

Sport et dépression

Article réalisé par le Docteur C. NEYS, Médecin-Psychologue, Service Santé et Environnement de la Province de Liège – Département Médecine du Sport +32 (0)4 344 79 10

Les deux mots, en apparence se contredisent. Le sport n'est-il pas d'abord un délassement, une distraction des pulsions inconscientes qui font notre être ? Le sport n'est-il pas là pour permettre à notre mental de s'épanouir dans un corps sain ?

Et pourtant ...

Luis OCANA, le premier à faire plier Eddy MERCKX. Le vainqueur de la Grande Boucle en 1973, suite à des difficultés financières, se tire une balle dans la tête en 1994. Atteint d'une hépatite C, il supportait mal la lassitude que lui imposait son traitement. Luis OCANA n'est pas le seul vainqueur du Tour de France à mettre fin à ses jours. René POTTIER, vainqueur du Tour en 1906 se pend l'année suivante, en pleine gloire, au milieu de ses vélos, à la place d'une de ses machines de course pour un chagrin d'amour.

On sait que le sport, le sport de compétition inclut l'exigence, une exigence que les psychanalystes rapportent au surmoi et dont ils connaissent le potentiel dévastateur. Dans le sport, « il faut » – c'est un impératif – aller au plus extrême de soi, être toujours à l'affût de ses limites, les repousser au plus loin. Le surmoi impose, dicte sa loi à tous. Il « parlera » singulièrement durant les entraînements, pendant « l'épreuve » sportive. Le surmoi nous malmène parfois trop souvent dans le sport. Il laisse des traces qui révèlent plus qu'une intimité avec la mort. Alors sport et dépression ? Celle-ci survient quand il n'y a plus aux commandes, qu'un surmoi tyrannique face à un sujet qui en est devenu l'objet. La fatigue, l'humeur triste, l'absence de projets vivifiants pointent alors et révèlent le masque de ce que l'exigence mal entendue peut avoir de mortifère. Après sa carrière sportive, Jacques DUMONT, champion olympique d'escrime au fleuret par équipe en 1968 ne peut se remettre d'une vie qui fut un échec commercial. Il se donne la mort le jour de la Saint Sylvestre, en 1994.

Le sport, à l'évidence forme le mental de l'homme de la même façon qu'il façonne son corps. Il ne le fait pas sans danger dans une logique de l'exigence, de la souffrance et de l'extrême que le sport porte en lui. La liste peut être longue des sportifs célèbres que la dépression atteindra et qui finiront une vie désormais insupportable dans le suicide. Seamus ELLIOTT, Hugo KOBLET – dont l'accident d'auto dont il décède quatre jours plus tard n'avait probablement rien de fortuit - , JURI STEPANOV – ex recordman du saut en hauteur à 2,16 m, le boxeur Billy PAPKE – surnommé « La Foudre » qui se suicide après avoir tué sa femme en 1936, Carlos José CASTILLO, l'ancien gardien de but de l'équipe nationale du Brésil se jette du sixième étage de l'immeuble où il résidait en 1987. Barbara CLASSEN, l'ancienne championne du monde ouest-allemande de judo se pend en 1990.

Les statistiques manquent pour dire s'il y a plus de suicides chez les sportifs que dans la population générale. Il reste cependant que le sport est une discipline de l'extrême. Comme toute « discipline », le sport impliquera un « bien faire » qui doit passer par un bon aménagement du sportif avec l'exigence que sa pratique implique. La dépression le guettera quand, souvent seul, sans pouvoir parler de ce qu'il vit, son existence se fait doublement insupportable parce qu'indicible. A ce terme, l'issue est bien délicate.

Raison de plus pour prévenir : le sportif est un être parlant qui vit une pratique non-exempte de danger. C'est au plus tôt, en particulier avec le jeune qu'il faut savoir oser en converser. C'est au plus tôt que se construit, dans le sport, un vrai « désir engagé ».

Docteur C. NEYS
Médecin-Psychologue
Province de Liège
Institut Ernest Malvoz