

À LIÉVIN : COLLOQUE SUR LE HANDISPORT

Filières handisport et sport adapté, deux atouts en vue des Jeux paralympiques

► Morgan RAILANE

Les Jeux paralympiques sont programmés du 29 août au 6 septembre prochains. A Liévin, les professionnels du handisport et du sport adapté ont débattu, le 26 mai dernier, des bienfaits du sport sur les personnes à mobilité réduite, et des conditions de son exercice. Cette manifestation clôturait une semaine de sensibilisation au handicap via la vie sportive.

Le sport pour tous : tel est le message qu'ont voulu faire passer les intervenants du colloque "De l'olympisme au paralympisme". "L'exploit peut se constater chez les personnes en situation de handicap", rappelle Isabelle Caby, enseignante en activité physique adaptée. Si peu de clubs sportifs accueillent les personnes handicapées, les moyens de répondre à l'encadrement existent et les fédérations sportives ont commencé à ouvrir leurs portes selon l'enseignante. "On ne cherche pas à gommer les différences mais à montrer les bienfaits du sport pour les personnes vivant le handicap", ajoute-t-elle. A Liévin, la filière "activité physique adaptée" concerne une centaine d'étudiants qui s'intègrent à travers un master professionnel dans des établissements médico-sociaux, des associations, des mutuelles ou des entreprises spécialisées dans le matériel médical dédié aux personnes handicapées. L'université d'Artois avait invité plusieurs spécialistes du handisport (qui concerne les personnes ayant un handicap physique) et du

sport adapté (qui concerne les personnes ayant une déficience intellectuelle). Ce dernier point a été abordé par Gilles Bui Xuan, membre de la commission recherche de la Fédération française du sport adapté (FFSA). L'expert est venu parler de l'évolution constatée depuis 2008, date à laquelle le Comité international paralympique a décidé de réintégrer le sport adapté dans les compétitions paralympiques.

Chasser les préjugés. Une vingtaine de catégories seront présentes (athlétisme, football à 5, sport équestre, escrime, tennis...) et plus de 4 000 athlètes représentant 165 pays sont attendus à Londres cet été. Autant de raisons pour réfléchir aux vertus du sport chez ces populations et répondre à la question : la pratique du sport adapté est-elle un enjeu de santé publique aujourd'hui ? "La contribution est loin d'être négligeable pour les personnes en situation de handicap. Plusieurs études le montrent", a-t-il indiqué. La plupart des déficients mentaux se déclarent en bonne santé (même s'ils souffrent d'obésité). Autre constat, les déficients mentaux



Gilles Bui Xuan, expert auprès de la Fédération française du sport adapté.

boivent plus de sucré que les autres populations. La qualité de l'indice de masse corporel (IMC) est directement liée aux pratiques sportives. "Si les déficients sont généralement plus gros que les autres, les sportifs rejoignent la norme des autres populations. L'habitude sportive prise, l'hydratation est meilleure et l'indice de qualité de vie est lui aussi meilleur. Le préjugé qui dit qu'un déficient a mécaniquement plus de problème avec son IMC est totalement faux. Il y a une corrélation entre l'origine du handicap et l'IMC, mais pas entre la prise de médicament et l'IMC", a argumenté l'expert. Autre paradigme, le temps de sommeil influe sur l'IMC : "plus on se lève tôt, plus l'IMC est favorable", a-t-il ajouté.

Tous des sportifs ! Autre base d'atelier de cette journée, l'intervention de Koen Van Landeghem, directeur à la Fédération de la natation adaptée, a porté sur le thème des risques et des blessures du sport de haut

niveau paralympique. S'il a été réintégré pour les Jeux de 2012, le sport adapté ne l'est qu'à titre d'essai. Les classifications des sports et des concurrents n'ont pas été chose aisée. "En Belgique, il n'y a pas de différence entre handisport et sport adapté comme en France", a indiqué Koen Van Landeghem. Les différences se jouent sur les pathologies : "un hémiplégique est plus fragile à la blessure, l'accompagnement doit donc être plus intense. Mais même blessé, on demande souvent à l'athlète de continuer à s'entraîner parce qu'on a besoin de lui", a insisté l'expert. Pour autant, les personnes en situation de handicap physique concourront dans une soixantaine de disciplines contre à peine trois pour les déficients mentaux. Pour ces derniers, "c'est le sport de haut niveau qui sert à tirer la performance des autres. L'inverse des valides", a conclu l'expert pour qui les blessures les plus douloureuses sont celle de l'esprit. Comme pour chacun... ■