

Les Jeux Olympiques de la Jeunesse :

sport, santé, bien-être

Professeur Claude-Louis GALLIEN
Vice-président du CNOSEF

Durant cet exposé je vous parlerai d'Olympisme davantage que de sport ou de santé. Toutefois, il n'est pas si facile de parler des Jeux Olympiques de la Jeunesse dans la mesure où ceux-ci n'ont pas encore eu lieu. D'ailleurs, nous ne savons même pas exactement ce qu'ils pourraient être, et nous ne sommes pas forcément très optimistes quant à leur pérennisation. Constituent-ils une utopie ou ont-ils une chance de devenir une réalité ? Nous pouvons d'ores et déjà en discuter.

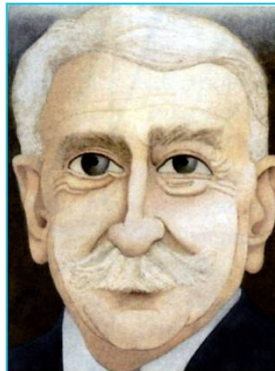
Le sport moderne s'est construit à la fin du XIX^e siècle autour du concept de compétition résumé en 1891 par le père DIDON: "*Plus vite - plus haut - plus fort*".



Père DIDON

C'est en 1894 que le projet olympique a été remis à l'honneur par Pierre de COUBERTIN. Il s'agissait d'abord d'un projet éducatif fondé sur l'esprit sportif, ensuite d'un projet de société fondé sur l'humanisme, d'un projet de vie éthique fondé sur le jeu, la règle, la prise de risque et l'excellence, enfin d'un projet d'hygiène de vie et de santé publique proposant une éducation préventive et thérapeutique. En fait, et c'est ce qui est remarquable dans le projet Olympique de Pierre de COUBERTIN, tout est lié, tout est interdépendant: l'éducation, la société, l'éthique et la santé ; et le sport est une icône reflétant tout cela.

Pierre de COUBERTIN



Le corps d'un athlète exprime la beauté, l'harmonie ou encore la puissance. Intuitivement, l'idée s'est répandue que « le sport, c'est la santé ». L'expérience sportive a ensuite fait en sorte que cette intuition devienne une conviction : le sport développe la santé physique et mentale de l'individu, et cette santé individuelle est inséparable de celle de la société et de la nation.

L'olympisme a constitué une référence assez claire et unidimensionnelle pendant pratiquement une centaine d'années, avant qu'à la fin du XX^e siècle, le concept olympique ne finisse par se troubler, à tel point qu'il est devenu beaucoup plus difficile de le situer avec une grande clarté. La mondialisation a commencé par se généraliser entre la fin du XX^e et le début du XXI^e siècle. Ce terme, concevable pour l'esprit français, s'est ensuite transformé en « globalisation » sous l'influence des anglo-saxons, marquant ainsi une dérive supplémentaire. Avec cette globalisation, la société s'est fondée sur le libéralisme, l'éducation s'est parfois retrouvée doublée par la notion de médiatisation, l'éthique par l'individualisme et la réussite, tandis que la santé s'est souvent retrouvée associée à l'hyper médicalisation.

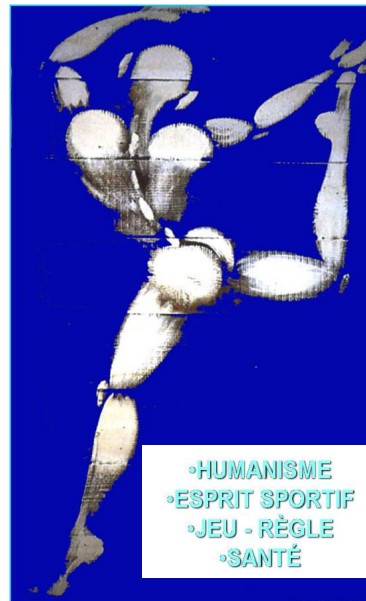
Au final, le CIO se trouve confronté à une gestion des paradoxes. Il doit progresser en respectant le projet olympique - humanisme, esprit sportif, jeu, règles, prévention et éducation thérapeutique - tout en tenant compte des impératifs de la globalisation - libéralisme, médiatisation, individualisme. Dans le domaine de la santé, il doit faire face au phénomène d'hyper médicalisation, qui se prolonge assez facilement par du dopage, et à la sédentarité reflétée par la progression de l'obésité dans les populations mondiales. Le congrès olympique de 2009 aura pour thème : « *Le mouvement olympique dans la société* ». Ce thème en dit long sur les préoccupations du mouvement olympique international.

