

REPUBLIQUE DU SENEGAL



Un Peuple - Un But - Une Foi

MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE
DAKAR (UCAD)

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE
L'EDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT
(INSEPS)



Mémoire de Maîtrise es sciences et techniques de l'activité physique et du sport (staps)



Thème:

Les blessures des lutteurs dans la lutte sénégalaise avec frappe

Présenté par :
Assine DIEDHIOU

Sous la direction de :
Monsieur Papa Bourama SAMBOU
PEPS

ANNEE ACADEMIQUE : 2011-2012

Dédicaces

Au nom d'Allah le clément, le miséricordieux, gloire à son Prophète Mohamed (PSL).

Ce Mémoire est dédié à :

- Mes défunts parents Daouda Diédhiou et Mamie Badji très tôt arrachés à notre affection, qui ont beaucoup œuvré pour ma réussite, je ne saurais trouver les mots pour exprimer à quel point je regrette votre absence. Les sacrifices que vous avez consentis à mon égard demeureront à jamais dans ma mémoire. Vous avez su me guider, me conseiller, m'encourager, me protéger et m'entourer d'un amour inestimable.

Recevez ce travail qui est le votre, en témoignage de mon amour filial afin que le bon Dieu éclaire mon chemin et que je reste fidèle à mon objectif : **vous honorer**

Qu'Allah le Tout Puissant vous accueille dans son Paradis.

- Mes parents qui sont à Bignona qui n'ont ménagé aucun effort pour ma réussite ce travail est le votre. Je prie pour que Dieu vous donne longue vie et santé pour tous les sacrifices que vous avez fait pour moi.

- Mes très chers frères et sœurs : Moctar, Arona, Abodian, Dini, Koze, Yaya, Omar, Kady, Marietou, Aissatou, Abou, Ibero, Papa, Yaye, Assane Sané, Moufaly Sané

- Mes très chers cousins et cousines : Yama Sané, Ibrahima Kaka et Mountaga Badji

- Une grande amie exceptionnelle : Ami Badji qui m'a tout le temps soutenu et donnée de bons conseils.

- Mes très chers amis : Alioune Badara Sagna, Ives Ousmane Sagna, Sadibou Fall, Abdou Coly, Alphonse Goudiaby, Mamadou Ndiouma Seck, Bassirou Toure, Chérif Diakité, Aissatou Sambou, Bintou Diatta, Moussou Tamba, Ibrahima Ciss, Adjil Sagna, Diatou Sonko, Didier Bassène, Joel Diédhiou, Théophile Diatta, Léonce Bassène, Diéynaba Manneh

- Mes tantes et oncles. Je vous souhaite longue vie et plein de succès dans vos entreprises personnelles.

Remerciements

Après avoir loué Dieu le tout puissant, prié son prophète Mohamed (PSL) je suis reconnaissant à tous ceux qui de près ou de loin m'ont aidé à réaliser ce modeste travail notamment :

A Monsieur Papa Bourama SAMBOU, PEPS titulaire d'un Master Stratégies Innovation et Ingénierie de Projets Sportifs, mon Directeur de Mémoire pour sa disponibilité ses conseils importants qui m'ont permis de réaliser cette étude. Je vous exprime mes sincères et chaleureux remerciements pour avoir bien voulu accepter de diriger ce travail malgré vos multiples occupations. Que le seigneur vous protège vous accorde longue vie et réussite dans vos entreprises. Amen.

Mes remerciements vont également à mes parents qui m'ont donné la vie et qui n'ont ménagé aucun effort dans mes études.

Aux professeurs de l'INSEPS, qui m'ont inculqué le goût de l'effort de la responsabilité et du travail bien fait notamment à Monsieur DJIBRIL SECK.

Aux entraîneurs de différentes écoles et écuries de lutte pour m'avoir facilité l'accès.

A tous les amateurs, lutteurs et médecins qui m'ont aidé à réaliser mon travail, précisément à Monsieur DIEYE médecin de l'équipe nationale de lutte et à Monsieur Amadou MBAYE 1^{er} vice Président du bureau des amateurs.

A Monsieur Mohamet NDOYE journaliste au quotidien d'information la TRIBUNE.

A tous les membres du CNG de lutte notamment au Directeur Administratif.

A tous le personnel de l'INSEPS.

A tous les étudiants de l'INSEPS particulièrement mes camarades de promotion.

A tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce Mémoire trouvent ici l'expression de ma reconnaissance impérissable.

Plan

DÉDICACES

REMERCIEMENTS

SOMMAIRE

Introduction.....	01
Problématique.....	03
Chapitre I / revue de littérature	
A - Généralité sur la lutte sénégalaise.....	05
1 - Qu'est cette la lutte avec frappe.....	07
2 - Son évolution historique.....	07
3 - Les fondements de la lutte avec frappe	08
3 – 1 – Techniques.....	08
3 – 2 - Sociologiques	10
3 – 3 - Psychologiques.....	10
4 - Les règlements.....	12
B - Les différents acteurs de la lutte sénégalaise et leurs logiques d'action.....	13
1 - Les pouvoirs publics.....	13
2 - Le Comite Nationale de Gestion de la lutte.....	13
3 - Les promoteurs	13
4 - Les lutteurs.....	14
5 - Les amateurs.....	15
6 - Les médias.....	15
C - Le mode d'entraînement des lutteurs.....	16
1 - Avant les combats.....	16

2 – À l’approche des combats.....	17
3 - Au lendemain des combats.....	17

Chapitre II / méthodologie

A- Le cadre de l’étude.....	18
B - L’échantillonnage.....	18
C - Les outils d’investigation.....	18
D - Collecte et traitement des données.....	19
E - Difficultés rencontrées.....	19

Chapitre III /présentation et analyse des résultats

1/ Présentation des résultats.....	20
2/ Analyse des résultats.....	33
3/ Ingénierie des outils de protection des lutteurs	34
3.1. Du protège dent	35
3.2. Du casque	35
3.3. Des gants.....	36

Conclusion.....	38
------------------------	-----------

BIBLIOGRAPHIES

ANNEXES

I - Questionnaire destiné a la commission médicale.

II - Questionnaires destinés aux lutteurs.

III - Questionnaires destinés aux amateurs.

INTRODUCTION

ET

PROBLEMATIQUE

Introduction

Toutes les cultures possèdent dans le domaine corporel, une tradition ludique lointaine, reflétée par les peintures et les monuments qui ont échappés à l'usure du temps.

Ainsi, pour assurer sa survie, l'homme a dû exercer son corps, l'assouplir, le fortifier pour le rendre apte aux travaux que réclamait sa sécurité et son alimentation.

Il a eu besoin d'armes, d'outils, d'instruments pour combattre la nature, les animaux et ses semblables. La lutte a servi de principal moyen pour le raffermissement et l'endurcissement physique pour plusieurs civilisations.

Elle était connue de tous les peuples, à toutes les époques, de l'Égypte pharaonique à la Grèce Antique en passant par la Chine et l'Inde. C'est ce qui fera dire à R. PETROV que « la lutte est un sport qui dès les époques les plus anciennes et jusqu'à nos jours accompagne l'évolution de l'humanité. Elle a été pour tous les peuples un signe de puissance physique et de virilité, un moyen traditionnel d'augmenter la capacité de travail, la bonne santé et la combativité de la jeunesse ». Son but est de « mesurer la valeur, le courage et la force des hommes guerriers, afin d'en désigner le champion lors des tournois entre les localités ».

Aujourd'hui, la lutte est encore le reflet de la société traditionnelle dans son organisation, ses coutumes, ses mœurs et ses croyances mystico-religieuses. C'est après des conditions agricoles favorables, une bonne pêche ou les rites d'initiations que sont organisées les cérémonies de lutte.

Elle suscite d'énormes rassemblement durant lesquels les peuples se parent de mille couleurs, de mille objets fétiches, chantent et dansent aux rythmes des divers instruments de musique. Elle est aussi un facteur déterminant pour l'intégration définitive du jeune homme dans la vie de la cité pour incarner son passage à l'âge adulte.

Ainsi selon Didier FAVORI « les occasions d'organiser des compétitions de lutte étaient nombreuses, il y avait d'abord celles qui avaient trait à la religion et aux rituels de passages : fêtes religieuses, fêtes du calendrier, funérailles, baptêmes, rites magiques, circoncisions. Puis, celle se rattachant à la vie de tous les jours : semailles, entrée de la récolte, foires..... Enfin celles ayant pour but l'initiation prémilitaire à, l'art de combattre ou devant décider de l'issue de diverses questions litigieuses : lutte pour le commandement, la possession d'objet ou de récompenses (des animaux, des objets, de l'argent et par des femmes) ».

