARS
2016

Le fructose: toxique...même pour l'athlète?

Prof. Luc Tappy

Les sucres dit "ajoutés" sont constitués de glucose et fructose en quantité isomolaire. Le fructose a un métabolisme particulier, et est transformé dans un premier temps en glucose, graisses et acide lactique dans le foie. Ce potentiel lipogénétique du fructose fait craindre qu'il ne cause des maladies métaboliques lorsque consommé en excès. De surplus, lors d'administration orale de sucres, le glucose et le fructose activent réciproquement leur absorption et leur métabolisme hépatique, et le foie produit du lactate qui pourra être utilisé comme substrat énergétique pour le muscle. Ces propriétés fonctionnelles du fructose pourraient conférer certains avantages pour les athlètes pendant l'exercice et lors de la récupération.

Milk and whey protein in sports nutrition

Paolo Colombani, PhD

Sports nutrition is steadily evolving and the recommendations for athletes have changed during the past couple of years. This is also true for the drinking guidelines. Although the debate about the optimal sports drinks for intake during as well as after exercise is still ongoing, there are some voices calling for a greater use of milk and one of its ingredients, whey protein, in sports. The big question is: Are these voices based on evidence?

L'état de la lutte anti-dopage au niveau international: Beaucoup de questionnements et quelques réponses avant les Jeux de Rio.

Martial Saugy, PhD

Les révélations sur le dopage organisé dans l'athlétisme russe et les soucis de gouvernance dans certaines fédérations internationales posent à nouveau les questions fondamentales qui ont débouché en 1999 à la création de l'agence mondiale antidopage (AMA). A-t-on réussi à harmoniser et coordonner les contrôles de manière indépendante afin de préserver les intérêts des athlètes propres. Est-on certain que toutes les médailles olympiques distribuées à Rio seront décernées à la suite de performances intègres? Le grand chantier reste ouvert...

Lu pour vous

Souheil Sayegh, MD

A l'aide de plusieurs exemples pratiques, sera passée en revue une liste non exhaustive de plusieurs habitudes alimentaires - du sportif et du non sportif. Les concepts physiologiques avec les avantages et inconvénients seront analysés et commentés.

Activité physique dans le traitement de la dénutrition

Laurence Genton, MD

Les maladies chroniques non transmissibles (MC) sont responsables de 60% des décès. Dans les pays développés, les quatre principaux facteurs de risque modifiables sont une alimentation déséquilibrée, la sédentarité, le tabagisme et une consommation excessive d'alcool. Cette présentation résume l'effet combiné de l'activité physique et de la prise en charge nutritionnelle dans le cas de certaines MC associées avec une dénutrition.

Les produits spécifiques pour sportifs - pertinence de leur utilisation ?

Valérie Ducommun

Les produits spécifiques pour sportifs (boissons de l'effort, de récupération, barres, gels, gâteaux) - pertinence de leur utilisation ? A travers des situations et des demandes réelles d'athlètes, petit tour d'horizon de la gamme d'aliments spécifiques proposés sur le marché et l'occasion de se faire un avis.

Sponsor principal



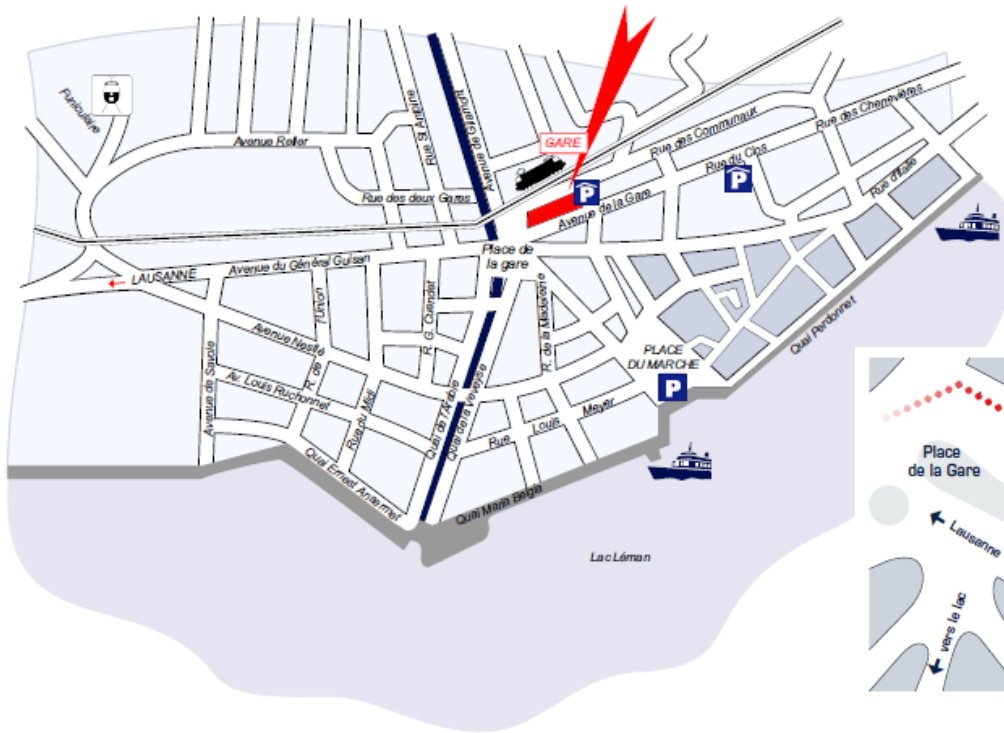
Sponsors

DG
DOETSCH GREYER AG
BEAUTY & BODY CARE - OTC - PHARMA

Almondgy
la vitalité par nature

La Tour
SPORT MEDICINE
aswiss olympic MEDICAL CENTER

LIEU ET PLAN D'ACCÈS




Astra Hotel
VEVEY - Montreux Riviera
Place de la Gare 4
1800 Vevey



ARRIVÉE EN VOITURE

Autoroute A12 Basel/Zurich - Bern - Fribourg - Bulle - Vevey
Autoroute A9 Genève - Lausanne - Vevey
Autoroute A9 Sierre - Sion - Martigny - Montreux - Vevey

- Sortie Vevey
- Suivre Vevey, Centre Ville / Gare

ARRIVÉE EN TRAIN

Basel/Zurich - Bern - Lausanne - Vevey
Genève - Lausanne - Vevey
Brig - Sion - Martigny - Montreux - Vevey

L'Astra Hotel se situe en face de l'entrée principale de la Gare.

ORGANISATION

Souheil Sayegh, MD
Boris Gojanovic, MD

info@rrms.ch

INSCRIPTIONS

Inscription par email avant le 26 février 2016 à :

inscription@rrms.ch

Merci d'indiquer : nom, prénom, code postal, profession, spécialité, lieu de travail.

Frais d'inscription CHF 50 (CHF 20 pour étudiants avec une attestation) sur le compte :
BCGE, IBAN : CH7500 7880 0005 0458 583
à l'att. de RRMES, Dr. Maxime Grosclaude