

d'accès aux soins, les résultats sont donc majorés », nuance le Dr Mélanie Bana chirurgien dentiste, « en outre, il ne faut pas oublier que la majorité des soins durant les JO ont été réalisés dans les premiers jours avant les JO. Mais d'une manière générale, s'il y a encore trop peu d'études scientifiques sur le sujet, il existe un rapport certain entre infection et inflammation », poursuit la dentiste en charge des athlètes à l'INSEP (Institut national du Sport et de l'Expertise de la Performance), « ce qui est démontré aujourd'hui, c'est que les bactéries présentes dans la bouche pénètrent dans le réseau sanguin et circulent dans tout l'organisme », complète le Dr Michel Clauzade, chirurgien dentiste à Perpignan et auteur de différents livres sur la question. Et lorsqu'on sait que la bouche est généralement le siège permanent d'une myriade de bactéries, on peut s'effrayer des conséquences sur d'éventuelles blessures, que l'on soit champion de marathon ou coureur amateur.

LES DENTS ET L'INFECTION

« Dans certains cas, un foyer infectieux – autour d'une dent de sagesse qui n'a pas réussie à sortir complètement par exemple – peut entretenir des inflammations dans des zones déjà soumises à de fortes contraintes, fragilisées par la pratique et par la répétition du geste », ajoute le Dr Bana. Chez le coureur, ces zones à risque concernent plutôt les tendons et les muscles des jambes. L'infection va agir un peu comme un amplificateur en maintenant l'organisme dans une sorte de bain inflammatoire permanent. En se diffusant dans le sang, les bactéries peuvent être responsables d'inflammations diverses et variées, « c'est le principe de l'infection focale », souligne le Dr Clauzade. « Il y a encore quelques années, on contrôlait systématiquement les dents avant une opération qui touchait les os ou le secteur cardiaque, mais aujourd'hui avec les antibiotiques, les chirurgiens ont tendance à négliger ce bilan dentaire ». Cette relation spécifique entre infection dentaire et inflammation est aujourd'hui systématiquement vérifiée chez tous les champions. « La santé des sportifs de haut niveau est réglementée par le code de la Santé Publique. Les fédérations sportives ont l'obligation d'organiser la surveillance médicale réglementaire de leurs sportifs »,

Soignez vos dents !

NOS DENTS PEUVENT AUSSI NOUS JOUER DE MAUVAIS TOURS. UNE CARIE MAL SOIGNÉE PEUT TOUT-À-FAIT FAVORISER L'APPARITION D'UNE BLESSURE OU RETARDER LA GUÉRISON.

À ce sujet, l'étude menée lors des derniers jeux Olympiques de Londres est plutôt édifiante. Durant ces Jeux, l'équipe de l'University College London a étudié près de trois cents athlètes dans 25 disciplines différentes, et les résultats se sont révélés surprenants. La moitié des

athlètes qui se sont présentés au cabinet dentaire lors de ces JO présentaient des problèmes de caries, les trois quart avaient des problèmes aux gencives ou souffraient d'érosion dentaire (source <http://bjsm.bmj.com>). Mais peut-on pour autant établir un lien direct entre caries mal soignées et résultats sportifs ? « De nombreux pays n'ont pas une grande facilité

explique le Dr Bana qui voit défiler dans son cabinet de l'Insep des athlètes venus de toutes les disciplines. « *Lorsqu'on constate qu'un sportif a tendance à se blesser régulièrement ou qu'il est sujet à des inflammations persistantes, c'est une de nos premières pistes de recherche* ». Même si généralement la blessure n'est pas la conséquence directe d'une infection dentaire, celle-ci aura d'autant plus de mal à cicatriser que l'organisme devra lutter sur plusieurs fronts à la fois. C'est un peu comme vouloir éteindre un incendie en soufflant dessus, cela prend plus de temps et le résultat n'est pas garanti, « *les tissus vont mal se réparer, et beaucoup plus lentement car la persistance du foyer infectieux va retarder la cicatrisation normale* ». Conclusion, dans le cas d'une tendinite rebelle à tous les traitements, il sera donc toujours intéressant de faire d'abord un bilan dentaire complet.