L'olympisme est confronté au « pro-lympisme », qui se manifeste par une instrumentalisation du sport : la société vise avant tout la performance, l'éducation devient spectacle et l'éthique se rapproche du profit. Gagner à tout prix, faire de l'argent à tout prix, c'est éthique. Le sport pro-lympique a permis de développer une nouvelle forme de sportifs : les sportifs inactifs, qui contemplent le sport des autres à la télévision. Tout cela n'est évidemment pas très satisfaisant. Le mouvement olympique est lui-même est rattrapé par la tempête pro-lympique qui déferle sur l'esprit sportif.



Sportifs inactifs !

Le Président du CIO a tenté d'apporter une réponse à ce problème lourd, qui remet en cause jusqu'aux racines mêmes de l'olympisme, en faisant la promotion les Jeux Olympiques de la Jeunesse (JOJ).



Jeux olympique de la Jeunesse

Par ce biais, le CIO remonte à ses sources, celles de l'olympisme de COUBERTIN. Il propose que les jeunes athlètes du monde entier soient placés au cœur d'un évènement sportif de haut niveau international. Il s'agit de passer d'un olympisme théorique, dont tout le monde se gargarise, à la réalité de l'olympisme sur les stades et de donner aux jeunes l'occasion de devenir de véritables « olympiens ». Les JOJ doivent valoriser des champions qui puissent propager des messages d'humanisme, d'esprit sportif, de jeu, de règles et de santé en direction de tous les autres jeunes. Ces Jeux sont donc fondés sur une bonne vision des choses. Pour autant, l'objectif affiché est-il réalisable ? C'est une autre question.

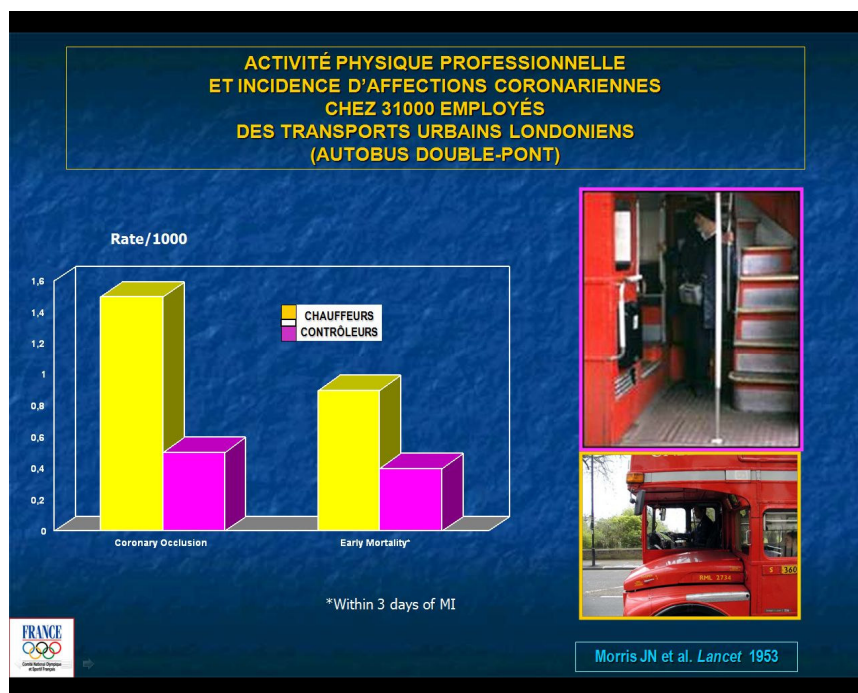
En tout cas, il y a urgence. Dans le domaine de la santé, la sédentarité et l'inactivité physique gagnent du terrain. C'est une menace pour l'individu, pour le corps social et pour l'esprit public. Ce n'est pas seulement la santé physique qui est menacée ; la santé mentale l'est également.

