

LA NAGE DU COEUR

Montpellier : Nageons ensemble contre la Cardiomyopathie et promouvons les bienfaits de l'activité physique adaptée à travers la natation

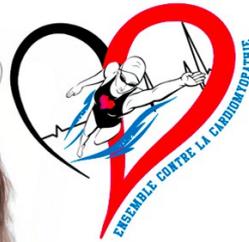


Clémence Gualy, jeune Montpelliéraine de 29 ans, ambassadrice des personnes atteintes de cardiomyopathie donne rendez vous au public le samedi 28 septembre 2024 de 10h à 16h à la piscine olympique d' Antigone Angelotti de Montpellier pour son nouveau défi, organisé aux cotés de la Fédération Française de Cardiologie Languedoc-Roussillon , du Muc Natation, Chu Arnaud de Villeneuve de Montpellier et de la Métropole de Montpellier : « écrivons ensemble un bout de l'histoire pour permettre de faire avancer la recherche cardiaque, car mon combat contre la cardiomyopathie, c'est aussi le votre !».



Fédération
Française de
Cardiologie

Association régionale
Languedoc-Roussillon



C'était le 18 juin 2022 : Clémence Gualy est devenue la première femme au monde atteinte d'une cardiomyopathie hypertrophique très sévère à avoir réalisé en pleine mer 5 kms à la nage (ce qui équivaut à un semi-marathon de course à pieds) à travers un relais de 15 kms à la nage, entre la Grande-Motte et Palavas-Les-Flots, en compagnie de l'aventurier nageur Jacques Tuset et de la nageuse Ludivine Blanc. Une belle performance qui a permis la création d' une bourse de recherche FFC de 50 000 euros pour financer l'étude pilote Cardiomyofit. Pour : lutter contre le déconditionnement chez ces malades par l'activité physique adapté :

<https://www.fedecardio-lr.com/actu-ffc-lr/defi-reussi-pour-clemence/>



Littoral

De La Grande-Motte à Palavas à la nage, le défi réussi de Clémence Gualy

C'est en 14h00 que Clémence et ses "Guides" ont relé à la nage, les 15km séparant La Grande Motte de Palavas rive droite. A leur arrivée, Clémence et ses coéquipiers ont été chaleureusement applaudis : « Comme vous le savez, je viens de réaliser un relais de 15km à la nage en compagnie de mes deux guides Ludivine Blanc et Jacques Tuset afin de montrer à la maladie que je n'ai pas peur d'elle et que quoi qu'il arrive elle n'aura guère le dernier mot mais aussi pour dire à toutes les personnes qui ont une cardiomyopathie de ne jamais renoncer à se battre et de garder espoir »



La sécurité de Clémence a été assurée au plus près par la SNSM.

« La maladie n'aura pas

moné ensemble et nous sommes



"Un des plus beaux combats de la vie, c'est d'avoir réussi à surmonter sa maladie"

Clémence GUALY.



Une nage de 6h en guise de nouveau défi

Boostée par ce succès, Clémence se lancera très bientôt un nouveau défi à travers l'événement la Nage du Coeur orchestré par la Fédération Française de Cardiologie Languedoc-Roussillon. Le samedi 28 septembre, de 10h à 16h, elle va tenter un autre exploit en nageant pendant 6h00 (nombre d'opérations cardiaques qu'elle a eu à l'âge de 15ans en seulement 1 mois) en compagnie du nageur Jacques Tuset. L'objectif: affirmer qu'il ne faut en aucun cas baisser les bras pour parvenir à vaincre la cardiomyopathie ; une pathologie génétique du muscle cardiaque représentant l'une des causes majeures de la mort subite chez les jeunes de moins de 40 ans et d'insuffisance cardiaque, que Clémence connaît bien pour la vivre au quotidien depuis sa naissance. Opérée à cœur ouvert d'une Myectomie Septale à l'âge de 15 ans, 12h d'intervention, et au terme de laquelle plusieurs défibrillateurs/pacemakers lui ont été posés, sa maladie a évolué vers une insuffisance cardiaque et une potentielle greffe cardiaque est envisagée et se fera au moment opportun . Elle est suivie actuellement par le Pr Jean-Luc Pasquié et le docteur Valentin Dupasquier, et depuis sa naissance à l'hôpital Arnaud de Villeneuve de Montpellier, et voit de temps en temps le Pr Gilbert Habib à l'hôpital de la Timone à Marseille.







