

▪ **Annexe 3-2-1c1 : Conditions autorisant la pratique**

La plongée chez les diabétiques insulino-dépendants ne peut être organisée que dans des conditions spécifiques. Elle échappe par conséquent au sport de masse.

A. Procédure pour la délivrance du certificat de non contre indication à la pratique de la plongée subaquatique de loisir pour les diabétiques insulino-dépendants

- × Certificat préalable signé par le diabétologue traitant² sur un formulaire type figurant en annexe et présentant au verso les 7 conditions de non contre indication diabétologique à la plongée ;
- × Certificat final de non contre-indication signé par un médecin fédéral après qu'il ait pris connaissance du certificat préalable ;
- × Remise au diabétique, par le médecin fédéral, de la lettre informative dûment commentée.

B. Les 7 conditions de non contre indication diabétologique à la plongée subaquatique de loisir chez le diabétique insulino-dépendant

1. Diabétique insulino-traité âgé d'au moins 18 ans.
2. Suivi diabétologique régulier (au moins 3 fois / an) depuis au moins un an par le même diabétologue. Une éducation diabétologique, notamment concernant la gestion de l'insulinothérapie et la prévention de l'hypoglycémie en cas d'activité sportive a été dispensée.
3. HbA1c < 8,5%
4. Auto-surveillance glycémique régulière (au moins 4 fois / jour).
5. Aucune hypoglycémie sévère ni acidocétose dans l'année précédant la délivrance du certificat.
6. Seuil de perception correct des hypoglycémies (> 0,50 g/l soit 2,75 mmol/l). Le patient doit savoir reconnaître une hypoglycémie et y réagir seul.
7. Absence de retentissement macroangiopathique ou microangiopathique ou de neuropathie périphérique patente.

C. Prérogatives techniques restreintes

1. Aucune autonomie pour les plongeurs insulino-dépendants et ce, quel que soit leur niveau de plongeur
2. Plongées encadrées par un E2 au minimum en milieu naturel, un E1 au minimum en milieu artificiel.
3. Plongées dans la courbe de sécurité.
4. Plongées dans l'espace médian (20 mètres maximum). Durée de la plongée limitée à 30 minutes.
5. Outre l'encadrant et les autres plongeurs, la palanquée ne peut comprendre plus d'un plongeur diabétique insulino-dépendant, et cela quel que soit son niveau

² Par traitant, on entend le diabétologue suivant le patient depuis au moins un an. Preamble signifie que le Médecin Fédéral ne délivrera un certificat de non contre indication QU'APRES AVOIR PRIS CONNAISSANCE du certificat préalable.

6. Interdiction de plonger :

- ✓ en cas de température de l'eau inférieure à 14°C
- ✓ s'il existe des conditions gênant la mise en pratique du protocole de mise à l'eau (bateaux peu stables, pneumatiques par exemple...)...
- ✓ si, en cas d'émergence rapide, le retour vers le bateau est difficile (courant, vagues, turbidité de l'eau, brume, nuit, etc....),

D. Commentaires

- x Ce document vise à permettre la pratique sécurisée de la plongée subaquatique par un diabétique insulinodépendant.
- x Le Médecin Fédéral signataire du certificat final aura pour mission de rappeler les prérogatives de pratique et le fait que la plongée peut être pratiquée selon les informations et recommandations qui lui auront été données. C'est lui qui remettra au plongeur diabétique la « lettre d'information ».
- x Une qualification particulière pour l'encadrement de ces plongeurs n'est pas nécessaire ; il est du devoir des diabétiques d'informer des contraintes de ce type de plongée l'encadrement, voire les plongeurs de la palanquée,. Il est par contre conseillé aux encadrants et aux directeurs de plongée de consulter les informations relatives à la pratique de plongée chez le diabétique en se connectant sur le site de la F.F.E.S.S.M. (C.T.N et C.M.P.N.).
- x **A défaut de respect des conditions spécifiques techniques et médicales, l'encadrant ou le directeur de plongée peuvent refuser de faire plonger le diabétique insulinodépendant.**