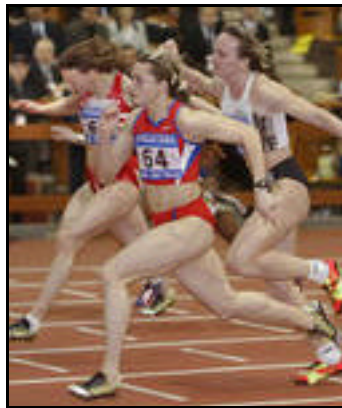
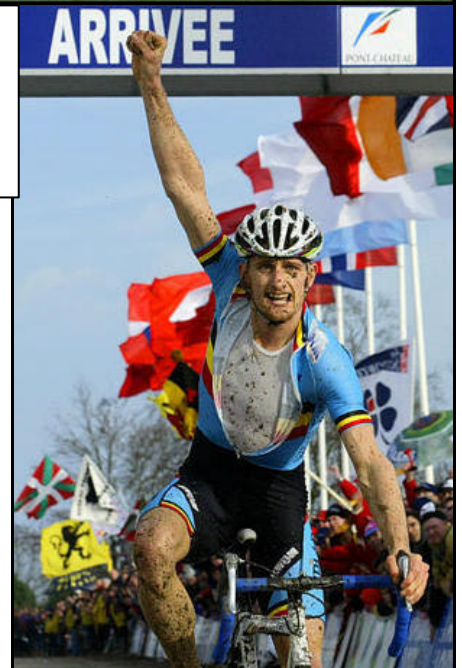


12<sup>ème</sup> Journée Nationale Prévention et Santé  
13 mars 2004 Biarritz



>>> Pratique sportive des jeunes  
et conduites à risques <<<



## Sommaire

	page
<b>Présentation de la 12<sup>ème</sup> journée Nationale Prévention et Santé</b>	<b>3</b>
<b>Pourquoi ce thème ?</b>	<b>4</b>
<b>Qu'est-ce que les pratiques à risques recouvrent ?</b>	<b>5</b>
<b>Les intervenants</b>	<b>6</b>
<b>Pour plus d'information</b>	<b>7</b>
Organismes	
Ouvrages	
Sites	<b>8</b>

## **Présentation de la 12<sup>ème</sup> journée Nationale Prévention et Santé**

Journée Nationale Prévention et Santé, un événement PEEP !

Organisée autour de thématiques ayant un écho auprès des parents et des enfants (en 2003 adolescence, amour et sexualité ; en 2002 la dyslexie et la dysphasie, en 2001 les risques alimentaires), la journée Prévention et Santé recouvre aujourd'hui de nouveaux aspects.

Parmi ceux-ci, la « Pratique sportive des jeunes et conduites à risques », thème retenu pour cette 12<sup>ème</sup> journée Prévention et Santé.

Surentraînement, blessures à répétition, déplacements en compétition les week-end, prise de compléments vitaminés et autres substances représentent de réelles inquiétudes pour les parents. Par ailleurs, la pression de la société toujours plus forte en terme de réussite et de résultat, la « starisation » médiatique croissante des sportifs peuvent influencer les comportements.

Quid de la santé des enfants et de leur pratique sportive ? La PEEP dont les valeurs sont l'engagement et l'action, a toujours été sensible à l'épanouissement de l'enfant (variété des activités, aspect découverte et plaisir) et refuse la prééminence de la compétition. En 2001, l'enquête annuelle de la Fédération « L'Observatoire des parents d'élèves » nous interpellait déjà sur l'importance du sport et parfois de ses dérives :

- 43 % des parents estiment qu'il inculque des valeurs
- 40 % pensent qu'il constitue une initiation à la maîtrise de soi
- le refus du dopage est écrasant (88 %) mais 7 parents sur 10 accepteraient malgré tout, le risque d'une carrière sportive pour leur enfant.

La pratique du sport concerne donc les enfants, mais aussi la communauté éducative : parents, associations sportives, médecins. Elle requiert l'information et l'implication de tous pour que le sport conserve sa valeur éthique et reste un moyen d'épanouissement de l'enfant.