Cette lutte est avant tout une activité visant, par sa pratique, à acquérir certaines valeurs allant dans le sens de la socialisation des individus. Elle s'impose presque partout comme moyen de valorisation de l'honneur à travers le culte de la bravoure et confère à ses champions de villages ou de contrées, un important capital social. Mais elle ne rapporte que des trophées symboliques.

Au Sénégal, une lutte plus lucrative s'impose progressivement autorisant dans le même temps la frappe aux poings. Les lutteurs y utilisent les techniques de lutte traditionnelle sénégalaise plus les coups de poings en usage de la boxe anglaise. Cette forme de lutte est appelée la lutte avec frappe.

C'est une activité qui, depuis près d'une décennie occupe une place importante dans l'univers sportif de la capitale sénégalaise et même de l'ensemble du pays.

Elle est devenue aujourd'hui un métier pour beaucoup de jeunes pratiquants de ce sport. Sa simplicité presque immuable et l'émotion qu'elle est capable de susciter font son succès à travers le temps, jusqu'à devenir un véritable spectacle national et un véritable phénomène social.

A chacune des éditions, la lutte avec frappe apporte la preuve vivante du pouvoir grandissant de ce sport avec des chiffres astronomiques d'entrée dans les stades et de téléspectateurs. Pendant quelque temps, tous les milieux sociaux sont branchés pour suivre la grande messe des combats de lutte, aux stades, à la télévision ou à la radio. Un succès qui semble aussi facilement gagner de nouveaux adeptes.

Ce pouvoir de séduction auprès des masses, véritable élément de rassemblement de la culture sénégalaise n'a pas échappé à la donne économique avec l'avènement des sponsors qui la propulsent au rang de premier sport du pays. Ainsi depuis son éclosion économique, elle est devenue le reflet d'une société tendue vers le profit et la performance à tout prix.

Les cachets des lutteurs montent à plus de cent millions, obligeant certains lutteurs à se payer le luxe d'aller s'entraîner en Europe ou aux États-Unis à l'approche d'un combat pour la recherche de la performance.

Ils font aussi l'objet d'une attention particulière des entreprises pour l'aspect publicitaire et même des hommes politiques à la recherche de plus de popularité.

Devant un phénomène d'une telle ampleur, il est important, pour l'étudiant que je suis, de participer à la réflexion et la compréhension de cette lutte avec frappe.

C'est pourquoi j'ai décidé, dans le cadre de ce mémoire de Maîtrise, d'explorer le sujet : **les blessures des lutteurs dans la lutte sénégalaise avec frappe.**

Problématique

La recherche de la performance à tout prix et partant de plus de gains financiers est devenue une préoccupation quotidienne chez les lutteurs et leur entourage.

On constate cependant de plus en plus de combats avortés à quelques jours voire quelques instants de l'heure prévue ou qui s'arrêtent à cause des blessures contractées soit dans les lieux d'entraînement ou dans l'arène. Ces blessures ont pour noms perte de dents, saignement du nez, ouverture de l'arcade sourcilière, fracture des mâchoires, des côtes ou des doigts, contusion des yeux ...

On est donc en droit de se demander le pourquoi de ces blessures dans l'arène sénégalaise. Notre analyse portera sur **l'entraînement** des lutteurs, **l'environnement** de cet entraînement et **l'hygiène** des lutteurs.

L'entraînement sportif de haut niveau est un processus scientifique organisé et orienté vers le développement harmonieux du corps et du mental pour l'obtention de hautes performances. Il vise le développement de l'endurance, de la vitesse, de la résistance, de la force... Dans la lutte avec frappe, les entraînements sont routiniers et se composent de courses d'aération, de séances de musculation ou d'exercices techniques. Ils sont surtout l'occasion d'augmenter le volume musculaire pour entrer dans la "course des grands" source de gains financiers plus importants. Mais, à la signature d'un combat, ils deviennent une course contre la montre. La fixation d'une échéance rend toutes les tâches de préparation urgentes.

Comment sont assurés ces entraînements avant et pendant la préparation d'un combat ? Existe-t-il une planification rigoureuse qui réponde aux normes scientifiques ? Sont-ils conduits et surveillés par des professionnels spécialisés dans ce secteur afin d'augmenter les performances et de limiter les risques de blessure ou au contraire orientés par la seule perspective de rentrée d'argent au point de brûler les étapes ? Ce sont là quelques questions qui ont leur importance dans l'objectif de mieux comprendre les modes et pratiques de l'entraînement dans la lutte avec frappe.

Si l'entraînement est important dans la préparation d'un sportif de haut niveau. L'environnement l'est tout autant. Cet environnement est physique, familial car les écuries sont de véritables lieux de vie, ou financier par la circulation de sommes très consistantes dans la lutte.

Les écuries constituent de vraies familles où l'éducation des sportifs est prise en charge par les anciens pour éviter des déviances fâcheuses. L'environnement financier est composé de promoteurs et d'annonceurs qui apportent beaucoup d'argent dans la lutte. Ce sont généralement les cours des écoles ou les plages qui servent de lieux d'entraînement. Il n'y a pas encore au Sénégal, en dehors des arènes de compétition et des salles de musculation, des lieux d'évolution spécialement aménagés pour l'entraînement des lutteurs. La cohabitation dans un espace non sécurisé entre les sportifs, les populations et parfois les déchets ménagers n'est pas en mesure de garantir l'intégrité physique des pratiquants de ce sport.

C'est pourquoi nous nous posons la question : l'environnement physique, familial et financier des lutteurs offre-t-il à ceux-ci l'assurance d'un maximum de sécurité pour la pratique de cette forme de lutte ?

Comme les deux premiers éléments étudiés, l'hygiène est aussi très importante chez le sportif. Quand on constate des augmentations du poids corporel des ténors de cette forme de lutte dans un espace de temps très court, la question du mode d'alimentation de ces sportifs se pose avec acuité. Sont-ils à "l'eau claire et au riz blanc" ou plutôt ont-ils recours à des compléments alimentaires illicites ? Des morts suspects dans le milieu de la lutte font penser à des pratiques pouvant nuire à l'intégrité physique des pratiquants et à leur santé. En outre des organismes en échauffement sont régulièrement aspergés de liquides. N'y a-t-il pas d'implications physiologiques négatives pouvant favoriser la survenue de blessures ?

A l'analyse de ces trois facteurs que sont l'entraînement **sportif**, l'**environnement de ces entraînements** et l'**hygiène de vie** de ces pratiquants de la lutte avec frappe, il apparaît capital pour nous d'orienter cette présente réflexion vers les voies et moyens d'assurer plus de sécurité aux pratiquants de la lutte sénégalaise dans la vie active ou dans leurs lieux de travail que sont l'arène, l'espace d'entraînement et l'écurie.

Quelles sont les différentes sortes de blessures dans l'arène sénégalaise ? Pourquoi autant de blessures ? Plus de sang dans la lutte avec frappe est-ce une condition pour que les amateurs soient toujours plus nombreux dans l'arène ou que les sponsors financent d'avantage ce sport ? Quelle solution préconiser pour amoindrir les risques de blessures ? Quelles sont les outils nécessaires et indispensables à une bonne protection des lutteurs ?

La contribution de ce mémoire s'articulera autour de ce questionnement.

Notre travail, après l'introduction et la problématique, consistera d'abord à faire une revue de la question dans laquelle nous préciserons les généralités sur la lutte sénégalaise avec

frappe, ses différents acteurs avec leurs logiques d'action et les modes d'entraînement des lutteurs.

Nous définirons ensuite la méthodologie de recherche avec les outils d'analyse que nous jugerons utiles pour une bonne collecte d'information afin de mieux répondre aux questions auxquelles nous voulons apporter des réponses.

Nous présenterons et analyserons les résultats recueillis avant de concevoir un cahier de charge pour l'ingénierie des outils de protection des lutteurs.