Santé : Etat d'urgence



Nous nous retrouvons dans une société qui pratique l'inactivité physique. Certains opposent l'*activité* physique à cette *inactivité*, mais ils confondent trop souvent l'activité physique et le sport. Or il s'agit de deux notions bien différentes. En effet, l'activité physique n'est rien d'autre qu'un comportement ; elle se rapporte à des mouvements du corps qui s'accompagnent d'une dépense énergétique.

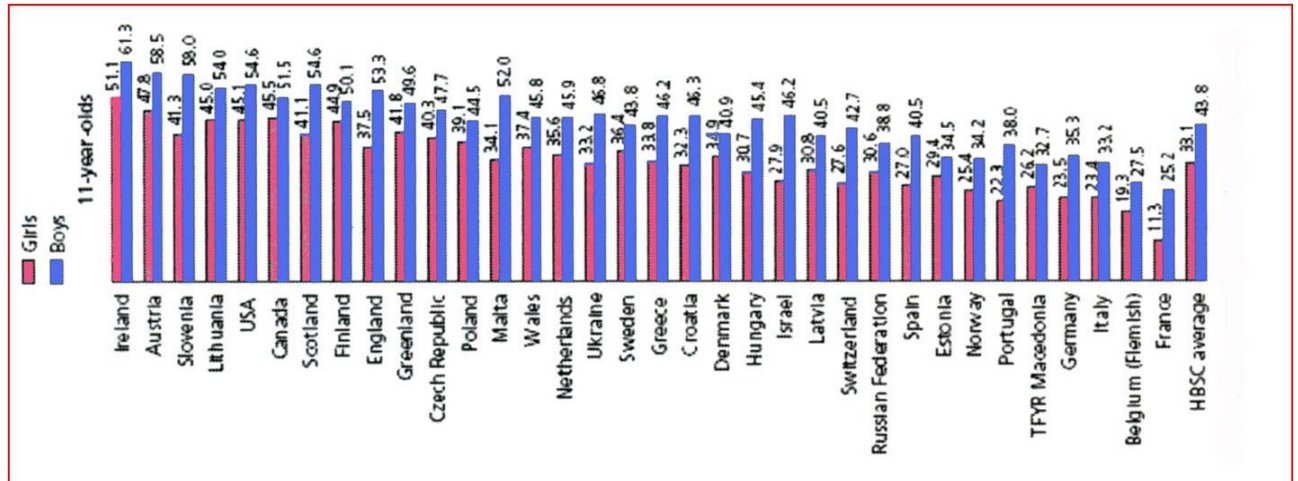
Dès 1953, il a été prouvé que dans un cadre professionnel, l'activité physique était susceptible de diminuer le risque de maladies cardiovasculaires. Une étude, réalisée par Morris en 1953 à Londres, a notamment démontré que les taux de mortalité et de morbidité étaient plus élevés chez les chauffeurs de bus que chez les contrôleurs, ce qui tend à prouver que l'activité physique est un facteur de bonne santé.



Toutefois, cette étude ne comparait que deux paramètres, l'activité physique - évaluée en termes de dépense énergétique et isolée d'autres facteurs susceptibles de modifier l'interprétation des résultats - et l'état de santé - évalué en fonction des seuls taux de mortalité et de morbidité, ce qui ne permet pas de quantifier la *qualité de la vie*. Or, selon l'OMS, la santé est surtout un ressenti. Elle est beaucoup plus complexe qu'une simple analyse de quelques paramètres.

