

19 mars 2010

BORDEAUX. Depuis dix ans, le CAPS est l'unique structure française spécialisée dans le suivi psychologique des sportifs

Au chevet du sportif



La psychiatre Sabine Afflelou reçoit des sportifs professionnels et amateurs. (PHOTO OLIVIER PON)

L'endroit est discret. Le sous-sol défraîchi d'un hôtel particulier, en face de la maison mère, l'hôpital Saint-André. Là, à quelques pieds sous terre, les sportifs en détresse viennent trouver un soutien psychologique au moment où tout bascule. Unique en France, le Centre d'accompagnement et de prévention pour les sportifs (CAPS) propose un suivi et un traitement sur mesure pour les sportifs en difficulté.

Depuis sa création en 2001, l'équipe s'est étoffée (neuf professionnels aujourd'hui), les patients se sont multipliés. « On a fait 200 consultations la première année contre plus de 1 000 en 2009 », note le docteur Serge Simon, ancien champion de France de rugby, fondateur et coordinateur de la structure. La loi Lamour de 2006 est pour beaucoup dans le développement du service. Chaque sportif inscrit sur la liste du haut-niveau doit désormais faire l'objet d'une évaluation physique et psychologique. En Aquitaine, c'est au CAPS qu'incombe le suivi des champions. Soit 660 bilans psychologiques par an.

De 9 à 70 ans

Dans le sous-sol éclairé par des néons faiblards, se succèdent des athlètes aux profils variés. Le plus jeune est un petit tennisman de 9 ans. Le doyen est un ancien champion de course cycliste qui, à plus de 70 ans, a besoin d'une aide pour gérer ses efforts. « Les motifs de consultation sont aussi très variés, explique Sabine Afflelou, psychiatre référente. Il s'agit de problèmes de gestion du stress, de dépression, de difficultés à gérer la fin de carrière, de troubles alimentaires ou encore d'addiction au sport. »

Rugbymen et judokas fournissent leur lot d'athlètes en souffrance. « Les sports à catégories pondérales ou ceux dans lesquels le sportif se confronte à un jury sont particulièrement sensibles, explique Sabine Afflelou. De même, nous recevons aussi des danseuses classiques, une activité à haut risque psychopathologique avec le diktat de la maigreur imposé par la norme de la discipline,

et la pression de la distribution des rôles. »

« Une micro-culture »

Les neuf praticiens ont fait du sport leur spécialité. Tant dans des travaux de recherche que pour les consultations. « Le sport est une micro-culture où des choses sont admises quand elles ne le seraient pas au-dehors », explique Sabine Afflelou. Et de poursuivre : « L'entraîneur qui met la main aux fesses, c'est parfois du quotidien. » Et plus le sport tient une place centrale, plus le risque est fort. « C'est notamment le cas chez les ados, note Serge Simon. Lorsqu'ils étudient à distance, ils n'ont pas la vie sociale d'un enfant classique. Une bulle se crée autour d'eux. »

Une bulle difficile à percer, surtout pour consulter un spécialiste. « Souvent, les sportifs se sentent coupables d'aller mal dans leur tête », raconte la psychiatre. C'est par le truchement des entraîneurs, des responsables de structures de formations tels que les Creps ou des infirmiers scolaires que les champions à la dérive se raccrochent au CAPS. « L'avantage, c'est qu'ici la parole de l'athlète est libre, il n'a pas de compte à rendre au niveau sportif ou juridique. » Si le recours au dopage n'est pas directement synonyme de détresse psychique, la psychiatre reçoit régulièrement des adeptes des stéroïdes anabolisants, des psychostimulants ou même de l'antique « pot belge », un cocktail dopant explosif toujours prisé de certains cyclistes.

Pas que les cadors

Mais les troubles psychologiques et addictifs liés à la pratique sportive ne touchent pas que les cadors et multimédaillés. « Ce n'est pas le niveau qui entraîne la vulnérabilité, mais l'intensité de la pratique », résume Serge Simon. « Même un marathonien du dimanche peut venir consulter. Le problème survient quand l'activité devient hors norme. »

La palette de réponse est large. Thérapies cognitivo-comportementales, relaxation ou encore hypnose, chaque sportif reçoit un suivi personnalisé. La prise en charge fait invariablement suite à la compilation d'une évaluation personnelle, après un entretien semi-directif, dont les réponses sont consignées sur des fiches bleues. Une banque de données unique dans le domaine.

En 2008, Roselyne Bachelot, alors ministre des Sports, avait choisi le CAPS pour lancer son plan de lutte contre les violences sexuelles en milieu sportif. À cette occasion, la ministre avait annoncé que d'autres CAPS allaient voir le jour en France, mal pourvue en matière de suivi spécifique aux sportifs. Aucun centre comparable au pionnier bordelais n'a encore été créé. Seul un projet de nouveau centre, à Nantes, est actuellement en préparation.

Auteur : THOMAS SAINTOURENS

t.saintourens@sudouest.co

<http://www.sudouest.com/gironde/actualite/article/900322/mil/5837894.html>