CHAPITRE I : REVUE DE LITTERATURE

A/ GENERALITE SUR LA LUTTE SENEGALAISE

B/ LES DIFFERENTS ACTEURS DE LA LUTTE SENEGALAISE

ET LEURS LOGIQUES D'ACTION

C/ LE MODE D'ENTRAINEMENT DES LUTTEURS

A. Généralité sur la lutte sénégalaise

La lutte selon Didier Favori est «un sport fondamental et universel. Elle est une compétition sportive dans laquelle chacun des concurrents s'efforce de mettre l'adversaire à terre». Selon l'encyclopédie britannique, elle est aussi une «activité de combat entre deux individus où se trouvent réunies la force, l'adresse, l'endurance et qui de ce fait est un des sports capitaux» ou encore «un combat singulier entre hommes qui s'affrontent corps à corps sans avoir recours aux armes».

Dès lors, on distingue par le mot «lutte» plusieurs formes de d'activités. Au Sénégal, la lutte se présente sous trois aspects: la lutte traditionnelle, la lutte olympique qui regroupe la lutte libre et la lutte gréco-romaine et la lutte avec frappe.

Les luttes traditionnelles (folkloriques) selon Didier FAVORI sont liées aux mœurs de la culture traditionnelle, aux qualités ethniques, à la mémoire historique, aux conditions climatiques, à la formation des valeurs et aux besoins sociaux et individuels. Ces luttes sont des moyens de raffermissement des liens d'amitié, des signes de puissances physiques et de virilité et surtout de véritables moyens traditionnels d'augmenter la capacité de travail, la bonne santé et la combativité de la jeunesse. Dans ces formes de luttes, la réglementation varie en fonction des communautés. Cependant chez les Diolas il faut terrasser son adversaire à deux reprises pour être déclaré vainqueur alors chez les Wolofs, les sérères, les toucouleurs une seule chute suffit. Dans le même sens, les prises, les gardes, les danses présentent des variantes selon la localité de référence. De même, la tenue, les chants et les techniques marquent la différence entre les ethnies.

La lutte olympique est régie par des règles universelles. Les concurrents, en vue de la victoire, recherchent à surmonter la résistance de l'adversaire en utilisant divers moyens technico-tactiques permis ainsi que toutes les facultés physiques et psychiques. Cette lutte de compétition, qui rassemble les acquis techniques et tactiques des différentes formes de lutte traditionnelle, constitue l'aboutissement final de l'évolution séculaire de la lutte dans divers pays du monde couvre principalement deux styles de lutte; la lutte gréco-romaine et la lutte libre. Ici la catégorisation de poids est importante. Elle offre la possibilité à tous les concurrents quelques soient leur corpulence et leur poids à faire leurs preuves dans les conditions plus ou moins identiques.

La lutte gréco-romaine est un sport de combat sans arme impliquant deux hommes, chacun ayant pour but de coller les épaules de l'autre au sol pendant une durée suffisante pour permettre à l'arbitre de constater le contrôle total de la touche. Le combat officiel dure deux périodes de deux minutes pour les écoliers et les cadets et deux périodes de trois minutes pour les séniors et juniors avec une pause de trente secondes entre les périodes. En cas de prolongation, la durée du combat peut être prolongée de trois minutes au maximum pour toutes les catégories d'âges. Ainsi la victoire est proclamée dans les cas suivants :

- ✓ Par tombé.
- ✓ Par supériorité évidente (dix points de différences).
- ✓ Par blessure, abandon ou forfait.
- ✓ Par disqualification de l'adversaire.
- ✓ Par points, avec l'obligation pour le vainqueur d'avoir marqué trois points techniques au minimum dans le temps réglementaire ou la prolongation.
- ✓ Par décision arbitrale à la fin de la prolongation si aucun vainqueur n'a pu être déclaré auparavant.

La lutte libre, est elle aussi pratiquée par les hommes et par les femmes. C'est un sport de combat dans lequel deux adversaires s'affrontent à mains nues chacun cherchant à renverser l'autre sur le dos. Ici les prises sur tout le corps sont autorisées même les saisies aux jambes. Par opposition à la lutte gréco-romaine dans laquelle, il est formellement interdit de saisir l'adversaire en dessous de la ceinture, de faire des croc-en-jambe et d'utiliser activement les jambes dans l'exécution de toute action.

La lutte féminine, beaucoup plus récente que la lutte masculine est très proche de la lutte libre nous dira Didier FAVORI qui affirme que «on peut voir en elle certaine similitude avec la lutte libre, en prenant compte les adaptations circonstanciées entraînées par la dimension féminine». Elle est reconnue sur le plan international depuis 1987, dira J.J.Manga et un championnat du monde de lutte féminine est organisé régulièrement depuis cette date (seulement en lutte libre). Au Sénégal, plus particulièrement dans la région de Ziguinchor la lutte féminine renferme un aspect socio-éducatif. C'est dans ce sens que disait Étienne

Maimye Diedhiou¹: « C'est à travers la lutte que les filles doivent forger leur caractère et surtout exprimer leur volonté de s'affirmer vis-à-vis de leur adversaire».

La lutte avec frappe qui fait l'objet de notre étude est en processus de sportivisation. Elle est la plus en vue et la plus appréciée par les amateurs. Elle est selon Sitor Ndour² « une forme de lutte traditionnelle qui trouve sa spécificité dans l'admission des coups de poings. Elle se définit comme une discipline où les lutteurs utilisent les techniques de la lutte sénégalaise plus les coups de poings sans protection ». Cette forme de lutte qui allie la frappe et les techniques du corps à corps ne se pratique qu'au Sénégal. Elle a produit beaucoup de champions qui ont, à tour de rôle marqué leur époque.

Plus qu'un sport de combat, la lutte avec frappe s'accompagne de chants de bravoure et de défiance, de pratiques mystiques et de l'évocation de la mémoire qui véhicule la richesse culturelle du pays. Avant chaque combat les lutteurs s'adonnent à un rituel pour conjurer le mauvais sort tandis que les marabouts prononcent des prières salvatrices censées donner la victoire à leurs protégés. Ainsi, dès son arrivée dans l'arène, le lutteur se livre aux danses préliminaires («Baks») en chantant ses prouesses en vue d'intimider son adversaire et esquisse des pas de danse pour galvaniser ses supporters.

1. Qu'est ce que la lutte avec frappe?

Elle est un sport de combat où les lutteurs utilisent les techniques de la lutte sénégalaise, plus les coups de poings en usage dans la boxe anglaise. C'est une activité qui occupe une place importante dans l'univers sportif de la capitale sénégalaise. Elle draine des foules, déchaîne des passions et est exploitée à des fins commerciales ou politiques. Cette lutte met en opposition les valeurs traditionnelles et modernes. Mieux médiatisée elle peut permettre aux lutteurs de remporter d'énormes sommes d'argent. Elle est perçue aujourd'hui comme un moyen d'insertion socioprofessionnelle par beaucoup de jeunes en échec scolaire et se caractérise par un perfectionnement très poussé de la technique ainsi que de la tactique et de la force. Elle ne comporte pas de catégorisation de poids. Les combats se déroulent généralement dans les stades de football, au milieu du terrain sur le gazon ou une surface sableuse dans un espace de forme carrée ou circulaire délimité par les sacs et les panneaux publicitaires. Ils durent vingt minutes découpés en deux rondes de dix minutes avec trois minutes de repos entre chaque ronde. Une prolongation de cinq minutes supplémentaires est

¹E. M. Diedhiou : De la pratique de lutte traditionnelle féminine à la pratique de la lutte olympique, Mémoire INSEPS, 2008, pages 25.

²Sitor Ndour : Pour une catégorisation de la lutte avec frappe, Mémoire INSEPS, 2000.

accordée aux combattants s'il n'y pas de vainqueur ni de sanction ou d'avertissement aux lutteurs.

L'objectif fondamental de cette forme de lutte consiste à amener son adversaire au sol par terrassement, en position de quatre appuis ou par KO.

2. Son évolution historique

La lutte avec frappe date de l'antiquité : elle s'appelait PUGILAT ou combat à mains nue. Dans la Grèce Antique, la lutte à coups de poings fut introduite dans les écoles au même titre que les beaux arts et la philosophie.

En Afrique et plus particulièrement dans notre sous région, cette lutte avec frappe est une spécialité des lutteurs wolofs du nord -Sénégal. Elle serait apparue dans les royaumes du Cayor, du Baol, du Djoloff, et dans une partie du walo et du Sine. Ces royaumes constituaient le domaine traditionnel du wolof issu du morcellement de l'empire du Djoloff de Ndiadiane Ndiaye en 1550 après la bataille de Danki.

