



Hécatombe en Coupe du monde



Beaucoup d'athlètes ont été hélicoptérés ces dernières semaines. À l'image de Mikaela Shiffrin (en haut à g.) ou d'Isabella Wright (en bas à dr.). Les chutes comme celles de Jasmine Flury (en haut à dr.) ou de Kira Weidle (en bas à g.) sont devenues fréquentes. KEYSTON

Pourquoi les skieurs et skieuses sont à genoux



Rebecca Garcia De nombreuses blessures ont terni les épreuves de vitesse de Cortina d'Ampezzo. Le circuit masculin compte aussi son lot d'absents. En cause: le matériel et la surcharge.

L'adage veut que l'on n'est pas vraiment skieur ou skieuse professionnel si l'on n'a pas déjà déchiré son ligament croisé antérieur. La réalité tend à prouver cette idée, tant les blessures au genou sont fréquentes dans le ski alpin. «Avant, il y avait davantage de fractures de jambes. Maintenant, on traite plutôt des problèmes de ligaments», résume le D^r Olivier Siegrist, chirurgien orthopédiste du genou à l'Hôpital du Valais.

La faute à des skis carvés qui agissent comme des ressorts. L'athlète va plus vite et dérape moins. «Cela induit des torsions rapides, donc les forces générées sont intenses», précise le Genevois qui a longtemps suivi les équipes féminines de Coupe du monde.

La révolution a augmenté la dangerosité du sport. «Les skieurs ne veulent pas revenir en arrière. C'est comme dire à Lewis Hamilton de prendre une voiture des années 70», image celui qui s'est notamment occupé de Didier Cuche, Lara Gut-Behrami, Justin Murisier ou bientôt Petra Vlhova. La préparation des pistes, qui tend à créer des tracés verglacés pour que les conditions de course soient équitables, contribue encore à mettre les corps à l'épreuve.

S'ajoute à cela une tendance à un temps de récupération toujours plus faible. La course ne s'arrête

pas au moment de passer la ligne d'arrivée. «On a tellement de choses à gérer», expliquait Lara Gut-Behrami à la suite des épreuves de Cortina d'Ampezzo, où des skieuses comme Mikaela Shiffrin ou Corinne Suter se sont blessées. Des choses comme du travail de récupération physique, des interviews à ne plus en finir ou encore des longues heures d'analyse vidéo.

Parce que dans ces week-ends parsemés d'épreuves, il faut repartir la fleur au fusil le lendemain. «Enchaîner entraînements et courses, où il faut éviter de faire la moindre bêtise, induit probablement une fatigue psychologique en plus d'une fatigue physique», avance Olivier Siegrist.

Résultat: les athlètes de Coupe du monde sont à genoux. L'hécatombe se poursuit course après course. Porte après porte. Grande rivale de Mikaela Shiffrin en slalom, Petra Vlhova se fera opérer d'un genou à l'Hôpital du Valais. Marco Schwarz, qui bataillait au classement avec Marco Odermatt, a été mis sur la touche fin décembre à Bormio. Un genou encore. La Bernoise Joana Hählen s'est blessée pour la quatrième fois à cet endroit. Son ligament croisé antérieur du genou droit s'est dé-

«Malheureusement il y a aussi des lésions cartilagineuses non réparables qui auront de graves conséquences à terme.»

Olivier Siegrist, chirurgien orthopédiste à l'Hôpital du Valais.

chiré après un effort trop intense à

Cortina d'Ampezzo.

Beaucoup serrent les dents

C'est aussi dans la station italienne que Corinne Suter a cumulé des lésions ligamentaires et méniscales. La Schwytzoise ne disputera pas d'autre épreuve cette saison, et va plutôt se concentrer sur son retour à la compétition pour le prochain exercice. Qui risque d'être compliqué.

«Il ne faut pas banaliser ces blessures», plaide le D^r Maxime Grosclaude. Les chirurgiens parviennent à réparer des ligaments, mais pas tout ce qu'il y a dans le genou. «Malheureusement il y a aussi des lésions cartilagineuses non réparables qui auront de graves conséquences à terme», relève Olivier Siegrist.

Peu importe, cela fonctionne généralement assez bien pour rester parmi les élus de Coupe du monde. Ces méthodes couplées à la résilience des sportives et sportifs leur permettent de monter sur les podiums et de goûter au succès. L'instinct fulgurant d'une victoire dépasse la montagne de problèmes que causent les passages entre les portes.

Derrière le sourire affiché sur les photos, beaucoup serrent les dents. «Certains éprouvent de telles douleurs qu'il faut leur donner des anti-inflammatoires avant les courses», ajoute le médecin qui travaille à l'hôpital de La Tour, à Meyrin. L'adrénaline de la course joue son rôle jusqu'à la ligne d'arrivée. Après? Le mal s'installe. La douleur devient une constante plutôt qu'un signal d'alarme.

Rude prix à payer

«Il n'existe pas de traitement pour guérir l'usure cartilagineuse ou des ménisques, avertit le D^r Maxime Grosclaude, l'un des médecins qui s'occupe des skieuses suisses. Au mieux, on peut en freiner l'évolution.» Pour vulgariser ses propos,



L'homme au chevet des skieuses évoque une montre mécanique qui tombe au sol. Elle donnera encore l'heure, mais ses composants auront peut-être été déréglés. Ce qui conduira fatalement à la casse. «Dans ce métier, le chirurgien doit rester humble. Malheureusement, la rerupture d'un ligament opéré n'est pas rare», affirme le Dr Olivier Siegrist, qui en a vu pendant ses décennies sur le cirque blanc.

Les retraités du ski alpin présentent généralement des genoux plus rapidement arthrosiques que le reste de la population. L'implantation d'une prothèse du genou est fréquente. Voilà un rude prix à payer, lorsqu'il faut chasser des podiums.

Des retours au sommet

● Il y a bien assez d'exemples de champions en quête d'un retour au sommet. Dans le ski alpin, beaucoup de stars y sont parvenues. Prenez Aleksander Aamodt Kilde, Didier Cuche, Lindsey Vonn ou Lara Gut-Behrami. Ces personnes donnent l'impression que la déchirure du ligament croisé antérieur représente une étape obligatoire plutôt qu'éliminatoire.

C'est assez vrai, à en croire une étude menée par la Fédération française de ski. Elle a recensé les données de ses athlètes, et a estimé que ceux en phase

ascendante avaient davantage de chance de récupérer d'une telle blessure que ceux qui stagnent. «Celui qui est bon et en phase de progression continuera à s'améliorer», résume le Dr Olivier Siegrist. «Sur les podiums, vous trouvez plus de concurrents qui ont subi une rupture du croisé antérieur que ceux qui n'en ont pas connu», complète de son côté le Dr Maxime Grosclaude. Ceux qui ont appris à se relever, et qui respectent les consignes des médecins se donnent plus de chances de réapparaître à nouveau. **RGA**