LE RÔLE DE L'IMPLANTATION

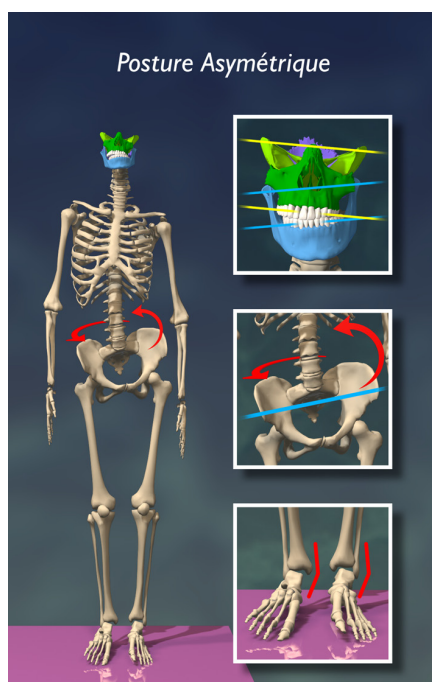
Si les infections dentaires sont mises en cause dans la cicatrisation de certaines inflammations, les dents peuvent être également responsables de nombreux problèmes de posture, souligne le Dr Bana, « *aujourd'hui on sait que l'implantation dentaire, ce que l'on appelle l'occlusion dentaire, a une influence directe sur le développement de certains déséquilibres liées à la posture globale* ». Pour résumer, la manière dont nos dents ont poussé et sont positionnées dans la bouche, va influencer sur la posture et donc dans l'apparition de certaines tensions musculaires. Un sportif peut tout-à-fait avoir une dentition parfaitement saine « *mais à contrario, le placement des dents dans la bouche peut peser sur la mandibule et provoquer des tensions musculaires qui par ricochet vont rebondir sur toute la posture générale* », complète le Dr Clauzade, « *les dents sont de véritables capteurs posturaux innervées par le nerf trijumeau. Une mauvaise position de la mandibule provoquera une mauvaise position de la tête dans l'espace, et qui influencera à son tour les autres capteurs posturaux comme l'oreille interne, l'œil ou le pied. Conséquence, les 5 chaînes posturales qui partent de la tête (Fig1) seront alors perturbées de la tête au pied* ». Il faut garder à l'esprit que le plus dommageable pour un sportif, ce sont toujours les pathologies dites transversales, car « *si la mandibule est*

décalée par rapport au crâne, cela va obligatoirement créer des asymétries posturales, entraînant des tensions ». Des asymétries qui peuvent alors provoquer des compensations d'un côté ou de l'autre (on court plus sur une jambe par exemple). La solution peut passer par une correction de la position de la mandibule, avec pour effet un réalignement de la posture et une harmonisation des contraintes, « *on peut mettre en place une gouttière pour corriger l'alignement de la mandibule par rapport au crâne, mais il faudra également consulter un ostéopathe pour travailler l'ensemble du corps après la pose de la gouttière. L'un ne va pas sans l'autre* ». Les dents tout comme les yeux peuvent avoir des conséquences sur la posture générale, « *même un léger défaut de convergence peut entraîner de réelles conséquences chez un sportif de haut niveau* », complète le Dr Bana. Dernier point important selon le Dr Clauzade, « *les*

répercussions posturales sont toujours homolatérales, elles apparaissent du même côté que la dent infectée ou à que l'articulation mal alignée ».

IDENTIFIER LES CAUSES

Aujourd'hui on privilégie une approche pluridisciplinaire, les médecins et les spécialistes essaient d'appréhender le sportif dans sa globalité pour identifier toutes les causes potentielles, « *vérifier les dents, faire un examen bucco-dentaire complet, n'est qu'une partie du travail, aujourd'hui nous essayons d'avoir une approche où le chirurgien-dentiste trouve sa place dans une équipe thérapeutique composée de d'O.R.L., de rhumatologues, de psychologues, kinésithérapeutes ou ostéopathes. Tous travaillent ensemble pour identifier plus facilement la cause d'un problème* ». Selon le Dr Clauzade, « *ce champ d'activité comprend plusieurs disciplines, il permet de déterminer quel capteur est en cause dans la mauvaise posture et donc source potentielle de blessure* ». Une fois trouvée la cause réelle, « *l'amélioration est souvent instantanée, bien souvent le sportif ressent un mieux-être immédiat, la cicatrisation ne se fait pas instantanément, mais au moins le processus n'est plus retardé ou empêché par une inflammation persistante. La blessure va guérir normalement, l'inflammation va disparaître progressivement* ». Pour nos deux dentistes, il faut donc « *arrêter de traquer le symptôme pour s'intéresser d'avantage au dysfonctionnement du système. L'homme est avant tout un système vivant adaptatif complexe. La recherche des causes est souvent bien plus économe que l'acharnement médical sur les symptômes* ». On ne le sait que trop bien, souvent les symptômes ne sont que les conséquences de problèmes plus profonds.



L'homme est avant tout un système vivant adaptatif complexe. La recherche des causes est souvent bien plus économe que l'acharnement médical sur les symptômes.