

LA DEPRESSION DU FOOTBALLEUR

Par la rédaction d'Allo Docteurs

Rédigé le 07/10/2015

© <https://www.allodocteurs.fr/bien-etre-psycho-sport-et-sante-dur-dur-d-etre-footballeur-17516.html>

L'utilisation de cet article reste sous l'autorisation de son auteur et propriétaire :

<http://www.allodocteurs.fr>

Selon une étude menée par la Fédération Internationale des Associations de Footballeurs Professionnels (FIFPRO) au niveau international, les joueurs de football de haut niveau seraient généralement plus concernés par les problèmes de dépression et d'anxiété que la population générale. Les blessures sévères que certains subissent pourraient dans certains cas y être liés.

Dépression, anxiété, troubles du sommeil, voire alcoolisme...

Selon le docteur Vincent Gouttebauge, qui a mené une étude pour la FIFPRO auprès de 607 joueurs en exercice, 38% des footballeurs professionnels seraient touchés par ce type de troubles. Et presque autant chez les anciens joueurs. Des chiffres plus élevés que dans la population générale où ce taux avoisine les 12%.

L'étude fait notamment apparaître que les **blessures sévères** que certains peuvent subir au cours de leur carrière aggraveraient ces troubles. Ainsi, le docteur Stéphane Cascua, qui intervient au sein du centre de formation du Paris Saint-Germain, confirme "*la dépression est d'une manière générale engendrée par la somme de traumatismes psychiques qui peuvent toucher la vie personnelle ou la vie professionnelle. Dans le football, il y a un vrai cercle vicieux autour de la blessure. La blessure affecte le joueur physiquement, crée de la concurrence sur son poste, l'empêche de s'entraîner pendant une période... et de fait le rend plus vulnérable à d'autres blessures*".

Les **troubles psychologiques** sont encore considérés comme **tabous dans le monde du sport de haut niveau**, bien que deux cas de suicide de footballeurs aient été révélés en Allemagne en 2009 (Robert Enke) et en 2014 (Andréas Biermann). Le syndicat de joueurs professionnels de Nouvelle Zélande a d'ores et déjà décidé de mettre en place un programme d'évaluation de ces troubles. Au vu de cette étude, et selon la FIFPRO, d'autres pays pourraient également s'y attaquer prochainement.

Études de référence :

- "[Prevalence and determinants of symptoms related to mental disorders in retired male professional footballers](#)", J Sports Med Phys Fitness. 2015 Mar 27 (PDF)

- "[Are severe musculoskeletal injuries associated with symptoms of common mental disorders among male European professional footballers](#)", Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2015 Aug 2. (PDF)

Les chiffres de l'étude :

- 607 joueurs professionnels en activité interrogés et 219 anciens joueurs sur plusieurs continents.
- Les joueurs en activité ayant subi plus de 3 blessures sévères ont 2 à 4 fois plus de risques d'être concernés par des troubles psychologiques.
- 38% des joueurs et 35% des anciens joueurs connaîtraient des problèmes dépressifs.

- 15% des joueurs et 18% des anciens joueurs interrogés ressentiraient un sentiment de détresse.
- 23% des joueurs et 28 % des anciens joueurs souffriraient de troubles du sommeil.
- Enfin, 9% des joueurs et 25% des anciens joueurs auraient des problèmes liés à la consommation d'alcool.