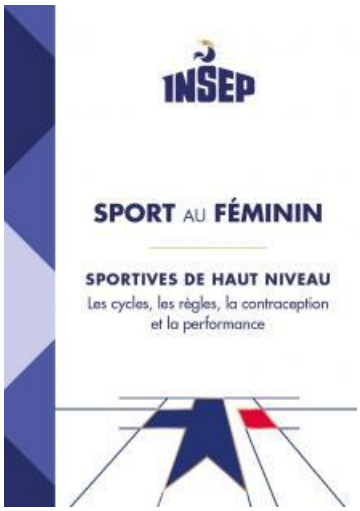

RECHERCHE ET DÉVELOPPEMENT

Sportives de haut niveau : Les cycles, les règles, la contraception et la performance

1 DOCUMENT - *Publié le 22 avril 2022*

La France est reconnue pour son engagement dans l'organisation de grands évènements sportifs féminins, avec un objectif de parité aux Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024. Au cours d'une enquête menée par le ministère chargé des Sports en 2021 auprès des sportives de haut niveau, parmi les 73 SHN ayant répondu à la question « vivez-vous la menstruation comme une difficulté dans le cadre de votre pratique » 84% déclarent vivre cette période comme une difficulté. C'est pour répondre à leurs questions, afin que le sujet des règles ne soit plus un sujet tabou que ce document a été réalisé. Il est destiné aux sportives, et également à leur entourage sportif, préparateur physique, entraineur. La pratique sportive intensive peut-elle influencer le cycle menstruel et quelles interférences y a-t-il entre cycle menstruel et performance ?

Sport au féminin - Sportives de haut niveau : Les cycles, les règles, la contraception et la performance
PDF- 18.02 Mo

TÉLÉCHARGER FEUILLETER

URL de la page : https://www.insep.fr/fr/publications/sportives-de-haut-niveau-les-cycles-les-regles-la-contraception-et-la-performance