Ainsi, dans ces royaumes en état de guerre permanente, la violence était le seul moyen de conquérir le pouvoir et d'affirmer sa supériorité. Le combat au corps à corps, souvent décrit par les sociologues comme une opposition basée sur l'instinct fut connu de toutes les civilisations et cultures comme le moyen le plus simple et le plus directe de s'attirer le respect et de marquer sa domination sur l'autre. Cependant disait Faye.D³«en combinant les techniques de frappes avec les cornes, les armes blanches, les techniques d'aveuglement de l'adversaire, la lutte permettait de former de redoutables guerriers capables de se défendre dans toutes les situations. C'est ce qui fera dire A. B. Diop⁴ que « malgré l'absence d'armes à feu au xv siècle, l'armement était redoutable et les guerres meurtrières. Le fer était utilisé pour la fabrication de sagaies et de flèches et les combattants faisaient preuves de beaucoup de dignité et hardiesse ».

Cet état de conflit armée permanent ne durera que jusqu'au XIXe siècle et ne disparaîtra que pendant l'abolition de la traite des esclaves en 1848 avec l'avènement de l'islam et l'implantation du colonialisme etc. Ces facteurs vont dévaloriser les guerriers d'autrefois. Nous dira FAYE. D⁵: «L'activité ayant perdu sa signification première celle de défense et de conquête, d'expression d'un groupe social... ces castes guerrières eurent à cœur de lui donner

³D. Faye : problématique de la catégorisation de poids dans la lutte avec frappe au Sénégal, 2005-2006 pages 8.

⁴A.B. Diop : la société wolof : tradition et changement système d'inégalité et de domination, page 127.

⁵D. Faye: Problématique de la catégorisation de poids dans la lutte avec frappe au Sénégal, 2005-2006.

un nouveau sens. C'est dans ce contexte que l'on situe la naissance du «Lamb» vers la fin du XIXe siècle consacrant la naissance de la lutte avec frappe en tant qu'activité récréative et culturelle et en tant qu'expression naturelle d'une communauté ethnique, tribale ou clanique».

Aujourd'hui, la lutte a connu des changements dans sa conception et dans ces règlements. C'est ce qui fera encore dire à Faye D. que «c'est vers 1966 que le défunt président L.S.Senghor, sur proposition du commissaire général des sports d'alors Lamine Diack, éleva la lutte avec frappe au rang de discipline sportive et fit prendre un décret pour sa réglementation». Et d'ajouter que «plusieurs innovations ont été apportées d'abord, par monsieur Abdoulaye Makhtar Diop, ministre des sports en son temps, qui créa en 1990 le comité d'administration et de contrôle de la lutte avec frappe à côté du comité national de lutte olympique et traditionnelle. Et dans la promotion de cette forme de lutte, Jules Pascal Senghor⁶ dira que «l'innovation majeure sera apportée par monsieur Ousmane Paye, successeur de monsieur A. M. Diop à la tête du département des sports. Il créa en 1994 sur arrêté ministériel l'actuel C.N.G dirigé par le Docteur Alioune Sarr en réunifiant les trois formes de luttes». Le C.N.G, va à son tour entamer une normalisation et une modernisation de la lutte à travers toute l'étendue du pays. Ainsi du statut d'amateur la lutte avec frappe est passée à celui de professionnel. Les mentalités ont changé également. Les écuries et autres écoles de lutte deviennent de plus en plus nombreuses.

3. Les fondements de la lutte avec frappe

3.1. La technique

La technique est l'armement du lutteur. Elle est constituée par un ensemble de prises, de parades, de ripostes, et de contre attaques au moyen desquelles le lutteur va essayer d'accéder à la victoire. Elle détermine le style et la physionomie individuelle des différents lutteurs. Son développement, selon I. Bidiar⁷, s'articule essentiellement autour de quatre directions:

- la découverte de nouvelles prises,
- l'accroissement de l'efficacité de prises connues et le perfectionnement de leurs structures biomécaniques et biodynamiques et de la gamme spécifique des actions préparatoires,

⁶J. P. Senghor: Évolution des savoirs et pratiques de référence de la lutte traditionnelle sénégalaise: problématique du règlement de la lutte avec frappe de 1996 à 2006, 2006-2007.

⁷I. Bidiar: La lutte traditionnelle avec frappe à Dakar : quelles perspectives, 1989-1990.

- l'utilisation de prises d'autres styles de lutte sous une forme rigoureuse ou modifiée,
- la combinaison des moyens techniques sous formes de complexes technico-tactiques variés.

En outre, la technique peut être subdivisée en gardes, en prises, en ripostes et sous d'autres formes de corps.

Les gardes: représentent la position de défense et d'attaque fondamentale pour l'exécution d'une action. Elles sont variables (hautes; moyennes, basses, gauche, droite) selon la distance qui sépare les deux lutteurs (à distance, à mi-distance et à corps à corps) ou suivant la corpulence du lutteur.

Les prises: peuvent être définies comme étant la manière dont un lutteur saisit son adversaire pour mieux le contrôler et le terrasser. Elles se caractérisent par les saisies aux jambes, à la main, à la tenue ou «nguimb».

Dans la lutte traditionnelle sénégalaise, les prises diffèrent d'une société à une autre. Ainsi nous rappel Omar Ly⁸ «la prise de la tenue qui constitue l'élément de base de la lutte avec frappe, sérères, diolas fogny ou boulof est formellement interdite en milieux kassa»

Les ripostes vont dans le sens d'action-réaction-action pour surprendre son adversaire dans la contre –attaque.

Les autres formes de techniques, sont nécessaires pour finaliser un combat. Pour ce faire, il faut contrôler, déséquilibrer, pénétrer, projeter. Parmi ces formes de corps, on peut citer:

L'arrachée décalage avec contrôle jambe ou tenue «nguimb» en utilisant la garde basse.

Le décalage hanché avec contrôle tête bras en distance

Les demies souplesses, contrôle bras nguimb en distance

Le décalage demi souplesse, saisie bras, tête jambe, en employant la garde moyenne et haute

Le arraché hanché, saisie bras, tête jambe en se servant de la garde haute rapprochée.

Le passage dessous, saisie bras, tête jambe en utilisant la garde basse moyenne et rapprochée.

⁸O. Ly : De la dépréciation de nos activités sportives traditionnelles : exemples de la lutte sénégalaise, Mémoire INSEPS, 1996.

Hanché, contrôle bras tête et nguimb en utilisant la garde moyenne en fente.

Souplesse hanché, saisie nguimb en se servant de garde moyenne.

Le croc en jambe intérieur et extérieur en position rapprochée.

Contrôle d'une jambe (amené au sol simple) par l'intérieur ou l'extérieur par terrassement par décalage.

Contrôle sur les deux jambes arraché, amené sur les fesses.

Néanmoins, la lutte avec frappe ne nécessite pas forcément une grande technicité pour le lutteur. Car un bon puncheur devient le plus souvent gagnant devant un bon technicien.

3.2. Les fondements sociologiques

La lutte dans la société traditionnelle est une activité culturelle globale, expression naturelle d'une communauté ethnique, tribale ou clanique, avions nous écrits plus haut. Elle fait appel à un ensemble de réalités caractéristiques d'un groupe social qui polarise toutes ses forces autour d'un personnage qui en est le représentant. Mais elle est toute autre en lutte avec frappe. Elle se présente de plus en plus comme un mode de socialisation dans les villes. Elle offre une profession à des centaines de jeunes ruraux qui viennent monnayer leurs talents pour chercher une hypothétique insertion sociale. Les écuries et les écoles de lutte issues des quartiers périphériques constituent les lieux d'accueil de ses jeunes qui deviennent au fil du temps des symboles. Un petit coup de frein est donné à cet essor de la lutte avec frappe en 2002 avec le parcours extraordinaire de l'équipe nationale de football car, beaucoup de jeunes se sont investis dans ce sport rêvant de devenir des stars du ballon rond. Aujourd'hui, c'est la lutte qui a repris le dessus et des centaines de jeunes rêvent aujourd'hui de devenir de véritables champions de lutte. Dans les banlieues dakaroises fortement touchées par le taux élevé de chômage, c'est la ruée de ces jeunes vers les écoles de lutte mais également vers les écuries. A l'origine de cet engouement, les dizaines de millions de francs CFA qui sont injectés dans les combats de lutte avec frappe.

Les plages et les salles de musculations sont les lieux choisis par ces jeunes pour développer leurs musculatures afin de gagner des combats et partant, gagner des millions.