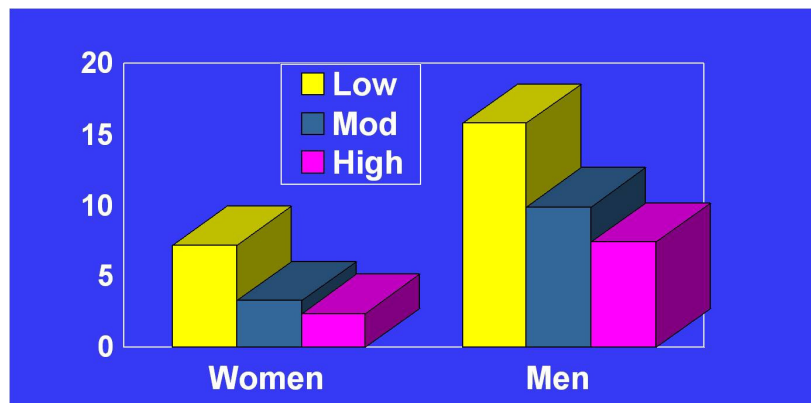
Des milliers d'études épidémiologiques et de mesures ont été effectuées au cours du demi-siècle écoulé ; elles portent sur la quantification de données qui peuvent être différentes d'une étude à l'autre. L'intensité, la fréquence ou la durée de l'activité physique ne sont pas toujours identiques, de même que les types de cohorte ou d'activité. Malheureusement, ces études font l'objet de statistiques globales qui ont tendance à amalgamer tous les résultats obtenus. Il en résulte quelques statistiques contradictoires. Ainsi, une étude a démontré qu'aux Etats-Unis, 50 % des enfants âgés de 11 ans pratiquaient un niveau recommandé d'activité physique, contre seulement 18 % des enfants français du même âge. Parallèlement, une autre étude réalisée au même moment sur la

même population a démontré que 16 % des enfants américains étaient en surpoids, contre seulement 10 % des enfants français. Les analyses ont probablement été conduites selon des modélisations relativement différentes. Toutes les données ne sont donc pas comparables.



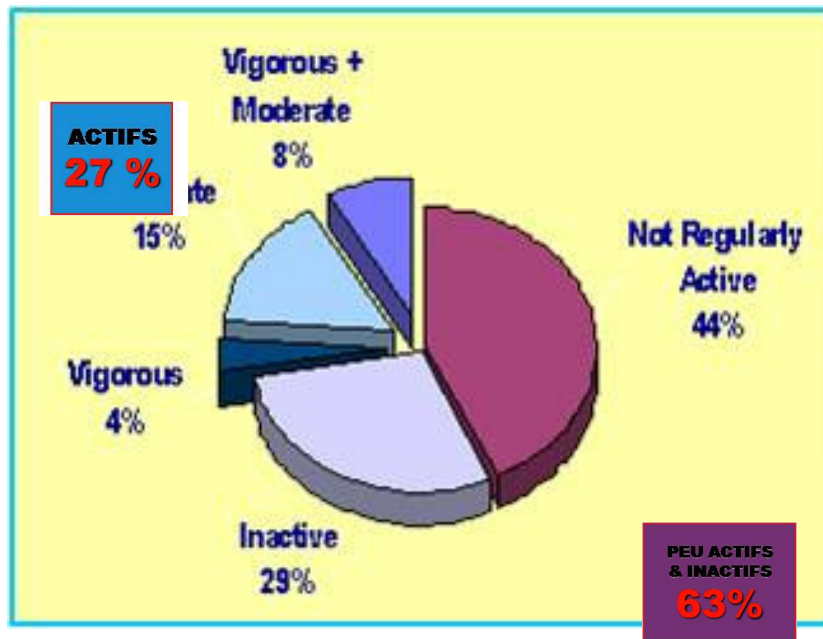
Niveau de pratique d'activités physiques chez les enfants âgés de 11 ans (2001-2002)

Cependant les recherches montrent dans leur ensemble que l'activité physique a bien une action positive sur la santé, à la fois au niveau de la prévention et au plan de la thérapeutique. Du point de vue préventif, la pratique régulière d'une activité physique permet d'éviter ou de retarder l'apparition des pathologies associées à la sédentarité, à l'oisiveté, à une mauvaise hygiène de vie ou au vieillissement. Du point de vue thérapeutique, elle peut constituer un traitement pour des affections chroniques sévères et permet d'améliorer l'autonomie et l'espérance de la vie de sujets atteints de diverses pathologies.



Taux de mortalité (affections cardiovasculaires) dans diverses populations pratiquant une activité physique

Les recommandations visant à promouvoir la santé par l'activité physique ont tendance à se multiplier. La pratique d'au moins 60 minutes d'activité physique modérée à intense chaque jour cinq fois par semaines a des effets bénéfiques sur la santé des adultes. Ce type de recommandation est raisonnable et tout à fait acceptable. Malheureusement, leur impact est très limité. En 1996, seuls 27 % des adultes américains pratiquaient une activité physique d'une durée et d'une intensité convenables.



Pratique régulière des activités physiques chez les adultes (USA)

Pire encore, d'après un rapport britannique de 2006, la pratique régulière de l'activité physique ne progresse pas chez les jeunes. Dans beaucoup de pays, elle est même en régression.

