

SANTÉ

Les commotions restent un sujet tabou dans le rugby

Idole du rugby français des années 2000, Sébastien Chabal révèle n'avoir aucun souvenir de sa carrière. En toile de fond : les commotions cérébrales qu'il a subies à répétition et leurs lourdes conséquences neurologiques.

EVA RISKO

Plus de 300 matchs professionnels disputés dont 62 sous le maillot tricolore avec le XV de France, un Grand Chelem en 2010, deux Tournois des Six Nations, un titre de champion d'Angleterre et un Challenge européen à son palmarès... Et pourtant, Sébastien Chabal, 47 ans, figure incontournable du rugby mondial, confie n'avoir « aucun souvenir d'une seule seconde d'un match de rugby » joué au cours de sa carrière. Dans le podcast *Legends*, publié le mercredi 9 avril sur YouTube, l'ancien international livre un témoignage saisissant. Il y affirme avoir oublié l'essentiel de sa carrière, mais aussi des moments forts de sa vie personnelle, comme la naissance de sa fille : « J'ai quelques souvenirs d'enfance, mais encore. Je pense que c'est parce qu'on me les a racontés. » En cause : les séquelles neurologiques liées aux nombreuses commotions cérébrales subies au fil des années passées sur le terrain et leurs gravissimes conséquences à long terme.

Un mal invisible mais bien réel

Une commotion cérébrale est un traumatisme crânien qui perturbe temporairement le fonctionnement du cerveau. Elle est causée par un choc direct ou indirect, que ce soit à la tête, au visage, au cou... voire au reste du corps. Si l'origine de ces blessures est bien connue (un placage violent, une chute mal amortie), leurs symptômes, eux, sont souvent plus discrets. « Il y a parfois des signes très clairs et évidents, comme une perte de connaissance ou des convulsions. Mais il y en a d'autres, beaucoup plus subtils, qui passent facilement inaperçus, comme une migraine persistante après un match ou une grosse fatigue, qui peuvent être signe de commotion », explique Laurent Simar, directeur de la commission médicale de Belgium Rugby et médecin officiel de l'équipe nationale belge.

Et si ces symptômes peuvent sembler

Il peut y avoir des troubles de mémoire à long terme, de concentration, parfois allant jusqu'à des dépressions. Ce sont donc vraiment des syndromes qui peuvent être assez graves

Laurent Simar
Directeur de la commission médicale de Belgium Rugby

”

anodins, les conséquences, elles, ne le sont pas. « Une première conséquence bien embêtante, c'est qu'on a un risque de blessures secondaires plus important dans les suites directes de la commotion. On parle ici de toute blessure confondue : une entorse à la cheville, par exemple, ou même une deuxième commotion », explique encore le docteur Simar. Les commotions à répétition, elles, exposent à des risques plus graves : « Il peut y avoir des troubles de mémoire à long terme, de concentration, parfois allant jusqu'à des dépressions. Ce sont donc vraiment des syndromes qui peuvent être assez graves. »

Un phénomène sous-déclaré et sous-estimé

Les commotions cérébrales restent largement sous-déclarées dans le sport amateur, en grande partie parce qu'elles sont peu prises en charge médicalement. « Les blessures du rugby sont couvertes par une assurance comme dans les autres sports, mais ces blessures-là ne sont pas souvent déclarées, parce qu'en général, ça donne un peu de maux de tête pendant une semaine, dix jours. Il n'y a pas d'opération, pas de gros frais médicaux », explique Laurent Simar. Résultat : pas de dossier, pas de suivi, pas de chiffres fiables. S'ajoute à cela une tendance des joueurs à minimiser les symptômes ou à ne pas les reconnaître, dans le but de retourner sur le terrain au plus vite.

Dans le podcast *Legends*, Sébastien Chabal évoque ses commotions avec des expressions issues du jargon rugbystique – « pets au casque », « pâte qui a touché la moelle » – qui peuvent prêter à sourire, mais qui témoignent aussi d'une certaine culture du silence autour de ces blessures. « Il y a un tabou, parce que c'est une blessure du cerveau, totalement invisible. C'est plus facile de faire reconnaître une entorse ou une fracture. Pourtant, la commotion doit être prise en charge avec le même sérieux », souligne l'expert.

Sébastien Chabal est loin d'être un cas isolé. Au Royaume-Uni, d'anciens internationaux comme Alix Popham ou Steve Thompson ont eux aussi révélé souffrir de démence précoce, allant jusqu'à poursuivre World Rugby en justice. La Belgique, elle non plus, n'est pas épargnée. « Nous avons connu plusieurs cas de joueurs et joueuses belges contraints d'interrompre, voire d'arrêter leur carrière en raison de symptômes persistants », confie le médecin. Les noms restent confidentiels – protégés par le secret médical – mais les récits, eux, circulent. « Certains anciens racontent ne plus se souvenir de matchs importants joués il y a trente ans. Ce sont des histoires qu'on entend beaucoup, et qui nous poussent à renforcer les mesures de prévention au sein de la fédération », ajoute-t-il.

