

**Communiqué de Presse**

**26 avril 2021**

**L’EFFORT PHYSIQUE PROLONGÉ A DES IMPACTS SUR LA RETINE**

**L’étude MARETINE[[1]](#footnote-1), menée par l’Hôpital Fondation Rothschild, a procédé au suivi ophtalmologique de coureurs du marathon de Paris 2019. Elle apporte des éclairages nouveaux sur l’impact d’un effort physique prolongé au niveau de la rétine.**

L’expérience scientifique initiée par le centre de recherche clinique de l’Hôpital Fondation Rothschild, sous la houlette de son coordinateur **Vivien Vasseur**, a été conduite auprès de coureurs inscrits à l’édition 2019 du marathon de Paris, une course longue de 42,2 kilomètres. Son objectif : recueillir et analyser des données concernant les effets d’un exercice prolongé et intense sur la vascularisation oculaire rétinienne et choroïdienne (membrane vasculaire entre la rétine et la paroi du globe oculaire). De fait, les modifications de paramètres cardiovasculaires au cours d'un exercice physique prolongé ont déjà été étudiées : elles ont été associées à la fois à des effets bénéfiques ou néfastes, suggérant la complexité des processus physiologiques en action. Il a ainsi par exemple été démontré que l'endurance augmente les taux de différentes hormones (rénine, aldostérone, cortisol, progestérone, ACTH, bêta-endorphine). Pour autant, les informations disponibles concernant les effets sur les yeux des marathoniens demeurent limitées.

**Une étude en vie réelle, auprès de marathoniens**

Concrètement, l’étude a été menée dans un cadre de vie réelle, sans intervention expérimentale : 31 participants ont été recrutés par le biais d'une campagne d'information à l'Hôpital Fondation Rothschild et une première visite a été organisée dans le mois précédant le marathon, en mars 2019. A cette occasion, tous les patients ont subi une mesure de la pression artérielle et un examen ophtalmologique complet, comprenant en particulier une photographie du fond de l'œil et une OCT-angiographique[[2]](#footnote-2) permettant de visualiser les vaisseaux rétiniens et choroïdiens. Un second examen a été organisé sur les 29 participants ayant terminé la course, moins d’une heure après leur franchissement de la ligne d’arrivée : les mêmes mesures ont été effectuées, avec un équipement identique.

Il ressort de l’analyse que des modifications ophtalmologiques significatives ont été observées à l’issue de cet engagement physique, confirmant que **les changements au niveau de la pression sanguine, induits par le sport d’endurance, peuvent impacter la vascularistaion oculaire** au même titre que celles d'autres organes (tels que le cœur, cerveau, rein…). Les résultats mettent en particulier en avant la **baisse significative du débit sanguin au niveau de la rétine** **et de la choroïde** probablement en raison de la déshydratation liée à l’effort. En parallèle, l’épaisseur de la macula centrale et de la couche de fibres nerveuses de la rétine a au contraire augmenté témoignant d’une hypoxie relative: des recherches complémentaires sont nécessaires pour à la fois expliquer ces phénomènes et évaluer la possibilité de transposer les résultats obtenus à d’autres populations et/ou sports.

 **\*\*\***

**A propos de l’Hôpital Fondation Adolphe de Rothschild :** Situé au cœur du 19ème arrondissement de Paris, **l’Hôpital Fondation Adolphe de Rothschild** est un hôpital universitaire créé en 1905, spécialisé dans toutes les pathologies de la tête et du cou courantes ou rares : ophtalmologie, neurologie, ORL… des adultes et des enfants. Cet hôpital sans but lucratif est un établissement de santé privé d’intérêt collectif (ESPIC). Il propose une prise en charge d’excellence en secteur 1 et assure, chaque année, plus de 400 000 consultations et actes techniques et plus de 45 000 passages aux urgences ophtalmologiques. Disposant de plateaux techniques de dernière génération et d’experts reconnus au niveau mondial, les services de l’Hôpital Fondation Rothschild apparaissent régulièrement en tête des classements des meilleurs hôpitaux français. Assurant le continuum soins, recherche et formation, l’Hôpital Fondation Rothschild pilote plus de 150 études de recherche clinique, publie plus de 300 articles scientifiques par an et forme chaque année près de 700 étudiants. Reconnue d’utilité publique, la Fondation Adolphe de Rothschild est habilitée à recevoir des dons et des legs. [www.for.paris](http://www.for.paris)

**Contacts presse**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hôpital Fondation Adolphe de Rothschild**Emmanuelle Le Roy 01 48 03 67 51 eleroy@for.paris  | **LJ Communication** Maryam De Kuyper - Anne-Laure Brisseau01 45 03 89 94 - 01 45 03 50 36m.dekuyper@ljcom.net - al.brisseau@ljcom |

1. *Retinal and choroidal blood flow variations after an endurance exercise: A real-life pilot study at the Paris Marathon.*  [↑](#footnote-ref-1)
2. *OCT : Optical Coherence Tomography* [↑](#footnote-ref-2)