Beaucoup de professeurs d'éducation physique plaident pour une augmentation de leur nombre d'heures d'enseignement à l'école. Les jeunes européens ont en moyenne 2h de cours d'EPS par semaine, à raison de 36 semaines par an. Ces mêmes jeunes restent 3h à 6h par jour tous les jours devant une télévision ou un ordinateur. Le rapport de ces deux indicateurs est inquiétant.

La nouvelle tendance est à la promotion de la santé par l'activité physique, en proposant une approche ludique, des programmes d'entraînement structurés et des séries d'exercice physiques équilibrés et coordonnés. Autrement dit, il est recommandé de faire du *sport*.

Or le sport va bien au-delà de la simple pratique d'une activité physique, moyen « animal » permettant d'améliorer la condition physique individuelle. Le sport, c'est une expérience humaine qui permet le développement des aptitudes cognitives et stratégiques, non seulement individuelles, mais aussi sociales. C'est une autre dimension.

Les jeunes de 6 à 13 ans ont besoin d'éducation physique, que ce soit à l'école primaire, au collège ou dans le cadre d'associations sportives. Il faut qu'ils apprennent ce que signifie l'éthique sportive, ce que le sport représente, de telle sorte qu'à partir de 14 ans, ils puissent pratiquer une *éducation physique et sportive* au lycée, à l'université, dans des associations sportives ou dans des clubs sportifs. C'est d'autant plus important que l'éducation de ces jeunes sera relayée par l'image médiatisée des olympiens.

C'est très exactement ce que le CIO souhaite initier avec les Jeux Olympiques de la Jeunesse.

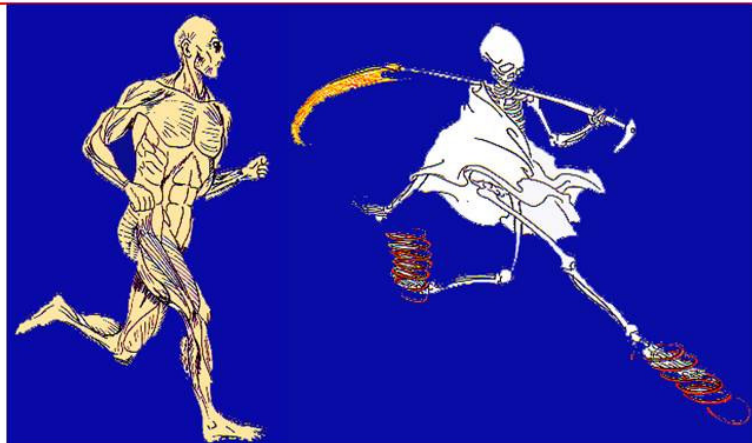
Ces Jeux Olympiques de la Jeunesse constituent une démarche d'éducation globale. Ils doivent être le point de départ et le noyau central d'une prévention primaire par le sport, qui inclut la santé parmi bien d'autres facteurs. L'ambition du CIO, à travers le concept des JOJ, c'est de promouvoir une sorte de production sociale *par le sport*, en associant des athlètes, des éducateurs, des équipes techniques et des équipes médicales. Il s'agit d'accompagner l'accomplissement personnel de l'individu dans la société en l'aidant à sublimer ses limites biologiques. Les jeunes qui auront été éduqués dans cet esprit sportif transmettront ensuite la flamme olympique. La *vraie*. Des travaux démontrent que majoritairement, les jeunes athlètes formés dans l'esprit du sport olympique ont un mode de vie sain, un sentiment de bien-être et rejettent les comportements nuisibles - tabagisme, alcoolisme, addiction, violence.