## **Pourquoi ce thème ?**

### **La PEEP, relais de l'Année Européenne de l'Éducation par le sport**

Dans le cadre de l'année européenne de l'éducation par le sport, il nous a paru essentiel de faire un point sur cette activité omniprésente dans notre société.

Le Conseil de l'Union Européenne et le parlement Européen ont décidé de proclamer 2004 : **Année Européenne de l'Éducation par le sport** (AEES 2004). Viviane Reading, Commissaire Européenne chargée de l'éducation et de la culture juge qu'en dépit de l'importance économique et sociale du sport dans les pays de l'Union Européenne, l'action de la Communauté dans ce domaine a été très restreinte jusqu'à présent. Elle souhaite que 2004 fasse changer les choses.

Ainsi, l'Union européenne veut encourager la promotion des valeurs éducatives du sport, ainsi que le renforcement des liens entre les mondes sportif et éducatif, montrant ainsi qu'en plus de la passion et de la compétition, le sport véhicule des valeurs citoyennes, contribuant à une meilleure éducation.

Un slogan « bouge ton corps, muscle ta tête » et un logo accompagneront un ensemble de près de 200 manifestations et événements.

### **Le développement du sport**

Force est de constater le développement des activités sportives à l'école, l'essor des animations et infrastructures gratuites, enfin le boom des activités organisées (clubs, associations sportives...). La majorité des jeunes ont une activité sportive en dehors de l'école, les garçons plus que les filles mais cette pratique diminue avec l'âge. La pratique sportive en club décroît plus avec l'âge que la pratique sportive informelle. Près d'un quart des jeunes français a une pratique sportive intense (au moins huit heures par semaine).

Outre le développement du sport, il est important de noter les motivations évoquées pour sa pratique. Le plaisir est souvent cité en premier lieu. Toutefois, ces motivations évoluent avec l'âge, l'intensité et le mode de cette pratique sportive. Les motivations sont souvent influencées par la starisation des sportifs, nous développerons cet aspect plus avant.

Marie Choquet, grande spécialiste de la question sport et jeunesse a établi avec plusieurs chercheurs un rapport pour le ministère de la Jeunesse et des Sports. Dans ce rapport intitulé « Jeunes et pratique sportive, l'activité sportive à l'adolescence, les troubles et conduites associés » Marie Choquet indique dans son introduction que « L'activité sportive fait partie des activités de loisirs (...). Toutefois, parmi la diversité des activités extrascolaires proposées aux adolescents, le sport a un statut à part. Il est jugé indispensable pour être en bonne santé (physique et mentale) et formateur pour l'apprentissage des règles et contraintes sociales. Ainsi, le sport est une des activités les plus systématiquement proposées aux jeunes, alors que d'autres passe-temps sont souvent mis en cause ou jugés plus sévèrement.

Cette image très positive du sport est largement soutenue par les politiques publiques, nationales ou locales. La construction des infrastructures sportives est souvent considérée comme une priorité, et l'activité sportive a été intégrée dans bon nombre de programmes de prévention contre la violence et la toxicomanie. La pratique du sport est ainsi devenue si populaire qu'elle fait actuellement partie de la vie quotidienne des jeunes d'aujourd'hui. »

### **La surmédiation et starisation des sportifs**

La surmédiation des sports et sportifs est liée à l'essor des médias. Les supports presse comme L'équipe (1<sup>er</sup> quotidien français) ont été rejoints par des chaînes télévisées entièrement dédiées au sport : Eurosport, ESPN classic ; chaque grande chaîne possède « son » ou ses émissions sportives (match, résultats, interviews des acteurs du monde sportif...).

