

“Les commotions cérébrales EN SPORT SONT BANALISÉES”

▶ Mort subite, commotions répétées pouvant entraîner des maladies neurodégénératives...

▶ Les décès successifs de sportifs de haut niveau, à un âge fort jeune, de crises cardiaques ou de maladies neurodégénératives posent question: faire du sport à haut niveau, est-ce à risque? Peut-on vivre vieux et en bonne santé en ayant eu une carrière basée sur l'effort et les résultats sportifs?

Il est vrai que pratiquer un sport à un haut niveau peut parfois révéler certaines maladies voire entraîner des complications de santé.

Les morts subites sur les terrains de sport, les crises cardiaques, les maladies rénales liées à la prise de protéines pour gonfler la masse musculaire... “Ce n'est pas uniquement l'apanage des sportifs professionnels de haut niveau”, déplore le Dr Jean-François Kaux, médecin coordinateur de SportS2, reconnu centre médical d'excellence de la Fifa.

Le docteur Jean-Pierre Cas-

tiaux, médecin du sport aux cliniques universitaires Saint-Luc ajoute: “On en parle régulièrement parce que ce sont des sportifs de haut niveau ou de jeunes sportifs. Mais cela peut toucher tout le monde.”

LES IMAGES de jeunes footballeurs ou rugbymen s'effondrant sur le terrain, foudroyés par une attaque cardiaque, marquent les esprits. “Ce sont souvent des jeunes qui décèdent le plus souvent d'une hypertrophie ventriculaire gauche, d'une malformation cardiaque parfois génétique”, détaille Jean-François Kaux.

Ce sont des malformations difficiles à déceler. “Malheureusement, souvent, la mort est le premier symptôme”, poursuit Jean-Pierre Castiaux. Mais tous les

sportifs qui en souffrent n'en meurent pas. Selon Jean-François Kaux, il existe des exemples connus de sportifs qui ont un problème cardiaque et qui n'en ont pas souffert sur le terrain. “Lilian Thuram est atteint de l'une de ces malformations. Il l'a appris vers 35 ans, lors d'un bilan. Il a eu une très belle carrière.”

La consommation de produits dopants peut également avoir des conséquences dramatiques pour les sportifs amateurs ou non. La prise de protéines, elle, influe sur les reins.

LES COMMOTIONS cérébrales, nombreuses en rugby ou football, sont rarement prises au sérieux. “Elles sont souvent banalisées. Or, les commotions successives à long terme peuvent avoir des conséquences invalidantes. Des commotions répétées peuvent, à l'instar de Mohamed Ali, conduire à des maladies neurodégénératives. Dans l'idéal, quand ça arrive, il vaut mieux arrêter le sport et ne le reprendre que progressivement, avec l'accord médical.”

L.C.C.

Responsabiliser le sportif

BRUXELLES Les certificats médicaux délivrés pour obtenir des licences ne sont pas toujours adéquats. Certaines maladies, comme les malformations cardiaques, passent parfois entre les mailles du filet. Si l'avis médical est important, les experts sont d'avis de responsabiliser aussi le sportif. *"À haut niveau, il convient peut-être de faire un bilan complet en commençant sa carrière et à refaire des examens vers 35-40 ans"*, indique Jean-François Kaux.

La Commission de prévention des risques pour la santé dans le sport planche actuellement sur un questionnaire qui devra être complété par les sportifs eux-mêmes. *"Le but est de responsabiliser la personne et de lui permettre de voir si elle doit consulter un spécialiste ou pas"*, ajoute le Dr Jean-Pierre Castiaux qui affirme que cela verra le jour d'ici quelques années.

L.C.C.

Douleurs physiques

BRUXELLES *"Les salles de sport sans coach, par exemple, sont très néfastes. Les gens font du sport sans savoir ce qu'ils travaillent, sans corriger leur posture... Ils font des erreurs et se blessent"*, déplore le Dr Jean-Pierre Castiaux. Au niveau mécanique, les risques dépendent de la pratique sportive et de la manière de pratiquer ce sport.

■ Au **volley**, la moitié des problèmes physiques rencontrés par les joueurs sont des soucis de tendon patellaire (rotulien).

■ Au **handball**, genoux et épaules encaissent les coups et peuvent faire souffrir.

■ Au **tennis**, il y a beaucoup de microtraumatismes, périostites, entorses des chevilles, douleurs d'épaules et de genoux...

■ Au **rugby**, comme au football et au football américain, les commotions sont à prendre au sérieux.

L.C.C.

IN MEMORIAM

Ces sportifs partis trop tôt

■ Marc-Vivien Foé

Décédé à 28 ans lors d'un match *L'international camerounais s'est écroulé sur le terrain en 2003 lors d'un match opposant le Cameroun à la Colombie. Durant 45 minutes, les urgentistes ont tenté de le réanimer. En vain. Une malformation congénitale (hypertrophie cardiaque) est la cause de son décès.*

■ Serge Baguet

Décédé à l'âge de 47 ans *L'ancien champion de Belgique de cyclisme sur route a tiré sa révérence hier matin des suites d'une longue et pénible maladie. Le coureur cycliste, originaire de Flandre orientale, souffrait d'un cancer du colon.*

■ Miklos Feher

Décédé à 24 ans lors d'un match
Après avoir été sanctionné d'un carton jaune, le joueur du Benfica Lisbonne s'est effondré sur la pelouse en 2004, victime d'un arrêt cardiaque. Son club a décidé, en mémoire du jeune talent, de ne plus attribuer son numéro. Le numéro 29 reste éternellement le sien.

■ Jonah Lomu

Attaque cardiaque à 40 ans
L'ancien joueur international de rugby neo-zélandais a été emporté par une attaque cardiaque en 2015. Atteint d'une importante maladie rénale (le syndrome néphrotique), il avait pris sa retraite en 2002. Il attendait une greffe de rein.

■ Joost van der Westhuizen

La maladie de Charcot l'a emporté à 45 ans
Le joueur de rugby international sud-africain a été touché par une maladie neurodégénérative, la maladie de Charcot. Il avait 40 ans lorsqu'il l'a découvert. Il a été emporté des suites de sa maladie le 6 février dernier.