Handball : les commotions vues du mauvais œil

Longtemps reléguée au second plan, la question des commotions cérébrales s'impose désormais dans le handball. Entre tirs à plus de 100 km/h, chocs répétés et protocoles encore imparfaits, les parcours de Cléopâtre Darleux et Amina Tounkara illustrent une prise de conscience tardive mais nécessaire.

Le 5 avril dernier, sur le parquet de Brest, Cléopâtre Darleux reçoit un tir en pleine tête. Pendant plus de deux heures, la gardienne de Metz ne voit plus d'un œil. Direction les urgences. Ce n'est pas la première fois. Entre décembre 2022 et mars 2024, la vice-championne olympique a subi trois commotions qui l'ont éloignée des terrains pendant quatorze mois.

Dans une interview au Républicain Lorrain, elle dénonce sans détour l'insuffisance du protocole : "Les arbitres sont sensibilisés sur le protocole, mais c'est bidon. Ce n'est pas en posant trois questions que l'on décèle un vrai problème. Au rugby, il y a un examen médical et de vraies sanctions. Chez nous, le jeu reprend et la fautive n'écope que de deux minutes d'exclusion. Les gardiens ne sont pas protégés. C'est lunaire !"

"Une joueuse qui tire tout droit dans la tête mérite un carton rouge"

Pour Darleux, la solution est simple : "Une joueuse isolée qui tire de toutes ses forces tout droit dans la tête mérite un carton rouge direct." Une proposition qui fait débat, mais qui soulève une vraie question : jusqu'où doit-on tolérer les tirs à la tête dans un sport où les balles peuvent dépasser les 100 km/h ?

Son cas n'est pas isolé. Amina Tounkara, gardienne du Noisy-le-Grand Handball, a vécu un cauchemar similaire en septembre 2022. "Cela faisait à peine 2'30" que j'étais entrée sur le terrain et j'ai pris un ballon dans la tête. J'ai perdu connaissance tout de suite", raconte-t-elle. Traumatisme crânien, perte de connaissance : la totale.

Son retour n'interviendra qu'en février 2024, soit seize mois plus tard. Entre-temps, des reprises trop précoces ont provoqué des rechutes. "Ma prise en charge n'a pas été idéale. J'ai pu échanger avec Cléopâtre Darleux et c'est grâce à elle que j'ai pu entrer en contact avec le professeur Chermann et les autres spécialistes", confie-t-elle.

Le carton blanc, un dispositif insuffisant

Face à ce constat, la Fédération française de handball a instauré le carton blanc en 2019. En cas de suspicion de commotion, l'arbitre arrête le jeu, le joueur sort immédiatement. L'officiel de banc l'évalue avec cinq questions et un test d'équilibre. Un mail automatique est envoyé dans les 24 à 48 heures, pour l'informer qu'il a été victime d'une suspicion de commotion cérébrale et qu'il lui ait préconisé de consulter dans les plus brefs délais son médecin traitant.

Mais selon une étude récente du Dr Quentin Lhuaire, médecin du sport à Bordeaux sur la saison 2023-2024, trop peu de joueurs consultent après un carton blanc. Sur 709 joueurs identifiés à haut risque, seulement 153 ont déclaré une consultation. L'étude révèle que les

femmes et les jeunes de 18-20 ans sont plus vulnérables. Les gardiens représentent 269 sur 709 joueurs à haut risque.

Le danger du "syndrome du second impact"

Au-delà des chiffres, c'est le risque du "syndrome du second impact" qui inquiète. Ce syndrome survient lorsqu'un joueur subit une deuxième commotion avant d'être rétabli. Les conséquences sont dramatiques : près de la moitié des sportifs touchés décèdent.

"Le cerveau est plus vulnérable à un second coup qui arriverait quelques heures ou quelques jours après une première commotion. Il peut y avoir un effet d'enflure du cerveau grave qui peut entraîner le décès", explique le Dr Léo Cantin, neurochirurgien.

D'où l'importance de ne jamais laisser un joueur reprendre après un choc à la tête. Les commotions ne s'accompagnent pas toujours d'une perte de connaissance : le KO ne représente que 10% des cas. Les symptômes peuvent aussi apparaître jusqu'à 48 heures après l'impact.

Une culture du "jouer malgré tout" encore tenace

Au-delà des protocoles écrits, la culture du « jouer malgré tout » reste profondément ancrée. Minimisation des symptômes, pression du collectif, poids de l'enjeu sportif : autant de freins à une application rigoureuse des règles. Dans ce contexte, le professeur Chermann, neurologue parisien spécialisé dans les commotions cérébrales, s'est imposé comme une référence. Cléopâtre Darleux et Awa Tounkara ont toutes deux été suivies par ce spécialiste. Mais cet accès à une expertise pointue demeure l'exception, en particulier dans le handball amateur. En 2023, dans *L'Équipe*, le professeur Chermann dressait un constat sans détour : « On en est à peu près au même stade que le rugby il y a quinze ans. On faisait une IRM le lundi et, si elle était normale — ce qui arrive dans plus de 95 % des cas — on disait au joueur que tout allait bien. »

Une mobilisation qui prend forme

Cléopâtre Darleux, retraitée en juin 2025 après dix-neuf ans de carrière, entend bien faire bouger les lignes. Désormais très impliquée au sein de l'Association des joueurs professionnels de handball (AJPH), elle compte capitaliser sur son expérience pour améliorer la protection des athlètes.

Le handball commence à regarder ses commotions en face, mais il n'est pas un cas isolé. De la pelouse aux parquets, des terrains amateurs aux scènes internationales, le sport de haut niveau est confronté au même dilemme : repousser les limites de la performance sans sacrifier la santé de ceux qui la produisent.

Si les mentalités évoluent lentement, les outils, eux, progressent plus vite. Analyse vidéo, capteurs, intelligence artificielle : les nouvelles technologies offrent déjà des pistes pour mieux détecter et prévenir les traumatismes invisibles.Reste à accepter que dans un sport désormais gouverné par les chiffres et l'optimisation de la performance, le courage ne se limite plus à encaisser. Il consiste parfois à s'arrêter. Parce que derrière chaque commotion,

quel que soit le sport, il y a bien plus qu'un fait de jeu : il y a une carrière, un avenir, et une vie qui se joue.

Paul Pavo Vilmont