

Faut-il avoir une lésion opérée du ligament croisé antérieur pour obtenir une médaille en ski?

Gérald Gremion

Les lésions du ligament croisé antérieur font partie du quotidien des sports de glisse en particulier du ski de compétition. Le prix d'une telle lésion est cher puisque le risque de développer une arthrose à moyen terme est élevé. Et pourtant, quelles sont les possibilités en termes de performance après reconstruction? Pour y répondre, une équipe de l'université Rush de Chicago a recueilli les données concernant 15 skieurs (19 genoux) et 10 snowboarders (10 genoux) dont 13 hommes et 12 femmes d'un âge moyen de 22,6 ans (+/-4,45 ans), qui avaient présenté cette blessure lors des X-Games entre 1997 et 2012.

Parmi ces 25 athlètes, 20 ont pu prendre part aux jeux suivants, ce qui correspond à la statistique habituelle qui fait état d'un retour à la compétition dans 80% des cas environ avec un taux de re-rupture proche de 10%.

Un autre constat de ce travail est que les blessures encourues par les snowboarders comparativement à celles des skieurs sont moins fréquentes; elles sont en effet présentes essentiellement lorsque l'athlète n'a plus qu'un seul pied attaché à la planche. Elles sont aussi légèrement différentes car le phénomène biomécanique qui en est la cause est du à un blocage du genou et non pas à un mouvement d'adduction et flexion avec une rotation interne fémoro-tibiale.

Le plus étonnant est que les auteurs rapportent des performances supérieures après reconstruction; cette conclusion plutôt paradoxale n'a pas d'explication claire. Les snowboarders ont ainsi gagné 7 médailles avant l'accident (4 d'or, 1 d'argent, 2 de bronze) versus 19 médailles après le traumatisme et la convalescence (7 d'or, 7 d'argent, 5 de bronze), et les skieurs, 22 médailles avant (9 d'or, 5 d'argent, 8 de bronze) versus 24 médailles après (16 d'or, 2 d'argent, 6 de bronze).

Question de méthode d'entraînement différente? De meilleure connaissance de leur corps ou tranquillité d'esprit après l'accident: «Cela devait arriver, c'est arrivé, maintenant, je suis serein?» C'était en tout cas ainsi que raisonnaient certains skieurs de l'équipe de France de ski alpin, estimant qu'une rupture de son ligament croisé antérieur était le passage obligé pour chaque athlète. Cependant, il convient de rappeler qu'il y a eu près de 10% de reprise. Autre hypothèse, une évolution naturelle liée à une maturité sportive qui s'améliore avec les années?

Références

Erickson B et coll.: Performance and Return to Sport After Anterior Cruciate Ligament Reconstruction in X-Games Skiers and Snowboarders. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine* 2013. Publication le 7 novembre 2013.

