

Développement du sport pour les paraplégiques (II)

par Sir Ludwig Guttmann,
président de la Fédération
des Jeux Internationaux
de Stoke Mandeville



Niveau des performances

Le développement des Jeux de Stoke Mandeville s'est traduit par une élévation constante du niveau des performances. L'habileté dont font preuve les handicapés participant à des jeux d'équipes est étonnante, en particulier en ce qui concerne le basketball. Ce sport est devenu une des plus grandes attractions de Stoke Mandeville; non seulement il procure aux joueurs excitation et satisfaction, mais il réjouit aussi des milliers de spectateurs en bonne santé qui, entièrement pris par le jeu, oublient que les participants font partie des

sportifs le plus gravement atteints qu'on ait jamais vus sur un stade. Jouer au basketball en fauteuil roulant fait appel à la coordination neuro-musculaire des paralysés, ce qui constitue une forme de réadaptation aboutissant à la maîtrise complète des possibilités de mouvement laissées par le fauteuil roulant. Le joueur forme avec son fauteuil roulant une unité — tout comme le joueur de polo et son cheval. De plus, le basketball est un sport qui exige un degré élevé d'esprit d'équipe et d'autodiscipline. Les règles du jeu furent reprises des associations conventionnelles de basketball, sous une forme adaptée. On peut même dire que, dans la pratique de ce sport, le joueur paralysé est

¹ Voir « Revue Olympique » depuis le No 111.

supérieur à un sujet bien portant, et cela du fait même que ses jambes sont paralysées: il peut se concentrer sur ses bras, ses mains et la musculature du tronc. En revanche, lorsqu'il essaie d'attraper le ballon, un sujet sain en fauteuil roulant a le réflexe de bouger les jambes, ce qui lui fait perdre l'équilibre et peut même l'amener à tomber de son fauteuil. C'est un phénomène que nous avons souvent observé lors de matches de basket-ball opposant des sujets sains et des paralysés, les joueurs des deux équipes utilisant un fauteuil roulant.

L'haltérophilie fournit un autre exemple du niveau élevé des performances. Il y a six catégories de poids — des poids légers aux poids lourds. Chaque nouveau participant doit faire enregistrer un ECG. Dans la pratique de ce sport, de nouveaux records sont constamment battus; dans la catégorie des poids lourds, notre record mondial est actuellement de 240 kg.

Un des premiers sports de compétition introduits au Centre de Stoke Mandeville fut le tir à l'arc, qui est devenu extrêmement prisé dans le monde entier par les paraplégiques et même les quadriplégiques. Il constitue aussi une activité sportive idéale pour de tels handicapés et est supérieur à maints égards au tir au pistolet ou à la carabine:

Primo, dans le traitement physique des handicapés, le tir à l'arc complète la physiothérapie de routine, en forçant le paralysé à se tenir droit et en fortifiant sa musculature brachiale et dorsale. Cela vaut en particulier pour les patients présentant une lésion transverse au niveau des vertèbres dorsales supérieures ou des vertèbres cervicales. Naturellement, le tir à l'arc est une activité plus intéressante que le monotone travail aux poulies dans le cadre de la physiothérapie.

Secundo, le tir à l'arc a une influence favorable sur les fonctions respiratoire et cardiovasculaire lors de lésions au niveau des ver-



tères dorsales supérieures ainsi que, plus particulièrement, au niveau des vertèbres cervicales. *Tertio*, ce sport offre de la variété dans l'application, car l'exercice peut être intensifié si le joueur augmente la tension de l'arc pour pouvoir, de cette manière, tirer à de plus grandes distances. *Quarto*, le paraplégique se mesure ici à égalité avec le tireur bien portant. Déjà de nombreux paraplégiques ont gagné l'étoile FITA: ils ont obtenu plus de 1000 points en tirant au total 36 flèches à des distances de 90, 70, 50, 30 m (messieurs) ou de 70, 60, 50, 30 m (dames), la tension de l'arc allant de 16,5 à 19 kg.

En natation également, le niveau des performances a augmenté; en outre, les paraplégiques ont commencé à s'intéresser à la nage sous l'eau et à la plongée avec masque et appareil à oxygène. Bien que même des quadriplégiques aient exercé ce sport avec succès (bien entendu en compagnie d'un plongeur bien portant), il ne devrait pas, pour des raisons médicales, être pratiqué par des paraplégiques atteints de lésions au-dessus de D5, parce que, dans ce cas (l'innervation splanchnique étant interrompue), la régulation vasomotrice manque en partie ou totalement.

Objectif des Jeux de Stoke Mandeville en tant que mouvement pour la paix et la compréhension des peuples

Les rencontres sportives internationales procurent aux participants paralysés une compréhension mutuelle qui correspond à l'idéal de notre mouvement. Que les rencontres soient nationales ou internationales, la volonté de vaincre est, comme chez les sujets sains, naturellement toujours très forte; cependant, nous ne laissons se développer ici ni chauvinisme ni racisme, dont les Jeux Olympiques ont beaucoup souffert au cours des dernières années. Les compétitions entre paralysés sont devenues un mouvement pacifiste.

