

COMMOTIONS CÉRÉBRALES DANS LE SPORT

« Protège-dents et musculation du cou », l'avis d'un chirurgien bayonnais

Membre du comité médical de la FFR, le professeur Jean-Marc Vital est l'un des rapporteurs de travaux menés par l'Académie de médecine sur les risques liés aux sports pour le cerveau

Fabien Jans
fjans@sudouest.fr

« Ça fait longtemps que je me suis aperçu que j'avais perdu la mémoire pour certaines choses. Une partie de ma vie familiale à Sale a disparu. Je ne me souviens pas de la naissance de ma fille. » Ces paroles, signées Sébastien Chabal, grande figure du rugby français, ont fait le tour des médias dans le monde. Quelques jours après leur parution, l'ex-troisième ligne international a quelque peu modéré son propos en admettant ne pas savoir si ses pertes de mémoires étaient dues à la pratique de son sport.

Reste que le témoignage n'est pas le premier. Et qu'il vient apporter de l'eau au moulin de ceux qui défendent une meilleure protection des joueurs, du plus haut niveau à celui des amateurs.

Membre du comité médical de la Fédération française de rugby, précisément dans le secteur scientifique, recherche et enseignement, le professeur Jean-Marc Vital fait partie de ceux qui travaillent le sujet de près. Le Bayonnais, qui a pratiqué la chirurgie de la colonne vertébrale à Bordeaux durant une grande partie de sa carrière, possède une assise difficilement contestable au moment d'affirmer que les instances du rugby, « peut-être plus que toutes autres, ont pris la mesure du problème ». Et qu'elles sont engagées tout à la fois dans la prévention immédiate, l'adaptation du jeu par le biais de l'évolution de ses règles et le suivi des recherches à plus long terme.

Trois niveaux

La définition actuellement acceptée des commotions cérébrales les décrit comme des lésions traumatiques du cerveau survenues au cours de la pratique sportive, dues à un choc direct soit au niveau de la tête, du cou ou sur n'importe quelle autre partie du corps, induisant une force impulsive appliquée au cerveau : « Il en existe trois niveaux, précise celui qui est aussi membre de l'Académie nationale de médecine : le traumatisme crânien, grave, qui peut mener à un décès, que l'on retrouve peu dans les sports collectifs, mais davantage dans la pratique de l'escalade ou de sports mécaniques ;

la commotion cérébrale, telle qu'on l'envisage généralement avec une victime qui peut ressentir les effets d'un KO ; et la subcommotion, dont les effets ne sont pas visibles dans l'immédiat, mais sur la distance. » Cette dernière catégorie préoccupe particulièrement Jean-Marc Vital. Notamment parce qu'elle n'engendre pas de prise en considération évidente : « On a par exemple beaucoup parlé du jeu de tête dans

« Il y a aussi le carton bleu, qui permet à l'arbitre de faire sortir immédiatement et définitivement un joueur »

le football. Certains joueurs s'en sont inquiétés, jusqu'à en préconiser l'interdiction (l'ex-international français, Raphaël Varane avait soulevé le sujet en 2024, NDLR). Une réflexion est engagée pour son interdiction chez les enfants et la réduction des exercices à l'entraînement pour les adultes. Cela va dans le bon sens, il me semble. » De la prévention qui doit s'accompagner de l'adoption de bonnes pratiques, estime encore le Bayonnais : « Il faudrait que les footballeurs, à



Le professeur émérite Jean-Marc Vital
PHOTO ACADEMIE DE MEDECINE



Le Rochelais Jonathan Danty après un choc avec Charles Ollivon (Toulon), le 8 septembre 2024. XAVIER LEOTY

l'image des rugbymen et des boxeurs, portent un protège-dents. Parce que lorsque l'on serre les dents, on contracte les muscles du cou et on diminue ainsi l'oscillation de la tête. Ce n'est pas le choc qui provoque les commotions ou subcommotions, mais l'accélération induite par celui-ci. Dans la boxe, des recherches ont démontré une diminution des risques de 28 % grâce à cet ustensile. Le rugby est, lui aussi, très avancé en la matière, grâce à des protège-dents connectés qui peuvent mesurer cette accélération. Dans cette même optique, le sujet de l'importance du travail de musculation du cou, même chez les amateurs, doit être posé. »

Ligne de placage

Sous les projecteurs parce que ce sport grandit de façon exponentielle ces dernières années, le rugby a pris le taureau par les cornes : pas de placage dans les plus jeunes catégories, un travail autour de l'abaissement de la ligne de placage ou encore, toujours en ce qui concerne ce geste technique, des chasubles indiquant, par un code couleur, les zones corporelles à privilégier afin de stopper son adversaire en toute sécurité.

« Il y a aussi le carton bleu, qui per-

LES PROGRÈS DE LA RECHERCHE

De nombreux programmes de recherche sur les commotions cérébrales dans le sport ont eu lieu ou sont en cours, dont un à Bordeaux, impliquant des footballeurs. « Aujourd'hui, on peut dépister une commotion grâce à un test salivaire, illustre le Pr Jean-Marc Vital. Pour le traitement, il existe une technique thérapeutique par photo modulation, qui peut permettre de diminuer les effets secondaires. Il faut absolument que des études se portent sur les subcommotions. Et l'essentiel reste et restera la prévention. Et cela, en ce qui me concerne, la FFR en a conscience. »

met à l'arbitre de faire sortir immédiatement et définitivement un joueur en cas de suspicion de commotion cérébrale. » La mesure s'accompagne d'un repos obligatoire avant de pouvoir jouer de nouveau, allant de dix jours à plusieurs mois, en fonction des antécédents du joueur et après autorisation médicale. Dans l'attente de cette dernière, la licence du joueur peut être bloquée via le logiciel fédéral Oval-e.

Autant de décisions qui vont dans le bon sens, juge Jean-Marc Vital, qui pointe néanmoins un dernier sujet sensible : celui de l'alourdissement des calendriers : « Si les chiffres ont baissé dans la boxe, c'est parce que le nombre de combats a été réduit au cours d'une carrière. A contrario, dans le rugby et le football, les joueurs enchaînent de plus en plus les rencontres. Or, la répétition des

commotions sur de courtes périodes, sans repos, est un facteur aggravant. »

Dans les conclusions d'un rapport intitulé « Les effets néfastes retardés du sport intensif » présenté le 4 février 2025, dont Jean-Marc Vital était l'un des rapporteurs, l'Académie nationale de médecine adresse ainsi ses recommandations : « Il faut pouvoir reconnaître une commotion, et des effets qui peuvent survenir sur le long terme, résume le Bayonnais. Le personnel médical, notamment celui amené à intervenir en marge de rencontres sportives, doit donc être formé. Tout comme doivent l'être les arbitres, qui sont aussi là pour la protection des pratiquants. Enfin, l'équipement en protège-dents et le renforcement des muscles du cou doivent faire partie de mesure à développer. »