

Les terrains de football synthétiques sont apparus dans les années 40, sans connaître de grand essor jusque-là, mais depuis quelques années les municipalités se laissent tenter par ce type de surface en raison de leur faible coût d'entretien. Les clubs de football sont donc plus souvent concernés par ces questions, et les footballeurs de plus en plus souvent amenés à jouer sur ces surfaces. Les municipalités, au moment de décider de la réfection ou de la construction d'un terrain, s'intéressent surtout au coût des travaux et au coût d'entretien, ce qui est bien compréhensible en période de vache maigre. Mais les sportifs que nous sommes sont aussi et surtout intéressés aux éventuelles blessures occasionnées par ces nouvelles surfaces.

Lors du congrès médical de la Fédération Française de Football (FFF) de septembre 2013 à Clairefontaine, deux exposés ont été consacrés à ces surfaces synthétiques, dont voici le résumé.

* Mr Philippe Rouch (Laboratoire de biomécanique des Arts et Métiers – Paris) et Le Dr Patricia Thoreux (Chirurgien orthopédique à l'hôpital Avicenne de Bobigny) ont exposé une **étude faite sur 3 types de Terrains différents** : un Terrain Synthétique de 3ème génération, un substrat Lavaterr et un substrat Airfibr.

Ils ont mesuré les contraintes exercées sur le genou lors d'un changement de direction brutal, par exemple lors d'un dribble, et en conséquence le plus fort risque de lésion du ligament croisé antérieur (L.C.A.).

Les résultats montrent que le Terrain synthétique de 3ème génération est celui qui occasionne le plus de contrainte sur le genou, donc le plus fort risque de lésion du L.C.A, alors que le Substrat Airfibr exerce le moins de contrainte.

* Le Professeur Rochcongar, Médecin Fédéral National, a présenté l'**épidémiologie des blessures sur terrains synthétiques**. Les idées principales sont que :

=> Le % de blessures sur terrain synthétique (T.S.) est nettement supérieur pour les joueurs élites que pour les joueurs amateurs.

=> L'incidence des lésions musculaires est globalement la même, mais lésions plus fréquentes sur terrains gazonnés (T.G.) pour l'élite, et plus fréquentes sur terrain gazonné (T.G.) à l'entraînement.

=> Les lésions de la cheville sont un peu plus fréquentes sur terrain synthétique (T.S.), en particulier à l'entraînement.

=> A l'entraînement, pas de différence entre T.S. et T.G. pour les lésions du genou.

=> L'âge : Pas de différence en fonction de l'âge, sauf pour les douleurs lombaires, plus fréquentes chez l'adolescent, surtout s'il s'entraîne exclusivement sur T.S.

=> Le Sexe : Pas de différence entre les 2 sexes pour les lésions musculaires et les entorses du genou.

Mais les entorses de chevilles sont moins fréquentes chez les femmes sur T.S.

=> Les conditions climatiques : Par temps chaud, le risque de brûlure cutanée augmente sur T.S., d'où la nécessité d'arrosage avant match.

=> Le coût énergétique : La formation d'acide lactique est plus précoce et la fréquence cardiaque supérieure sur T.S. Mais les études sont encore trop rares et un approfondissement est nécessaire sur ces questions importantes.

=> Expérience du haut niveau en France : Les clubs de Lorient et Nancy qui jouent leurs matchs à domicile et font une partie de leurs entraînements sur T.S. ont publié les résultats des années 2009-2010 et 2010-2011. Globalement, pas plus de blessés, type et gravité des blessures identiques. Ont été constatés plus de brûlures cutanées et plus de lombalgies, mais moins d'entorse de cheville et moins de pubalgie.

=> **En conclusion** : Pas de risque plus important de jouer sur terrain synthétique, à condition de jouer avec des CHAUSSURES ADAPTEES à ces terrains.

La QUALITE des terrains est importante.

L'ARROSAGE avant match, en particulier par temps chaud, est important également. Les risques de blessures sont probablement augmentés par les changements fréquents de sol.

L'utilisation plus fréquente de ces terrains va permettre la réalisation d'autres études, trop rares à ce jour, pour affiner les différences constatées entre les surfaces de jeu.

Vous pouvez aussi lire cette interview

: <http://fr.fifa.com/womensworldcup/news/y=2014/m=11/news=ekstrand-le-risque-global-de-blessures-est-le-meme-sur-gazon-artificie-2472282.html>