Les retransmissions en direct des plus grands événements sportifs mais aussi de sports plus confidentiels (représentant une palette très large d'activités) accentuent la proximité avec l'image glorifiée des sportifs. La diffusion de leur image est surmultipliée. Les performances sont vécues en direct, les résultats et records deviennent plus importants car médiatisés. Ils lient le sportif à un « contrat » de performances. Il devient difficile de résister aux pressions des médias, de la « glorification » des résultats. Cette mise en lumière des sportifs se décuple via les publicités et le marketing. On ne compte plus le nombre de sportifs vantant les mérites d'une paire de chaussures, d'un opérateur téléphonique ou encore d'une boisson gazeuse... Cette starisation des sportifs ne fait qu'accentuer la tentation des jeunes à utiliser ou pratiquer des conduites à risques.

## Qu'est-ce que les pratiques à risques recouvrent ?

La pratique sportive revêt différentes perceptions positives : image de la santé, représentation de soi, performance, compétition, partage et respect. Cependant, elle doit impérativement être suivie au niveau de la santé, puisqu'il constitue un signal d'alarme. Une attention particulière doit être portée entre autres sur le rythme des entraînements, le régime alimentaire, la qualité de sommeil.... La pratique d'un sport peut sans forcément dériver vers le dopage, engendrer des blessures temporaires : claquage, crampe, fracture de fatigue. Plus gravement, un endommagement physique (articulations affaiblies, squelette déformé, séquelles musculaires à vie...).

Au-delà de l'aspect physique, il est important de prendre en compte les pressions psychologiques subies : coupure avec le milieu familial, dépressivité, agressivité, décalage et isolement avec les autres enfants (le sport rend l'enfant mature et adulte plus tôt), peur de la contre performance, perte de confiance en soi... L'équilibre psychologique de l'enfant sportif est donc précaire, et son extrême détresse peut amener à des troubles des conduites alimentaires, à la consommation de vitamines et compléments nutritionnels, de corticoïdes, de broncho-dilatateurs, d'anesthésiques locaux, de créatine et autres substances addictives.

Le potentiel et les capacités réelles de l'enfant sportif doivent être prudemment mesurés. Le sport pratiqué doit surtout être adapté à l'âge de l'enfant. Le professeur de chirurgie pédiatrique B. Dohin du C.H du Mans, a écrit un ouvrage intitulé « L'enfant et le sport » en juin 1998, dans lequel il explique que « l'activité physique est un facteur stimulant de la croissance chez l'enfant. Cette activité lui est donc profitable physiquement, mais aussi intellectuellement et socialement. Tous les sports méritent donc d'être encouragés à la condition qu'ils soient pratiqués raisonnablement. L'enfant en croissance est doté de capacités physiologiques surprenantes qui encouragent à la performance. Cependant ce corps en croissance peut souffrir irréversiblement à la suite d'un surmenage ou d'un surentraînement et la responsabilité en incombe aux entraîneurs, aux parents et aux médecins. Le surentraînement est une véritable "maltraitance" de l'enfant et les médecins doivent être vigilants pour dépister et prévenir les lésions qui en découlent et qui peuvent être à l'origine de séquelles graves et définitives.

Le sport est à l'origine de près de 20 à 25 % des fractures. Mais le sport n'est pas seulement à l'origine de traumatismes aigus même si ce sont les plus fréquents. Les traumatismes chroniques, les lésions de surmenage sont en fait les problèmes les plus redoutables. Les pathologies liées au sport sont en augmentation car l'entraînement débute de plus en plus tôt, la charge d'entraînement est souvent excessive, l'environnement technique est mal adapté et l'encadrement humain souvent mal informé.

La règle de base doit être la prévention, par un échauffement approprié, par un aménagement des équipements, par l'utilisation de protections chaque fois que possible et par l'écoute de l'enfant qui souffre. La souffrance n'endurcit pas, et le sport n'est pas fait pour faire souffrir. La prévention et l'orientation sportive Elle passe évidemment par une formation adaptée des entraîneurs. Cependant le médecin doit informer les parents et les conseiller. Il faut adapter le sport à l'enfant et non pas le contraire. Si l'enfant n'a ni la taille, ni le poids de sa catégorie d'âge il faut le déclasser plutôt que de risquer un accident. Le temps d'entraînement devrait être limité par la loi. On estime que 1 heure par jour (5 jours par semaine) est le maximum jusqu'à 10 ans, 2 heures par jour jusqu'à 15 ans et 3 heures par jour jusqu'à 20 ans ».