Avec la progression de la lutte avec frappe beaucoup de jeunes qui empruntaient les pirogues de fortune pour l'émigration clandestine se sont tournés vers la lutte dans l'espoir de gagner leur vie. On note aussi une baisse considérable du taux de la criminalité à Dakar,

baisse que l'on a tendance à attribuer à la réussite de la lutte sénégalaise avec frappe. L'arène de lutte devient alors le lieu privilégié de l'exercice de cette pratique tant sportive que culturelle, sociale et économique.

3.3. Les fondements psychologiques

Les luttes traditionnelles possèdent au départ une fonction de fête ou de loisir souvent en relation avec des manifestations culturelles ou culturelles. Dans ces luttes, les pratiques rituelles articulent l'organisation de la vie autour de croyances. C'est dans cette continuité que s'inscrit la lutte sénégalaise avec frappe fortement marquée par des pratiques d'ordre mystico-religieuse.

L'avant combat est marqué par un ballet de rituels magico-religieux, de chants, de danses, offrant à l'activité une dimension artistique, spectaculaire et culturelle qui intéresse les spectateurs.

Les lutteurs et leur entourage se voient dans l'obligation de se soumettre à ses rituels à des fins protectrices faisant des sacrifices sanglants censés leurs assurer la victoire. Le port d'amulettes sur toutes les parties du corps, le fait de s'asperger toutes sortes de bains (eau bénite, lait...) de s'enduire de poudre et d'user d'objets divers font que tout cet arsenal mystique représente la deuxième force des lutteurs sénégalais.

Ainsi, c'est au marabout de jouer le rôle de préparateur mental dans la vie du lutteur et dans le déroulement de ses combats en vue d'obtenir la victoire. C'est lui qui décide de la place à occuper sur l'enceinte de compétition (c'est l'exemple du combat entre Yekini et Bombardier du 2 janvier 2011), sur la manière et le moment d'entrée au stade. C'est aussi lui qui détermine la position à adopter lors du corps à corps. Il lie parfois religion, magie, mysticisme et par extension à l'animisme. C'est dans ce sens que, citant Malinowski, Massaer Mbodj⁹ affirme que «la magie a pour fonction de ritualiser l'optimisme de l'homme et de raffermir sa foi dans la victoire de l'espérance sur la crainte». Et Massaer Mbodj de continuer: «la magie et la religion procurent à l'homme la confiance en soi, le bien être moral et un sentiment de sécurité, font naître aussi des peurs et des angoisses dont ils seraient autrement exempt». Dès lors Mamadou Tine¹⁰, citant Charles Béart, nous dit que «les peuples de l'Afrique noire quelles soient leurs civilisations passées, quelles que soient leurs

⁹ Massaër Mbodj : Les pratiques mystiques dans le milieu sportif sénégalais : le cas du Basketball, Mémoire INSEPS, 2008.

¹⁰ M. Tine : L'arène de lutte comme lieu socioculturelle à Dakar : rite –rituels et pratiques de la tradition à la modernité, Mémoire INSEPS, 2010.

cosmogonies, leurs métaphysiques, leurs philosophies, sont demeurés animistes. Converti à l'islam, au catholicisme, au protestantisme, l'africain ne se sépare guère de ses croyances animistes». Cependant, certains lutteurs lient souvent leurs défaites aux pratiques mystiques de la part de leurs adversaires. C'est le cas du combat entre Lac de guiérs 2 et Issa Pouye. Ce dernier dit ne pas voir son adversaire lors de leur face à face.

Les pratiques mystiques occupent donc au Sénégal une place importante dans le domaine sportif comme dans tous les compartiments de la vie sociale. Toutefois, il est important de montrer que le mysticisme à lui seul ne suffit pas pour gagner un combat. Une bonne préparation physique suivit des séances d'entraînements bien menées et une bonne préparation psychologique vont conduire vers de très bonnes performances. C'est ce que précise Dr Alioune Sarr¹¹ qui affirme que «ce ne sont pas les gris-gris qui gagnent un combat. C'est le travail, c'est l'entraînement qui fait la différence. Toutes ces nombreuses bouteilles que les lutteurs apportent, cela montre une chose: c'est qu'ils n'ont pas confiance en eux et en leur préparation physique et technique».

4. Le règlement

Comme toutes les disciplines sportives, la lutte traditionnelle avec frappe obéit à des règles qui constituent «la loi de jeu». Ces règlements ont pour objet de définir et de préciser les conditions pratiques et techniques dans lesquelles devraient se dérouler les combats de lutte avec frappe.

Il est constitué de 17 chapitres avec 66 articles qui constituent les lois et les normes établies pour le bon déroulement de la lutte. Parmi ces règles on peut en citer quelques uns qui reviennent le plus souvent : les interdits aux lutteurs, les sanctions, les verdicts.

Est formellement interdit de:

- Saisir moins de trois doigts de son adversaire,
- Laisser apparaître les cuissards en dehors du nguimb,
- Sortir délibérément de l'aire de combat,
- S'enduire le corps de matières grasses,
- Porter sur soi tout objet pouvant blesser ou faire mal à son adversaire,

¹¹Dr. A. Sarr [http://: WWW.mbeursenegal.com](http://WWW.mbeursenegal.com)

- Totaliser au cours du combat un nombre de cinq avertissements. Il est alors déclaré battu par disqualification.

- Toutes les infractions aux interdits entraînent la rétention d'au moins 25% du reliquat du forfait de même que trois avertissements lors d'un combat.

Est donc déclaré vaincu le lutteur se trouvant dans les cas suivants:

- S'il est terrassé
- S'il est incapable après avis médical de poursuivre le combat suite à une blessure occasionnée par un coup régulier.

- Si son adversaire ne peut continuer le combat suite à une blessure occasionnée par une blessure sur un coup donné après le coup de sifflet d'arrêt de l'arbitre ou un coup interdit par le règlement.

- S'il totalise à la fin du combat plus d'avertissements que son adversaire.

B. Les différents acteurs de la lutte sénégalaise et leurs logiques d'action

1. Les pouvoirs publics

Comme toutes les fédérations, le Comité National de Gestion de lutte (CNG) est sous tutelle du ministère des sports qui lui délègue des pouvoirs. C'est d'ailleurs le ministre des sports d'alors (Faustin Diatta) qui, dans un arrêté, a porté le mandat du CNG de lutte à quatre ans au terme desquels une fédération de lutte devrait être mise en place. Mais son successeur à la tête de ce département A. Makhtar Diop propose une assemblée générale d'information tous les trois (03) mois. Laquelle impliquera toutes les composantes de la lutte dans le souci de voir quelles sont les meilleures formules à entreprendre pour lever certaines équivoques tels que: les sanctions financières, voir comment diminuer les retraits sur les reliquats sur les cachets ainsi que la somme à déposer pour les recours en fonction des cachets, aussi de revoir les lettres d'habilitation pour chaque écurie ou école de lutte pour prendre des précautions qui interdiraient au promoteur de signer un contrat sans les représentants du CNG et écuries ou écoles de lutte concernées.

2. Le comité national de gestion de la lutte (CNG)

Le Comité National de Gestion de la lutte créé en Mars 1994 sous Ousmane Paye ministre des sport est dirigé par le docteur Alioune Sar qui en est le président jusqu'à nos jours. Aujourd'hui, si la lutte occupe une place importante dans l'univers sportif du Sénégal c'est grâce au CNG de lutte qui, à travers les règlements établis, a su tenir tête aux nombreux problèmes que rencontrait l'arène sénégalaise. Il a pour mission de développer, de gérer, et de promouvoir les trois formes de lutte que sont:

- La lutte traditionnelle sans frappe
- La lutte olympique (lutte gréco-romaine et lutte libre)
- La lutte traditionnelle avec frappe

Au niveau africain, la lutte est gérée par la CALA (Confédération Africaine des Lutttes Associées) et au niveau mondial par la FILA (Fédération Internationale des Lutttes Associées).

3. Les promoteurs

Le nombre de promoteurs qui était d'une dizaine la saison 2010-2011 est passée à une vingtaine la saison suivante.