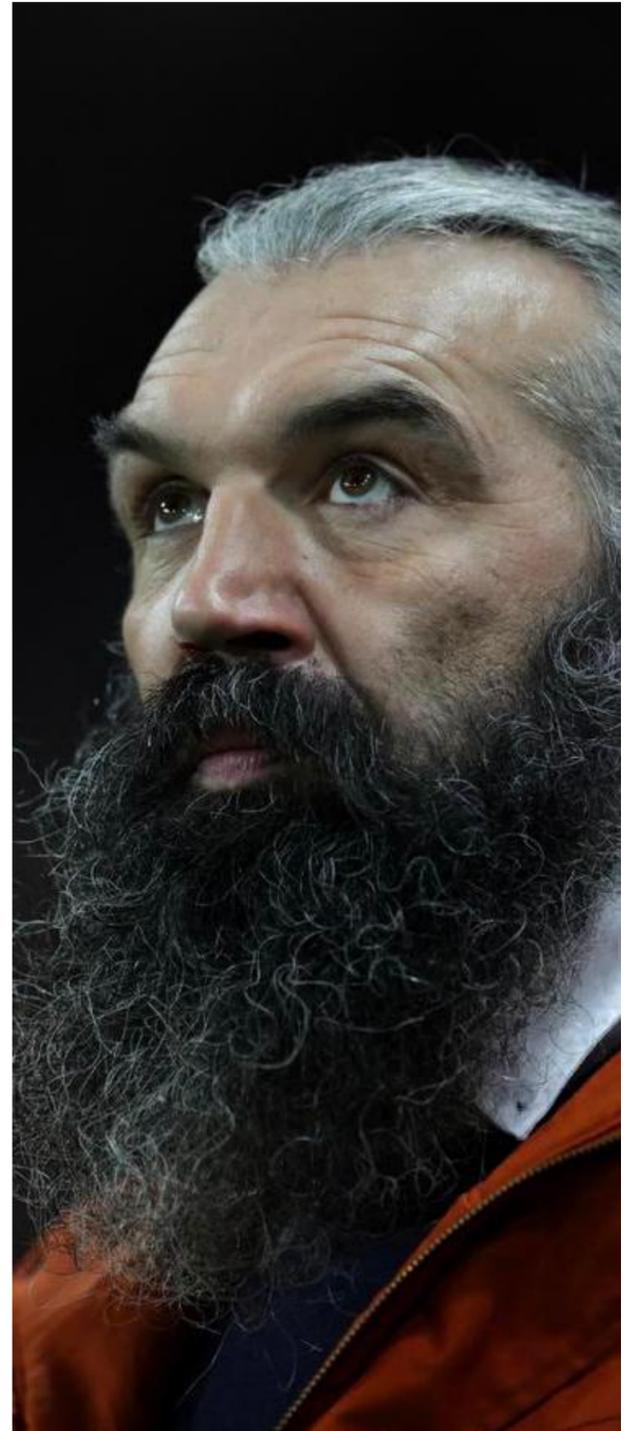
Prise de conscience progressive

Mais les mentalités évoluent depuis quelques années. Comme le reste du monde du ballon ovale, le rugby belge prend aujourd'hui les commotions au sérieux. Mais entre les règles et leur application sur le terrain, il reste un fossé. « On a parfois mis en place des mesures mal comprises, donc contournées ou ignorées », reconnaît le médecin des Diables noirs.

Deux règles principales sont désormais en vigueur : le retrait systématique lors d'une suspicion de commotion, et trois semaines de repos obligatoires avant une reprise des entraînements. A partir de l'an prochain, la licence du joueur sera automatiquement bloquée pendant cette période de 21 jours. Une mesure contraignante, mais nécessaire. « Encore faut-il expliquer le pourquoi du comment. Sinon, personne ne prendra ce risque pour une simple suspicion », signale Laurent Simar.

Pour accompagner ce tournant, la fédération mise sur la formation et la sensibilisation : conférences, affiches, modules éducatifs dans les clubs. Un grand pas, selon le médecin officiel de Belgium Rugby : « On ne supprimera jamais les commotions, mais on peut changer les mentalités. Et ça, ça prend du temps. »

L'ancien rugbyman français Sébastien Chabal a récemment confié ne pas se souvenir des matchs qu'il a joués tout au long de sa carrière. © AFP



20022577

mon journal gratuit **7Dimanche** & **holidaysuites**

Lucky Sunday
GRAND CONCOURS
100% GAGNANT*

4.000€ de cadeaux à gagner
Des séjours tout confort pour vos vacances à la côte belge!

2 CHÈQUES DE 1.000€ **4 CHÈQUES DE 500€**

*Voir conditions de participation sur www.luckysunday.be

TENTEZ VOTRE CHANCE!

Rendez-vous sur www.luckysunday.be
avec le code **HOLIDAY**

mon journal gratuit **7Dimanche** Toute l'importance de raconter des histoires aux enfants. **BATTU PAR LE DERNIER.**