Pour l'épanouissement des enfants, la prévention, l'information, le plaisir du sport restent les meilleurs outils contre les conduites à risques. L'ensemble des acteurs (enfants, parents, médecins, entraîneurs, responsables de club) doivent s'associer pour endiguer ce fléau.

## **Les intervenants**

L'animatrice du débat est **Florence Sturm**, journaliste travaillant à Radio France pays basque.

Différentes personnalités du sport de haut niveau, de la médecine et un représentant de Direction de la Jeunesse et des Sports interviendront sur notre thématique.

**François Laco**, Directeur de la Jeunesse et des Sports des Pyrénées-Atlantiques

**Docteur Jean-Pierre Mathieu**, Pneumologue, Phtisiologue agrée, Spécialiste de la médecine du sport au centre hospitalier de la côte basque

**Jean-Baptiste Rué**, Talonneur au SU Agen, international de rugby

**Laurent Irazusta**, Rameur de l'Aviron Bayonnais, Médaille d'argent en quatre sans barreur en 1990 en Tasmanie, Médaille d'argent en 1991 en Autriche

**Patrice Lagisquet**, ancien joueur international de rugby et entraîneur de l'équipe rugby du Biarritz Olympique Pays Basque (BOPB)

## **Pour plus d'information...**

L'information étant vaste sur cette thématique, nous l'avons regroupé par ouvrages, organismes et sites.

### **Quelques ouvrages**

Regard sur le sport intensif - Etude épidémiologique sur le dopage sportif en milieu scolaire dans la région *Midi-Pyrénées*, collectif, 1999. Etude hébergée sur le site de l'INVS Institut de veille sanitaire ([www.invs.sante.fr/beh/2000/0042/index.html](http://www.invs.sante.fr/beh/2000/0042/index.html))

*De l'anxiété aux émotions compétitives: état de la recherche sur les états affectifs en psychologie du sport* de N. Debois (Laboratoire de Psychologie du Sport) .

Dopage et protection des jeunes sportifs éléments pour une prévention de proximité de Daniel Guy, collectif Ed. L'harmattan 2002

*Champion, flic et voyou* de Philippe Boyer, essai. Ed. Edlm

Impossible aujourd'hui de se passionner pour le sport sans admettre que, comme dans l'ensemble de la société, le dopage ne cesse de progresser. Loin des projecteurs et des caméras, les jeunes et les amateurs se détruisent la santé sous les yeux de dirigeants irresponsables.

*Des responsables du sport face au dopage* de Cyril Petibois, Ed. L'harmattan, 1999 - le cas du cyclisme, du rugby, de la natation et du surf.

*Le sport pour l'enfant : ni records, ni médailles* de Jacques Personne, Ed. L'Harmattan, mai 1993. Ancien entraîneur de haut niveau de Basket ball, il dénonce les méfaits du sport intensif précoce.

*Dopage et société sportive*, de Henri HELAL Cahier insep n°30, 2001

*Secret Défoncé : Ma vérité sur le dopage* de Erwann [Menthéour](#), Ed. J'ai Lu, 2000

Elevé dans le culte des seigneurs du vélo, Erwann Menthéour rêvait d'égaliser son frère aîné. A vingt ans, remportant ses premiers critères, il comprend la règle du jeu : se doper pour gagner. Cela commence par de simples injections de vitamines pour rapidement arriver aux cocktails chimiques les plus élaborés. Pourquoi les coureurs acceptent-ils ce système au prix de leur santé ?

### **Quelques organismes**

#### **ARPS**

L'Association Régionale des Psychologues du Sport. Tel.: 04 42 93 07 94. Encadrement, préparation aux compétitions.

**Fondation sport/santé**, structure émanant de la Fondation de France oeuvrant pour la prévention par la mise en place d'outils : protège-ordonnance (pochette plastique rappelant les traitements et leurs contre-indications, liste de produits non autorisés). 10.000 supports ont été adressés aux jeunes sportifs des pôles espoirs.