Les plus en vues de ses promoteurs sont : Gaston MBENGUE, Luc NICOLAÏ, Serigne Modou NIANG, Pape Abdou FALL, Aziz NDIAYE, Palla MBENGUE, Assane NDIAYE. Tous se proposent d'offrir des services aux 3033 lutteurs qui ont souscrit à une licence de lutte. Cependant, les promoteurs seuls ne peuvent payer les cachets des lutteurs. De ce fait ils nouent des partenariats avec des sponsors en quête de visibilité de leurs produits avant, pendant et après les combats de luttes. Conscient de la popularité de la lutte parce qu'elle est l'un des sports les plus suivis des sénégalais. On note de plus en plus la présence massive des sponsors dans les combats de lutte composés généralement de compagnies de voyages, de sociétés industrielles, de sociétés alimentaires, d'assurances, de sociétés de transports, de banques, de groupes de téléphonies mobiles implantés au Sénégal. Ils ambitionnent tous d'attirer de la clientèle.

Ainsi, une entreprise comme la Sonatel investie plus de 80% de son budget publicitaire dans la lutte nous dira Mohamed D. Ndoye¹² et d'après les responsables de cette société de téléphonie, la lutte est «plus attrayante que les autres sports, elle est présentement le moyen le plus évident pour assurer (notre) visibilité» et Mamadou Tine¹³ d'ajouter «le sponsoring a bouleversé l'arène qui est arrivée à un stade très avancé où actuellement la lutte s'est transformée résolument en un lieu de vente des produits de consommation de masse au meilleur coût». En outre, si les promoteurs parviennent aujourd'hui à signer des combats à coût de millions, c'est d'une part de l'apport des sponsors. Et Mamadou Tine d'ajouter que «aucun promoteur ne peut plus organiser un combat d'espoir sans l'apport des sponsors ». Cette popularité de la lutte fait que les sponsors se bousculent pour une visibilité lors des grandes affiches. Les plus remarquables se livrent à une guerre sans merci pour sponsoriser les grandes affiches. C'est ce qui est à l'origine de la rupture de contrat entre le promoteur Luc NICOLAÏ et un opérateur de téléphonie mobile pour rejoindre son concurrent direct avec qui il a signé un accord pour l'affiche que l'on prétend être le combat du siècle opposant le "roi des arènes" Yékini à Balla Gaye2 fils de Double Less.

Les promoteurs aussi ne sont pas en reste, ils sont en guerre éternelle pour décrocher des combats alléchants qui rassemblent des foules importantes pour en tirer plus de bénéfices. C'est ce qui fait dire à Gaston MBENGUE¹⁴ que «la lutte est un cercle restreint où l'on brasse

¹²M. D. Ndoye du journal la Tribune.

¹³M. Tine : L'arène de lutte comme lieu socioculturelle à Dakar : rite – rituels et pratiques de la tradition à la modernité, 2009-2010.

¹⁴G. MBENGUE le site internet [sen web](#).

facilement des millions. C'est pourquoi les promoteurs sont en guerre éternelle». Dès lors, on comprendra que dans l'arène, ce ne sont pas seulement les lutteurs qui se donnent des coups de poings. Les promoteurs et les sponsors aussi. Et il faut reconnaître cependant que sans les sponsors, la lutte ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui. En effet, un plus est observé dans l'arène avec l'arrivée de nouveaux promoteurs comme RDV production et la WWR de la 2STV.

4. Les lutteurs

Autrefois, lutter c'était mesurer la valeur, le courage et la force des hommes guerriers afin d'en désigner le champion lors des tournois entre les localités. Des années après, elle est devenue tout autre. Actuellement, avec la manne financière produite par la lutte, beaucoup de jeunes sont détournés de leurs orientations principales pour se consacrer à cette activité sportive avec l'espoir de s'insérer dans un cadre de production économique où on devient millionnaire en quelques minutes. C'est pour cette raison que l'on constate de plus en plus d'écoles de lutte et d'écuries. La quasi-totalité des anciennes gloires se sont convertis en entraîneurs ou sont devenus président d'école de lutte ou d'écurie ou encore managers. Ces entités représentent les centres d'accueil de ces jeunes issus de la campagne ou de la banlieue dakaroise qui rêvent d'embrasser une carrière de lutteur. Aujourd'hui, ils sont devenus des gladiateurs modernes. Leurs noms sont clamés dans tous les événements. Les morceaux de musique composés en leur honneur sont devenus des tubes. Force est de constater que la lutte sénégalaise avec frappe est un grand show qui attire. Nombre de sénégalais sont tombés sous le charme de la lutte. Ainsi rien que pour la saison 2010-2011 selon le bilan établi par le CNG, 3033 lutteurs avaient souscrit à une licence de lutte dont 1779 en lutte simple et 1254 en lutte avec frappe. Tous ces jeunes rêvent de réussite sociale comme c'est le cas aujourd'hui de Modou Lô, Balla Gaye 2, Eumeu Séne, Gris Bordeaux, Tyson, ou encore Yékini.

5. Les amateurs

Ils sont classés en deux catégories :

- Les supporters

Souvent ils ont leurs lutteurs favoris qu'ils suivent dans tous ses déplacements. Ce sont en général des passionnés qui poussent leurs lutteurs vers la victoire et qui sont souvent à l'origine des troubles ou de la violence dans l'arène.

- Les vrais fanatiques de la lutte

Il s'agit des plus raisonnables. Ils viennent aux arènes quelques soient les lutteurs engagés puisqu'ils supportent tout le monde, même s'ils portent un lutteur dans leur cœur. Ils ne sont intéressés que par la lutte et les combats. Ils sont regroupés en amicale (Association des Amateurs de Lutte) et comptent apporter leurs contributions à son développement. Ils ont leurs avis à donner sur les combats avant leur mise sur pieds. Ainsi, ils sensibilisent les supporters rivaux avant un combat pour tempérer les ardeurs mais également aux responsables de caravanes pour fouiller tous les supporters qu'ils embarquent afin qu'ils n'amènent pas d'armes dans l'arène. Cependant cela ne les empêchent pas aussi de se servir de leur amicale à des fins revendicatives pour faire face éventuellement aux hausses abusives des tickets d'entrée, ainsi que tous ce qui retardent les combats tels que les décorations, les concerts et autres cérémonies.

Les médias

Aujourd'hui, si la lutte est devenue la passion des sénégalais c'est d'une part à cause des médias. En plus de sponsoriser les combats, la presse a également tiré un grand profit de l'élargissement du paysage médiatique avec l'arrivée des nouvelles chaînes de télévision et de station radio. Une aubaine qui a fini d'installer cette discipline sur la "rampe de lancement pour un tour du monde en sons et en images", au bonheur des sénégalais de la diaspora restés attachés à leurs racines. Cette dynamique se traduit entre autre par la naissance de magazines et par l'apparition d'une nouvelle race de présentateurs qui par la force des choses sont devenus les «seigneurs» du petit écran. Bantamba sur la 2stv semble être dans le peloton de tête. Les autres télévisions suivent comme elles peuvent avec leurs programmes: «caxabal» pour la RTS, lamb Ji de WALF TV, sunu lamb et xam sa mbeur de la RDV, Jël bi de Canal Info, roffo de TFM.

En plus de ces télévisions, presque toutes les radios ont des programmes dédiés à la lutte. En presse écrite, la quasi-totalité des quotidiens font de la lutte leur préoccupation informationnelle en particulier comme nous dit Mohamed D. Ndoye¹⁵ citant le journaliste Mbaye Jacques DIOP «nous sommes en présence d'un épiphénomène qui se vend plus que les autres». Ceci a favorisé la naissance des quotidiens d'information qui ne parlent que de la lutte en l'occurrence «sunu lamb» et «lewto». Et le quotidien «sunu lamb», qui tire à près de 150.000 exemplaires par jour a été pris comme exemple par le ministre des sports Abdoulaye

¹⁵M. D. Ndoye citant Mbaye J. Diop du journal le POPulaire.

Makhtar DIOP lors de la journée de réflexion sur la lutte pour montrer combien les sénégalais sont intéressés par la lutte.

A ces programmes des télévisions sénégalaises sur la lutte avec frappe, s'ajoute la reconversion des griots et communicateurs traditionnels en présentateurs d'émissions ou animateurs de spectacles pendant les combats. Ce qui leur fait des revenus financiers réguliers. Cette catégorie de citoyens, qui n'avait que la musique pour occupation pouvant leur apporter des gains afin de leur permettre de vivre, a trouvé dans cette activité sportive un terreau fertile valorisant. Leurs saines rivalités contribuent pour beaucoup à créer cette ambiance autour des plateaux de télévisions ou des arènes qui est importante pour l'essor de ce "sport de chez nous". Ils sont les principaux animateurs des plus grandes émissions télévisuelles sur ce sport.

