

Chiropractic care among sportsmen : a definite proof that they yield to an increase of performing capacity. (text in French)

Les soins chiropratiques des sportifs

La chiropratique est la seconde profession de santé aux USA et Canada.

De fait, un certain recul sur les effets des soins chiropratiques permet de mesurer l'impact positif de ce concept de santé depuis de nombreuses décennies et sur une population et un nombre de patients très important.

Le monde sportif anglo-saxon est familiarisé depuis plusieurs décennies avec les soins chiropratiques et très nombreux sont les athlètes qui y ont recours comme une évidence bien banale. De même, il est évident, pour la plupart des simples citoyens anglo-saxons, que lorsque l'on souffre du dos ou des articulations, on va consulter d'abord un chiropraticien plutôt qu'un médecin, tout comme on va consulter un dentiste plutôt qu'un médecin lorsqu'on a mal aux dents.

Dans la France du XXIème siècle, le recours au chiropraticien reste encore marginal et mal connu. Il est plutôt l'apanage des personnes avant-gardistes, douées d'un certain niveau de réflexion et de bons sens, voire d'un certain niveau culturel.

On a estimé qu'aux Etats-Unis, les dépenses liées au traitement du mal de dos coûtent approximativement 100 milliards de dollars par an. Les facteurs qui aggravent manifestement les coûts sont les taux élevés de récurrence et d'incapacité chronique des douleurs dorsales. Les études ont montré que seule une petite fraction des patients ayant eu des douleurs lombosacrées n'ont plus mal et récupèrent complètement de leur incapacités liées à la lombalgie, même un an après la crise.

Selon de nombreuses études scientifiques effectuées sur des décennies pour le compte des assureurs et des systèmes de couverture santé, la meilleure manière de réduire les effets de la douleur lombalgique sur le long terme réside dans les soins d'entretien (ou préventifs) chiropratiques¹.

Des sportifs témoignent

Le cycliste professionnel, Stuart O'Grady a eu des propos reconnaissants et gratifiants au sujet des soins chiropratiques qu'il a reçu pendant le Tour de France 2006. De nos jours, il est rare pour un athlète professionnel de haut niveau de ne pas recevoir de soins chiropratiques sur une base régulière. Pour autant, beaucoup d'entre eux restent discrets sur le sujet, peut-être pour une question d'avantage technique à préserver. Les athlètes loyaux disent tous un grand merci à tous ces docteurs en chiropratique sur le terrain qui travaillent dur dans les coulisses pour aider à maintenir ces grands sportifs du monde au top de la forme et de la performance.

Le vétéran Australien du Tour de France Stuart O'Grady, pris dans un freinage d'urgence au sein d'un peloton, est tombé de vélo pendant le Tour 2006.

Comme n'importe quel cycliste entraîné, il est remonté sur son vélo et a fini l'étape. Cependant, un voyage à l'hôpital local dans la soirée a montré que Stuart souffrait d'une rupture fine comme un cheveu de la quatrième vertèbre lombaire. Avec une telle fracture vertébrale, les médecins ont fortement douté qu'il puisse revenir dans la course. Mais O'Grady

¹ Cf. article « L'entretien vertébral chiropratique : un bénéfice prouvé » sur le site www.chirosystem.com

était d'un autre avis. Il a demandé à son chiropraticien de l'aider à continuer et est courageusement remonté en selle : il a permis son équipe à gagner deux étapes et a fini son 10ème Tour de France.

Le journaliste Neal Rogers de *velonews.com* a demandé à O'Grady ce que c'était que de continuer une telle course de vélo, la plus dure du monde, avec un dos cassé. O'Grady a répondu : « c'était l'enfer ». Il a ensuite continué en parlant du soutien de son chiropraticien pour dire : « c'est un petit miracle qui m'a permis de rester dans la course. J'ai eu le plus de soins chiropratiques possible, matin et soir. Sans lui je n'aurais certainement jamais fini la 10ème étape, et encore moins vécu la finale à Paris. »

Le chiropraticien de O'Grady a démontré ainsi la souplesse des soins chiropratiques, néanmoins applicables malgré une fracture vertébrale. Rappelons toutefois qu'il ne s'agit pas de manipulations vertébrales mais d'ajustements neuro-articulaires et de synchronisation neuro-vertébrale². Le chiropraticien est donc, par ses techniques, en mesure de moduler les soins pour les adapter au cas de chaque patient, jeunes ou vieux, handicapé ou sportif. Le but étant d'optimiser le fonctionnement vertébral et par là même, celui du système nerveux et neuro-musculaire. Cet entretien permet de limiter l'ampleur des blessures et augmenter la vitesse de récupération. Ils vont de paire avec des conseils de santé spécifiques.

O'Grady a participé au Tour De France depuis 1998, et il a reçu plusieurs fois le maillot vert des sprinters prestigieux, finissant second dans l'édition 1998 et 2005 de la course. Il a également porté le maillot jaune dans l'édition 1998 et 2001 du Tour. Il court actuellement pour l'équipe CSC dans la série UCI ProTour et courra pour eux en 2008 dans la Grande Boucle. Pour autant, aucun journaliste Français ne s'est intéressé à sa performance extraordinaire. Mais il est vrai que les coureurs anglo-saxons, voire Américains, ne sont pas en odeur de sainteté chez nous, surtout s'ils gagnent souvent. Le *fair play* n'est pas une vertu universelle...

De son côté, le vétéran Américain Lance Armstrong n'a pas caché le chiropraticien qui a assuré son entretien vertébral durant tous ses Tours de France. Armstrong recevait trois heures de soins chiropratiques par jour tout au long l'épreuve (essentiellement des soins de synchronisation neurologique), ce qui lui a apporté un certain avantage.

Les athlètes Français sont moins au fait de l'utilisation de tels services : leur maintenance reste du domaine artisanale. Le fait qu'à leur niveau, ils récupèrent si mal et si lentement de leurs blessures en est une preuve. Il semble en effet, qu'à part certains jeunes gens au fait de l'actualité, quelques sportifs de bon niveau seulement sont conscient de la nécessité de rechercher des moyens fiables, sans danger ni intoxication, pour entretenir leur forme, l'optimiser, la développer de façon loyale et saine.

Rappelons que les chiropraticiens sont les seuls praticiens de santé naturels agréés par le Comité Olympique Internationale (et l'OMS) depuis les années 90. Tous les athlètes peuvent bénéficier de leurs soins durant chaque jeux olympiques.

Gageons qu'avec la reconnaissance officielle des chiropraticiens en France en 2002, la banalité de tels soins d'hygiène de vie sera enfin courante dans les années à venir dans notre pays adepte de la culture systématique du retard.

© 2006 - Pascal Labouret
www.chirosystem.com

² Ne pas confondre avec la vertébrothérapie, l'ostéothérapie, l'étiopathie, etc.