**Ecoute dopage n°vert** 0 800 15 2000

#### **AMLD**

Les AMLD sont implantées dans les établissements publics de santé (au moins une par région). Elles ont reçu l'agrément conjoint des Ministres chargés des sports et de la santé. Elles ont quatre missions essentielles : le soin aux sportifs ayant eu recours à des pratiques dopantes, le conseil (aux sportifs comme à leur entourage ou aux fédérations), la recherche, le recueil de données épidémiologiques et la veille sanitaire.

#### **Académie des Sports**

L'Académie des Sports réunit 44 membres actifs ainsi que des membres d'honneur, personnalités reconnues pour leur crédibilité, leur compétence dans leurs domaines respectifs d'activités, et leur indépendance d'esprit. Sa vocation est triple : réfléchir sur l'éthique et les problèmes majeurs que pose l'évolution du sport dans notre société (formation, violence, dopage, médiatisation, argent) et proposer des solutions concrètes. Récompenser des lycéens alliant de la manière la plus harmonieuse des qualités intellectuelles, physiques et morales par le Prix de l'Education. Enfin, couronner les sportifs de l'élite nationale et internationale, en distinguant chaque année des lauréats en fonction de leurs mérites spécifiques.

## **Quelques sites :**

**[www.santesport.gouv.fr](http://www.santesport.gouv.fr)** : site sur le sport et la santé, la lutte contre le dopage, les textes officiels

**[www.pediatres.online.fr/sport](http://www.pediatres.online.fr/sport)** : site d'information sur le sport pratiqué par les enfants

**[www.animasport.org](http://www.animasport.org)** : site relayant des débats et réflexions sur le sport

**[www.cpld.fr](http://www.cpld.fr)** : site du conseil de prévention et de lutte contre le dopage

contact e-mail : [info@cpld.fr](mailto:info@cpld.fr)

39, rue Saint-Dominique - 75007 PARIS – Tél.: 01 40 62 76 76 - Fax : 01 40 62 75 39

### ***Informier et prévenir le dopage***

**[www.dopage.com](http://www.dopage.com)** : Ce site portail de la lutte anti-dopage est aussi la première base de données sur les produits dopants. Le but est d'informer et de prévenir le sportif. Dossier sur la créatine, l'EPO, les lois et règlements, l'actualité, la liste des produits dopants...

**[www.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.jeunesse-sports.gouv.fr)** : outils et informations de prévention sportive et de lutte contre le dopage. Définition légale du dopage, liste des substances interdites, l'organisation du contrôle antidopage. Les facteurs de risque : les adolescents sont les plus concernés par le dopage, l'entraînement intensif peut inciter les sportifs à se doper. Il existe des alternatives au dopage qui peuvent être proposées par les médecins.

**[www.cnrs.fr](http://www.cnrs.fr)** : Rapport de synthèse de la commission du CNRS : Expertise Collective sur le dopage et les pratiques sportives. L'état du dopage, la compétition entre les moyens de détection et les avancées technologiques, les problèmes de santé provoqué par le dopage. L'organisation des institutions sportives mise en cause, la vulnérabilité de l'âge de l'adolescence. En conclusion, le dopage est un nouveau problème de santé publique.

### ***Développer la réglementation : les textes, les substances interdites, les contrôles***

**[www.comite-olympique.asso.fr](http://www.comite-olympique.asso.fr)** : le Comité National Olympique et Sportif français : CNOSF et l'APSD (Agence de Prévention Sportive contre le Dopage) met à disposition le pin's, la mallette pédagogique, ainsi que la liste des produits interdits.

**[www.jeunesse-sports.gouv.fr/francais/mjssluttedop.htm](http://www.jeunesse-sports.gouv.fr/francais/mjssluttedop.htm)** : la loi anti-dopage, loi no 99-223 du 23 mars 1999 relative à la protection de la santé des sportifs et à la lutte contre le dopage, J.O. Numéro 70 du 24 Mars 1999 page 4399. 16 questions pour comprendre la loi, les mesures novatrices de la loi, liste des produits et méthodes interdites.