C. Le mode d'entraînement des lutteurs

L'entraînement sportif est un procédé pédagogique d'éducation des qualités morales et de la volonté, le perfectionnement de la préparation technique et tactique, le développement des capacités physiques et l'augmentation des fonctions de l'organisme. Son but consiste à réaliser de hautes performances sportives. Cependant, il souffre de son manque de planification pour certains lutteurs. Il est souvent fonction de l'obtention d'un combat. C'est seulement à cette période que l'on remarque la présence régulière des lutteurs aux entraînements mais aussi des autres membres de l'encadrement. Cet entraînement se passe de manière différente selon que l'on est avant, pendant ou après un combat.

1. Avant un combat

C'est pendant cette période que se crée le fondement général de la préparation physique, qui constitue un facteur limitatif qui doit avoir pour objectif le dépassement des difficultés de toute sorte par l'augmentation de la capacité motrice. Mais également de la préparation physique spécifique qui stabilise le système technico-tactique intégral face aux facteurs de perturbations (fatigue, augmentation de la vitesse d'exécution ou le stress) par perfectionnement dans les conditions du combat.

Durant cette période les lutteurs ont tendance à faire trois séances par jour.

- Longues courses sur la plage pour développer l'endurance et la force des jambes
- La musculation pour développer la force, la vitesse dans l'exécution des mouvements ou augmenter le poids corporel.

- Les combats et exercices spécifiques avec partenaire pour développer l'agilité, l'adresse, la vitesse et la mobilité dans l'exécution des actions.

Les objectifs recherchés pendant cette période de préparation sont:

- l'affermissement et le perfectionnement de la technique de lutte;
- le perfectionnement des connaissances, des habitudes de la lutte;
- le perfectionnement des qualités morales et de la volonté;
- le perfectionnement des connaissances théoriques ou même pratiques de la lutte.

2. A l'approche des combats

C'est la période de la préparation technico-tactique d'avant combat. Elle comprend le perfectionnement des combinaisons tactiques et de l'automatisation des combinaisons tactiques d'attaque – défense - contre attaque. Elle résout également le problème de l'établissement de schéma tactique correspondant aux adversaires. Dès lors, le lutteur et son encadrement doivent:

- Connaître l'adversaire, s'informer sur lui, sa forme et ses qualités sportives;
- Élaborer une mini stratégie suivant les particularités de l'adversaire éventuel;
- Assimiler la pratique de la mini stratégie;
- Préparer un adversaire conditionnel d'après un modèle théorique;
- S'entraîner avec l'adversaire conditionnel en réalisant une mini stratégie à deux modèles dans le combat lui-même (saisie pour terrasser ou frappé pour avoir l'ouverture).

Le but pendant cette période est le maintien de la condition physique et l'affinement de la stratégie de lutte à adopter.

3. Au lendemain des combats

A cette période le lutteur observe un repos actif tout en maintenant son niveau de développement des qualités motrices et des habitudes techniques. Ce repos est sous forme de passage des exercices ordinaires aux exercices nouveaux qui permettent aux nerfs de se reposer et aux muscles de travailler. A cette condition le lutteur se livre à la musculation et au combat de lutte. Les exercices utilisés pendant cette période consistent à maintenir à un niveau le développement des qualités motrices suffisantes du lutteur pour d'éventuels combats.

CHAPITRE II: METHODOLOGIE

A. LE CADRE DE L'ETUDE

B. L'ECHANTILLONNAGE

C. LES OUTILS D'INVESTIGATION

D. COLLECTE ET TRAITEMENT DES DONNEES

E. LES DIFFICULTES RENCONTREES

A. Cadre de l'étude

Dans le cadre de l'étude, nous nous sommes essentiellement intéressés à la région de Dakar. Situé dans la presqu'île du cap vert, Dakar est la capitale du Sénégal et compte une population d'environ 2.452.656 habitants pour une superficie de 550 km². La forte concentration économique et démographique fait d'elle un important pôle d'attraction grâce à un port et un aéroport de statut international. Elle est aussi la capitale de la lutte avec frappe du fait du nombre important d'écoles et écuries de lutte, de l'engouement que la population accorde à cette forme de lutte, aux immenses foules qu'elle déchaîne et aux spectacles qu'elle offre. Pour cerner notre sujet, nous avons ciblé onze (11) écuries et écoles de lutte. Ce sont : les écuries Parcelle Mbollo, Fass, Baol, Baol Mbollo, Grand Dakar, Door Doorat, Fass Benno et Malick Sy ainsi que les écoles de lutte Balla Gaye, Ndakaru, et Cheihk Mbaba. Nous avons également visité le bureau des amateurs et des médecins (commission médicale).

B. L'échantillonnage

La représentativité de notre population d'enquête a été évaluée à partir d'un échantillonnage simple guidé par une stratégie appropriée. En fait, cette stratégie a consisté à inclure dans notre échantillon des personnes s'intéressant tant soit peu à la lutte. Ainsi, nous avons été amenés à subdiviser notre population d'enquête en fonction des différentes composantes de l'objet de notre recherche. Toutefois, rappelons seulement que la distribution à l'intérieur de cette subdivision est plutôt aléatoire répondant à nos objectifs ciblés et déterminés à partir de notre problématique de recherche.

Concernant la distribution des questionnaires, elle est faite selon le schéma suivant

- Lutteurs (en activité et ancien) : cinquante (50) questionnaires ;
- Amateurs (spectateurs réguliers) : trente(30) questionnaires ;
- Médecins (commission médicale et autres) : dix(10) questionnaires.

C. Les outils d'investigation

Toute recherche se fonde sur une observation attentive du phénomène étudié. Ainsi, nous avons mis à profit cette position pour mener une observation directe à partir de nos hypothèses. La nécessité de l'approche théorique de notre thème nous a conduit à entreprendre une recherche bibliographique dans plusieurs directions. Ainsi nous nous sommes orientés vers la bibliothèque de l'institut (INSEPS) pour accéder à des travaux de recherche ayant trait à notre problématique.

Pour bien cerner notre thème nous avons utilisé des questionnaires comme outils d'investigation afin de mieux orienter l'interrogé vers notre thème. Pour cela nous avons utilisé; des questions fermées uniques qui donnent aux personnes interrogées un seul choix entre les réponses déjà formulées et des questions à choix multiples qui donnent plusieurs choix entre les réponses déjà formulées. Cependant, nous avons aussi des questions ouvertes qui donnent aux personnes interrogées une liberté d'expression par rapport à la question afin de confronter les différentes idées. Notre outil d'investigation est donc un questionnaire qui comporte trois volets :

Le premier est destiné aux lutteurs détenteurs de licence de lutte sénégalaise avec frappe du CNG en activité ou à la retraite. Nous voulons savoir s'ils ont une fois subi des blessures ou non. Si oui, quelle est la nature de ces blessures. Nous nous intéresserons aussi à la nature de leur encadrement technique et à leur mode de préparation. Ils se prononceront enfin sur la nécessité ou non d'utiliser des outils pour plus de sécurité dans l'arène.

Le deuxième est adressé aux médecins en service dans la lutte au Sénégal. Nous leur demandons aussi ce qu'ils pensent des blessures dans l'arène et de la nécessité ou non d'usage d'outils de protection. Nous précisons que sous le vocable médecin, nous incluons tous les praticiens de ce secteur à savoir docteurs en médecine, infirmiers, aides soignants ou kinésithérapeutes.

Le troisième sollicite l'avis des amateurs de la lutte. Leur nombre de plus en plus grand dans les gradins des stades qui abritent la lutte avec frappe est certainement la clé du succès de cette activité sportive traditionnelle. Ils devront se prononcer sur la fréquence des blessures mais aussi sur ce qui les fait vibrer dans les combats et de la nécessité ou non de l'utilisation d'outils pour mieux protéger les lutteurs.

D. Collecte et traitement des données

Dans le cadre de la collecte des données de notre étude, nous nous sommes personnellement déplacé sur le terrain afin de distribuer les questionnaires auprès de notre population d'étude pour réduire les possibilités de perte et nous assurer à chaque fois qu'ils ont bien répondu aux questions avant de récupérer surplace.

Pour le dépouillement et le traitement des données de nos enquêtes, nous avons eu recours au logiciel informatique « SPHINX ». Nous avons par la suite regroupé les questions selon leurs centres d'intérêt afin de faire des analyses qui tiennent compte de plusieurs aspects des questions traitées.