Le pro-lympisme est également une production sociale, mais *pour* le sport, et non *par* le sport. Elle implique des liaisons dangereuses telles que l'hyper médicalisation, qui conduit naturellement au dopage, dont les effets nuisibles sur la santé - aussi bien individuelle que publique - ne sont plus à démontrer. Le pro-lympisme est porté par des magiciens du record qui cherchent la surexpression de la machine biologique dans le court terme. C'est la performance immédiate qui les intéresse, au mépris des équilibres corporels et psychiques. Ces sorciers de la performance proposent une hyper médecine garantissant la réussite sportive. C'est une assistance déguisée au dopage, un bricolage brutal de l'organisme. Il s'agit d'effacer les limites biologiques en ignorant ou en masquant les signaux d'alarme lancés par l'organisme. C'est d'autant plus difficile à contrôler dans le sport moderne que le pro-lympisme se fond dans l'olympisme. La flamme pro-lympique n'est pas porteuse de valeurs d'exemplarité. Pour être crédibles, les Jeux Olympiques de la Jeunesse devront immédiatement se situer en rupture avec le pro-lympisme.

Liaisons dangereuses



Pratiques sportives extrêmes



Hyper médicalisation

Dopage

La participation à cet événement fait cependant l'objet de nombreuses interrogations. Les Jeux Olympiques de la Jeunesse seront ouverts aux jeunes garçons et filles de 14 à 18 ans. Evidemment,

à ces âges, les différences physiologiques, morphologiques ou encore psychiques sont très marquées entre les jeunes (enfants, adolescents, jeunes adultes) et en particulier entre les jeunes originaires de différentes régions ou continents. Comment va-t-on gérer la répartition des participants par groupes d'âges ? De même, peut-être faudrait-il constituer un groupe spécial pour les jeunes qui auront déjà été sélectionnés pour les Jeux Olympiques. Enfin, rien ne semble prévu pour la participation des jeunes porteurs d'un handicap. Les questions sont nombreuses. Elles concernent aussi bien les critères de qualification des jeunes que la manière dont leur sélection sera effectuée et leurs résultats valorisés. En cas de distribution de médailles, des programmes d'entraînement intensifs et de préparation seront mis sur pied. Cela nécessitera une mise en place sur plusieurs années, *avant les Jeux*, autrement dit entre 10 et 13 ans, si bien que pour les jeunes sélectionnés, la préparation à la valorisation des résultats remplacera l'éducation physique.

Il a été dit que tous les sports des Jeux Olympiques de 2012 et 2014 - 26 sports d'été et 7 sports d'hiver - seraient retenus pour les Jeux Olympiques de la Jeunesse, mais avec un nombre limité de disciplines. Dans ce contexte, il serait probablement utile de porter une attention particulière à certains sports olympiques (boxe, haltérophilie, sports équestres, gymnastique, saut à ski, patinage artistique) qui impliquent une spécialisation précoce ou dont les règles devraient être adaptées à la fragilité des jeunes sportifs. Ainsi, la boxe est un excellent sport éducatif, mais elle ne se pratique pas de la même manière selon que les visées sont éducatives ou l'obtention de médailles.

Par ailleurs, les villes organisatrices, les partenaires financiers et les partenaires de la médiatisation accepteront-ils d'organiser et de financer des Jeux Olympiques de la Jeunesse qui reposeront prioritairement sur des valeurs éducatives, éthiques et sociétales, et beaucoup moins sur des valeurs marchandes ?

Les Jeux Olympiques de la Jeunesse visent à associer le sport, l'éducation et la santé, ainsi qu'à ouvrir de nouvelles perspectives aux jeunes. Il s'agit de proposer aux jeunes du monde entier de *construire leur propre époque*, d'être *eux-mêmes*, pour créer un monde meilleur. Les Jeux Olympiques de la Jeunesse pourraient constituer un outil pour parvenir à ce monde meilleur. Peut-être est-ce une utopie, mais le projet de Coubertin ne l'était-il pas également ?

Questions-réponses avec l'amphithéâtre

Eric JOUSSELLIN, médecin chef de l'INSEP

N'y a-t-il pas un risque que les Jeux Olympiques de la Jeunesse valident la spécialisation précoce à outrance, avec toutes les dérives que cela entraîne ? En France, certaines fédérations partent déjà du principe que les enfants doivent être sélectionnés de plus en plus jeunes. Des enfants de moins de 10 ans sont dans des pôles nationaux.

Claude-Louis GALLIEN

Je ne suis pas convaincu que les Jeux Olympiques de la Jeunesse connaîtront un grand succès. Nous avons déjà eu l'exemple des Jeux Européens de la Jeunesse. Pour autant, le Président du CIO était dans son rôle lorsqu'il a proposé cette initiative. Espérons simplement que ces Jeux Olympiques de

la Jeunesse permettront de pointer quelques-uns des réels problèmes qui se posent. En cas de réussite et de médiatisation, nous retomberons dans les mêmes excès qu'avec les Jeux Olympiques, mis à part que la population concernée sera encore plus jeune.

