

PLONGEE ET VIEILLISSEMENT

Jean-Claude Le Péchon



PLONGEE ET VIEILLISSEMENT

1 – Introduction

2 – Vous avez dit «vieillissement» ? (J. Regnard)

3 – Plongée, Cœur et Vieillissement (A. Lévy)

4 – Plongée des séniors (Jacques Regnard)



1 – Introduction

1.1 – L'évolution démographique

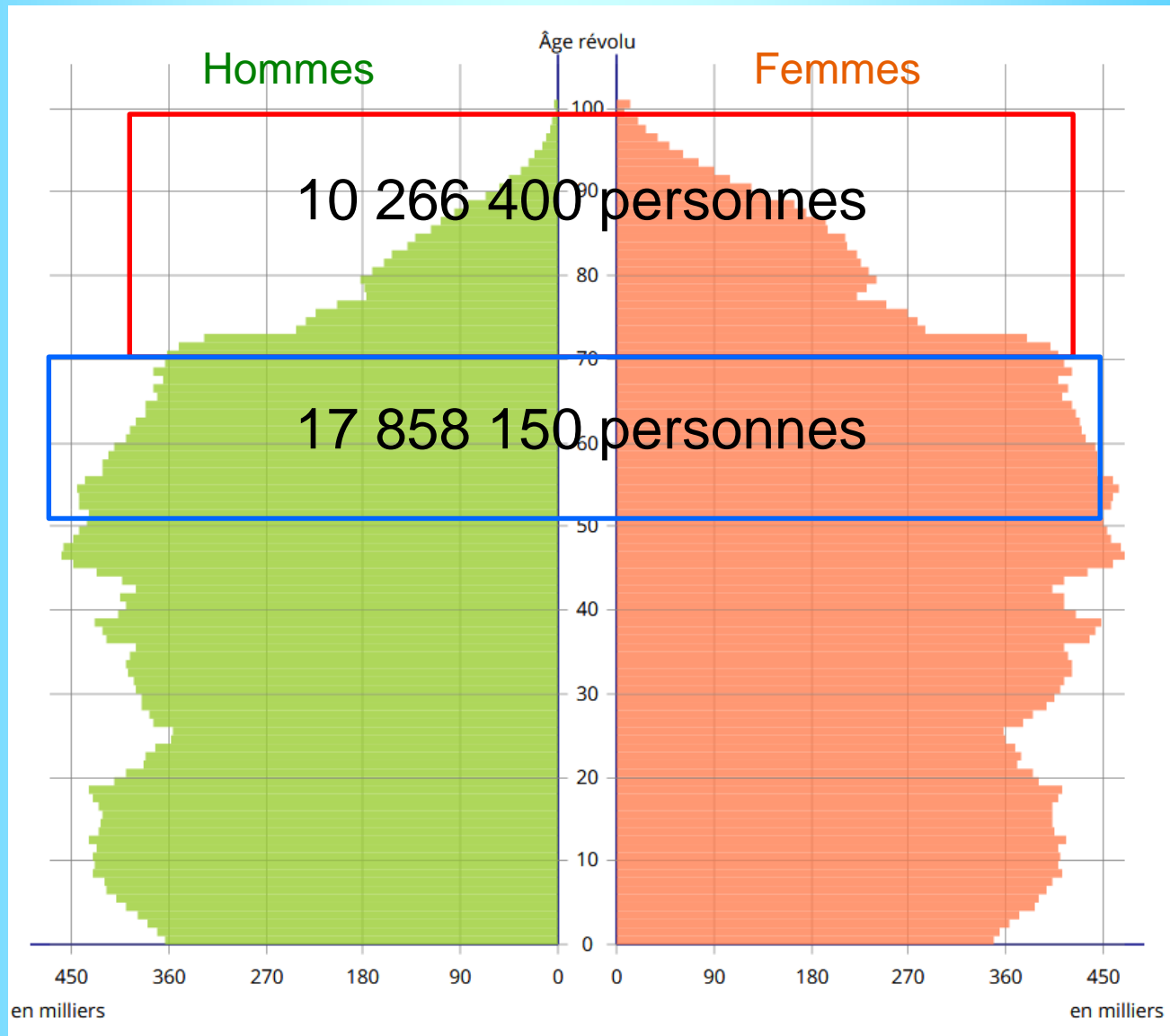
En 1910 uniquement 8 % de la population française dépassait 60 ans

Il n'y avait pas de plongeurs de loisir ...

ni jeunes ni âgés !!!!



En France : nouvelle répartition en 2019 !



1.2 – Vieillesse ?

L'homme est doté d'un étonnant et efficace pouvoir de réparation :

La cicatrisation !

Ceux qui sont concernés par l'**OHB** en connaissent les mécanismes

MAIS ?

Nous sommes dans une société ... où les produits et les Humains

sont sujets à obsolescence programmée...

Le vieillissement est inéluctable

D'après Serge Guérin (oct. 2017)

Association P.B.E.R.T.H. – Commission médicale 75 - FFESSM – St Louis – 24 Sept. 2019



1.2 – Population de plongeurs de loisir ?

Les plongeurs qui ont débuté à 25 ans il y a 40 ans sont tous des plongeurs « âgés »... et expérimentés....

et beaucoup souhaitent continuer à plonger...



La population concernée est vaste et variée
Les disciplines pratiquées en plongée aussi



1.3 – Prendre en compte « l'âge » du plongeur

Bien comprendre l'impact du vieillissement sur les capacités physiques du pratiquant

Les accidents de plongeurs au dessus de 50 ans sont très souvent d'origine cardiaque

D'où le choix d'un exposé spécifique sur le «vieillissement» cardiaque

Puis une explication générale sur la baisse progressive des performances respiratoires, mécaniques et globales

eu égard aux contraintes de la situation de plongée



Les recommandations pour le **médecin de plongée**

Sur quels examens s'appuyer ?

Comment aborder la question avec le pratiquant –
recommandations - restrictions, ... éducation...

Le point de vue du **pratiquant** et sa propre sécurité...

Type de plongées envisagées... expérience acquise

Le point de vue de l'**encadrant** et la sécurité du groupe...

Type de plongées envisagées... intégration dans les palanquées



A suivre

2 – Vous avez dit «vieillissement» ? (J. Regnard)

3 – Plongée, Cœur et Vieillissement (A. Lévy)

4 – Plongée des séniors (Jacques Regnard)

<http://jclp-hyperbarie.fr>

Mail : hyperbar@club-internet.fr