LA NAGE DU COEUR

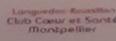
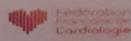
VENEZ NAGER POUR AIDER LA RECHERCHE

28 SEPTEMBRE

Piscine olympique Angelotti du quartier d'Antigone, MONTPELLIER
de 10h à 16h

SOUTENEZ LA RECHERCHE SUR LES MALADIES
CARDIOVASCULAIRES

**Ouvert à tous, à partir de 10 ans ! Pas de compétition,
juste une nage libre. Que vous soyez sportif, non
sportif, en famille, jeune ou âgé, vous pouvez vous
battre pour la même cause.**



Promouvoir les bienfaits de l'activité physique adaptée - sensibiliser le public sur la cardiomyopathie -faire avancer la recherche

Pour Clémence Gualy, s'il existe bel et bien un outil , un support, un moyen de lui permettre de remplir au mieux sa mission c'est à travers la pratique d'une activité physique reconnue comme un facteur d'insertion, d'intégration sociale, mais également d'engagement, de bien-être , d'épanouissement . Elle est convaincue et le prouve que même avec une grave maladie il est possible de pratiquer une activité physique à condition qu'elle soit adaptée, et que l'on soit entouré par des médecins experts. Clémence a décidé de choisir la natation non pas par hasard mais parce qu'elle s'est aperçue au fur et à mesure qu'elle l'a pratiquée que cela lui soulage tel un bouclier certains de ses symptômes en renforçant son cœur, son endurance et son souffle, prévient des complications, facteurs, risques cardiovasculaires, même si cela ne lui permet pas de guérir de la cardiomyopathie, ni de stopper l'évolution de cette maladie encore incurable de nos jours.Elle arrive toutefois à se sentir soi-même, plus énergique, et en ayant l'impression d'être invincible. Elle parvient à démontrer tel une guerrière, une combattante à travers ses exploits sportifs qu'elle réalise sous forme de défis à la nage, sa force et son courage, tout en donnant de l'espoir, et dire à la cardiomyopathie que « je n'ai pas peur d'elle » et que la maladie « n'aura pas le dernier mot ».

Pour parvenir à de telles performances, elle s'entraîne régulièrement tout en apprenant à écouter son corps et en pensant à bien s'hydrater, manger, se reposer : « Il ne faut surtout pas faire par exemple deux jours de sport, pour ensuite abandonner et reprendre 15 jours après, car sinon c'est comme repartir de zéro ». Toutes victoires se méritent, se savourent et c'est petit à petit en gagnant en endurance, en souffle, en énergie, en muscles ; par paliers, qu'on arrive à tenir plus longtemps, être plus à l'aise, prendre du plaisir, et réaliser par la suite de plus grandes distances, exploits, comme elle les réalisent. Cela demande aussi tout de même beaucoup de volonté, mais elle a toujours aimé l'esprit du sport, l'envie de se surpasser : « J'espère que toutes celles et ceux qui me suivent, me soutiennent sont fiers de moi, et que j'incarne, représente aux mieux , l'ambassadrice des personnes atteintes de cardiomyopathie, que je suis ».

Elle sait toutefois combien cette pathologie peut la malmener et qu'il lui faut demeurer vigilante dans l'eau, risque de noyade du aux arythmies et aux signes de son Insuffisance cardiaque et de sa cardiomyopathie(essoufflement, malaises, prise de poids, oedemes, fatigue) . Malgré tout, elle garde intacte sa détermination. Son désir profond est avant tout altruiste: que cette maladie soit maîtrisée . Et que par son engagement physique et moral dans ses défis sportifs, les projecteurs soient braqués sur la cardiomyopathie afin de davantage sensibiliser et informer le grand public. Et in fine : faire avancer la recherche pour qu'un traitement curable contre la cardiomyopathie hypertrophique voit le jour . Une belle aventure humaine et solidaire à laquelle Clémence invite tout le monde à participer avec la Fédération Française de Cardiologie Languedoc-Roussillon le 28 septembre en venant nager à ses côtés, et selon vos possibilités d'endurance, accessible à partir de 10 ans, en effectuant la distance de votre choix, encadrés par les bénévoles du Club Coeur et Santé de Montpellier, lors de cette journée qui sera rythmée par plusieurs animations et rencontres dont des démonstrations de gestes qui sauvent, vidéos de Clémence Gualy et Jacques Tuset, ainsi que des entretiens avec des spécialistes de la cardiologie qui ponctueront cet événement: « nous deviendrons des héros car non seulement on fera du bien à notre santé en nageant, nous montrerons l'exemple que l'activité physique est bonne pour la santé, et contribuerons à affaiblir un peu plus encore la cardiomyopathie et notamment par la création d'une bourse de recherche ».Contre la maladie, Clémence en est convaincue : l'union fait la force !

Possibilité également d'acheter un bonnet de natation crée par Clémence Gualy et Valilo 3D intitulé « Ensemble contre la Cardiomyopathie » au magasin SWIIM natation se trouvant juste à coté de la piscine Angelotti de Montpellier pour soutenir le combat . Vous pouvez aussi le commander en ligne : <https://www.swiim.fr/5459-bonnet-de-bain-ensemble-contre-la-cardiomyopathie-resister-c-est-exister/>

Informations supplémentaires et faire un don : <https://www.fedecardio-lr.com/nage-du-coeur-2024/>