Maurice CHAFFIOL, CDOS du Cher

Il existe déjà des championnats du monde scolaires. Ils se déroulent tous les deux ans. Dans nos écoles actuellement, il n'y a pas 2h de réelle éducation physique par semaine, mais bien moins, puisqu'il faut du temps aux élèves pour se préparer et aux professeurs pour leur expliquer ce qu'ils vont faire. C'est largement insuffisant.

Claude-Louis GALLIEN

Vous avez raison. Je n'ai fait que donner quelques indications. La comparaison de ces heures d'activité - moins de 100 heures par an - avec les heures d'inactivité - 1 000 à 2 000 heures - n'en demeure pas moins vraie. J'aimerais d'ailleurs que les professeurs soient fiers de donner des cours d'éducation physique, et pas simplement d'activité physique.

Jean-Claude DEBERGUE, médecin fédéral de l'UFOLEP

Je suis d'accord sur le fait qu'il n'y a pas suffisamment d'éducation physique et sportive à l'école. En revanche, j'estime que le monde sportif ne doit pas jouer le rôle de l'Etat. C'est à l'Etat de résoudre les problèmes de santé. Par ailleurs, j'ai bien peur que les Jeux Olympiques de la Jeunesse ne finissent par créer du pro-lympisme plus précocement qu'actuellement.

Claude-Louis GALLIEN

Il s'agit effectivement d'un risque. J'ai essayé de présenter quelques inconvénients. Il en existe bien d'autres. Sur le plan éducatif, l'Etat a des responsabilités, bien sûr, mais le problème se pose à l'échelle du monde entier. Or, en certains endroits, il n'y a pas d'Etat, ou alors des Etats avec très peu de moyens. Le mouvement olympique est dans son rôle lorsqu'il promeut des idées et donne des moyens. Cela n'interdit pas à l'Etat de faire les choses autrement. La santé est un sujet très complexe.

Guy AZEMAR, médecin de la Direction nationale UNSS

Cet exposé donne beaucoup à réfléchir. J'ai vécu le glissement de l'éducation physique vers l'activité physique. Après la seconde guerre mondiale, il n'était question que d'éducation physique et sportive. Il existait alors une réelle volonté d'éducation. C'est ensuite que la société a dérapé vers l'idée d'activité physique et sportive. Il faut conserver l'appellation d'éducation physique et sportive. Les enseignants doivent changer de mentalité.

Gilbert ABOUSSOUAN, médecin fédéral de la FF de Danse

J'ai beaucoup apprécié la séparation entre l'activité physique et le sport. Il faut favoriser l'optimisation de l'activité physique davantage que l'optimisation du sport. Plutôt que de parler de Jeux Olympiques de la Jeunesse, ne faudrait-il pas parler d'optimisation de l'activité physique de la jeunesse ?

Claude-Louis GALLIEN

Le sport est une institution qui implique un encadrement. *A contrario*, il n'y a pas d'encadrement dans l'activité physique. C'est la grande différence. L'activité physique doit être programmée, consciente, organisée, surveillée, validée et valorisée. La plupart des études que j'ai consultées font état d'un élément dramatique : très majoritairement, les personnes qui participent aux cohortes abandonnent au bout de 6 ou 8 mois.

Thierry DREVON, médecin du CROS de la Réunion

Vous n'avez pas parlé de sexualité. Pourtant, réunir des adolescents de 14 à 18 ans, garçons et filles, n'est pas simple. Dans ce genre de situation, les cadres techniques se retrouvent plus souvent à courir dans les couloirs en pleine nuit qu'à s'occuper de l'encadrement purement technique.

Claude-Louis GALLIEN

Le problème se pose également pour les sportifs adultes.

Thierry DREVON

Comme vous le dites, ils sont adultes. En revanche, les adolescents de 14 à 18 ans sont mineurs. L'implication des organisateurs, des encadrants et des médecins n'est donc pas la même. Dans les compétitions d'adolescents, les médecins se retrouvent parfois obligés de donner des pilules du lendemain à des jeunes filles de 14 ans.