Jeux s'inspirant des Jeux de Stoke Mandeville

L'enthousiasme et les performances des sportifs en fauteuil roulant ont incité à organiser d'autres rencontres sportives internationales pour paralysés. Ainsi, aux Jeux du Commonwealth britannique pour sujets bien portants correspondent les Jeux du Commonwealth britannique pour paraplégiques, fon-

dés en 1960, et les Jeux panaméricains, fondés en 1967. Les premiers Jeux pour paraplégiques eurent lieu il y a 27 ans. Qui aurait alors pensé qu'un jour des paraplégiques et même des quadriplégiques de tous les continents feraient des milliers de kilomètres en avion pour représenter leur pays dans le cadre de rencontres sportives internationales!

Et ce mouvement de sports, unique en son genre, a même été reconnu par des organisations sportives regroupant des bien-portants: en 1956, à l'occasion des Jeux Olympiques de Melbourne, le Comité International Olympique décerna la Coupe Fearnley à la Fédération Internationale des Jeux de Stoke Mandeville pour avoir particulièrement rendu témoignage aux idéaux olympiques.

Le premier stade du monde pour sujets présentant des handicaps multiples

Depuis longtemps déjà, je ressentais toute la nécessité d'un stade conçu à l'intention des paralysés et d'autres handicapés graves. Il y avait surtout deux raisons à cet égard.

Primo, la plupart des stades et piscines existants présentent des obstacles d'ordre architectural; les nombreux escaliers et les marches ainsi que l'absence d'ascenseur rendent difficile ou même impossible l'accès à ces installations sportives — avant tout pour les utilisateurs d'un fauteuil roulant, auxquels se pose en outre le problème de l'accès aux toilettes. Lorsqu'il n'y a pas de rampes praticables pour les fauteuils roulants, les handicapés graves sont réduits à recourir à l'aide de leur accompagnateur, ce qui les gêne en général, car ils perdent alors de leur indépendance.

Secundo, il y avait là encore les obstacles psychologiques, notamment un préjugé profondément enraciné dans la société depuis des siècles: un spectateur bien portant est gêné de voir un handicapé physique se livrer à une activité sportive. Et pourtant, lorsqu'il s'agit de payer les impôts, les nombreux handicapés graves qui sont aujourd'hui employés à plein temps dans l'industrie sont considérés comme des citoyens à part entière! Nous ne nous étendrons pas davantage sur la ségrégation dont ils font l'objet. En pratique, ils doivent encore lutter pour obtenir des installations sportives adaptées, même si en Grande-Bretagne et dans d'autres pays la situation s'est déjà nettement améliorée.



En 1968, le comité exécutif de la Société britannique des sports pour paraplégiques décida de construire un stade destiné avant tout aux paralysés, à d'autres handicapés physiques et à des handicapés mentaux. Mais il devait être ouvert aussi à certains groupements de sportifs bien portants, afin que se développe une compréhension plus profonde entre bien-portants et handicapés. Ce stade pour paralysés et autres handicapés fut construit en un an et inauguré le 2 août 1969 par la reine Elisabeth II. Ce centre sportif est bien entendu conçu de façon à être entièrement accessible à l'ensemble des handicapés, à pied ou en fauteuil roulant. Il comporte un très grand hall pour des jeux tels que basketball, volleyball, badminton et tennis, ainsi que de petits halls pour l'escrime, le tennis de table, le *snooker* et l'haltérophilie, une piste pour jeu de boules, un bassin olympique chauffé de 25 m avec renouvellement continu de l'eau ainsi qu'une grande Salle à manger pour 250 personnes en fauteuil roulant. Des tribunes de spectateurs ont été aménagées dans le hall principal et au bord du bassin de natation. Le stade possède évidemment aussi les vestiaires et toilettes nécessaires qui sont accessibles à tous les handicapés, en particulier aux sportifs se déplaçant en fauteuil roulant. Un grand ascenseur leur permet d'accéder à la salle de tennis de table et au bar à café situé au premier étage. Récemment, on a construit aussi une piste couverte pour le jeu de boules; l'inauguration eut lieu en septembre 1974 avec des compétitions auxquelles prirent part des paraplégiques, des amputés, des aveugles et des sujets bien

portants. Finalement, on aménagea encore dans l'enceinte du stade des logements comprenant 150 autres lits.

Stoke Mandeville montre quel grand rôle le sport peut jouer dans la réinsertion sociale des handicapés. D'autres pays ont suivi notre exemple: à Osaka (Japon), un stade magnifique pour handicapés a été inauguré en 1974. À Tolède (Espagne), des installations sportives remarquables, en salle et en plein air, ont été inaugurées en automne 1974, au nouveau centre de réadaptation pour paraplégiques (200 lits).

L'influence des *Jeux de Stoke Mandeville* sur la communauté humaine n'aurait pas pu être exprimée en termes plus justes que ceux employés par le pape Jean XXIII à Rome, après les Jeux Mondiaux des joueurs en fauteuil roulant. A l'époque, il y a quinze ans de cela, il dit aux handicapés et à leurs accompagnateurs:

« Vous êtes un exemple vivant du miracle de la volonté. Vous êtes pour nous un grand modèle que nous voulons mettre en valeur, car il peut constituer une aide pour nous tous. Vous nous avez montré ce qu'un esprit énergique peut réaliser, même si les obstacles physiques semblent presque insurmontables. »

L. G.