E. Difficultés rencontrées

Comme dans toute recherche sérieusement menée, nous nous sommes heurtés à pas mal de difficultés dans le cadre de nos enquêtes.

Ces difficultés sont relatives tout d'abord à la rareté des documents écrits portant sur notre thème. C'est ensuite l'accès aux écuries et écoles de lutte. Il est parfois très difficile au moment où un des lutteurs a un combat. Nous sommes considérés comme des intrus qui viennent leurs espionner ou leurs jeter le mauvais sort qui peut être synonyme de leurs défaites. C'est enfin le problème de traduction de la langue Wolof auquel nous sommes souvent confrontés. La plupart de nos questionnés sont des illettrés en français et s'expriment exclusivement dans cette langue nationale.

Nous sommes tout de même parvenus à recueillir des réponses significatives qui nous permettront de mieux cerner cette question des blessures dans la lutte sénégalaise avec frappe. Réponses que nous présentons et analysons dans la partie qui suit.

CHAPITRE III: PRESENTATION ET ANALYSE DES RESULTATS

1. PRESENTATION DES RESULTATS

2. ANALYSE DES RESULTATS

3. INGENIERIE DES OUTILS DE PROTECTION DES LUTTEURS

Présentation des résultats

a) - Réponses des questions destinées uniquement aux lutteurs

Nous avons pu avoir 50 réponses de lutteurs en activité et à la retraite. Ils affirment presque tous avoir subi des blessures (98% : question 1)

Tableau 1 : avez-vous déjà subi des blessures?

LUTTEURS	EFFECTIFS	FREQUENCES
Oui	49	98%
Non	1	2%
TOTAL	50	100%

Quant à la nature des blessures (question 2), ce sont surtout des entorses (74%), des plaies (52%). Des claquages (24%), fractures (20%), foulures (10%) et contusions (4%) sont aussi évoqués (voir tableau 2).

Tableau 2 : nature des blessures

NATURE	EFFECTIFS	FREQUENCES
Entorses	37	74%
Plaies	26	52%
Claquages	12	24%
Fractures	10	20%
Foulures	5	10%
Contusions	2	4%
TOTAL	****	Choix multiples

Nous nous sommes par la suite intéressés aux statuts de leurs entraîneurs (question 3). Ils sont en majorité des anciens lutteurs (78%) mais on y rencontre aussi des diplômés d'État 1er ou 2e degré de lutte (20%). Les professeurs d'EPS s'impliquent de plus en plus (6%)

Tableau 3 : le statut de l'entraîneur de lutte

ENTRAINEURS	EFFECTIFS	FREQUENCES
Ancien lutteur	39	78%
Prof d'EPS	3	6%
Coéquipier	1	2%
Diplômé d'État	10	20%
Bénévole	3	6%
TOTAL	****	Choix multiples

Pour la périodicité des entraînements (question 4), les lutteurs disent avoir un programme annuel (48%), journalier (32%) ou mensuel (12%). Pour les 8% restant, ils ont plutôt un programme aléatoire en fonction des combats. (Tableau 4).

Tableau 4 : la manière dont sont programmés les entraînements.

PROGRAMMES	EFFECTIFS	FREQUENCES
Annuel	24	48%
Mensuel	6	12%
Journalier	16	32%
Aléatoire en fonction de combat	4	8%
TOTAL	50	100%

Les entraînements sont cependant rigoureusement planifiés (question 5) pour 88% des interrogés contre 12% qui affirment le contraire. (Voir tableau 5)

Tableau 5 : Existence d'une planification des entraînements qui réponde aux normes scientifiques

PLANIFICATION	EFFECTIFS	FREQUENCES
Oui	44	88%
Non	6	12%
TOTAL	50	100%

Ceux qui affirment que leurs entraînement ne sont pas planifié (question 6) la justifie par un manque de moyen (50%) ou la non existence de programme préétabli de combats (33%). voir tableau 6.

Tableau 6 : justification du NON

RAISONS	Effectifs	Fréquences
Manque de moyens pour une bonne préparation	3	50%
Les compétitions ne sont pas programmées	2	33%
Il faut de quoi entretenir les lutteurs	1	12%
TOTAL	6	100%

Qu'envisagent les lutteurs pour amoindrir le risque de blessure (question 7). Les 52% des sujets ont évoqué la prudence aux entraînements, 27% le port de gants, 17% préconisent la limitation des séances de musculation à l'approche des combats. Le préparateur physique, la sécurisation de l'espace de pratique et le suivi médical sont aussi mentionnés. Tableau 7

Tableau 7 : les solutions à préconiser pour amoindrir les risques de blessures

SOLUTIONS	Effectifs	%
Prudence aux entraînements tout en respectant les normes	31	52%
Port de gants qui laissent apparaître les doigts et le port de dentier	16	27%
Modérer les séances de musculation a l'approche des combats	10	17%
Avoir un bon préparateur physique et un suivi médical	1	2%
Aménager un bon espace pour la lutte	1	2%
TOTAL	59	100%

b) - Réponses des questions destinées uniquement aux médecins

Le deuxième volet de notre questionnaire est adressé aux médecins. Nous avons obtenu 10 réponses. Ils se sont prononcés sur la fréquence des blessures dans l'arène (question 1). Les plaies sont les plus citées (24.5%). Viennent ensuite les fractures (20%), les traumatismes musculaires (14%), les lésions dentaires ou mentonnières (11%), les luxations (9%). Il y a aussi des entorses de certaines articulations (7%), des traumatismes du crâne ou du rachis (7%) de l'œil (3.5%), des crampes et des ruptures de ligament (2%). voir tableau 8

Tableau 8 : les blessures les plus fréquentes chez les lutteurs

Blessures	Eff	%
Plaies ouvertes au visage (arcade, pommette, lèvre, saignement du nez)	14	24,5
Fractures (poignet, phalanges, os du nez, rachis, mâchoire)	11	20
Traumatisme musculaire (élongation, déchirure, claquage)	8	14
Lésions dentaires (chute d'un ou des dents)	5	9
Luxation (épaule, coude, mâchoire, phalanges, genou, chevilles)	5	9
Entorses des articulations de phalanges, épaules, coudes, chevilles, genoux)	4	7
Traumatismes crânio cérébrales	3	5
Traumatismes oculaires	2	3,5
Traumatismes temporal	1	2
Lésions mentonniers	1	2
Crampes	1	2
Ruptures des ligaments	1	2
TOTAL	56	-

Ces blessures ont lieux (question 2) pendant les combats (90%), pendant l'échauffement préparatoire au combats (20%). il peut arriver qu'un lutteur se blesse à l'entraînement (30%). Voir tableau 9.

Tableau 9 : le moment où ces blessures surviennent le plus souvent

MOMENT	EFFECTIF	FREQUENCE
A l'entraînement	3	30%
Pendant l'échauffement	2	20%
Pendant le combat	9	90%
TOTAL	****	Choix multiples

Ils se sont également prononcés sur le pourquoi de ces blessures (question 3). 17% d'entre eux estiment que c'est le manque de protection des combattants. La mauvaise préparation des combats (17%), le caractère violent et sanglant de la lutte sénégalaise avec frappe (17%), la non progressivité des échauffements surtout en période de froid (11%), la priorité donnée à la force plutôt qu'à la technique de lutte (11%) sont des raisons évoquées pour justifier cet état de fait. Il y a aussi plus de boxe que de lutte alors que les combats se font à mains nues (11%), les enjeux financiers importants (5.5%), le souci de mettre KO son adversaire (5.5%) et le manque de suivi médical pour prévenir d'éventuelles blessures (5.5%). voir tableau 10.

Tableau 10 : pourquoi autant de blessures dans l'arène

RAISONS	EFF	%
Parce qu'il n'y a pas d'outils de protection pour les combattants	3	17%
Mauvaise préparation physique	3	17%
Parce que la lutte avec frappe est un sport violent et sanglant	2	11%
Parce que les combats sont à mains nues et il y a plus de boxe que de lutte	2	11%
Non respect des entraînements et des échauffements surtout en période froide	2	11%
Manque de technique c'est la force qui prime	2	11%
Mauvaise information sur les techniques d'entraînement et d'échauffements	1	5,5%
Le souci de chaque lutteur est de mettre K.O son adversaire	1	5,5%
Parce qu'il y a mise en jeu financière	1	5,5%
Pas de suivi médical dans les écuries pour parer à d'éventuelles blessures prévisibles	1	5,5%
TOTAL	***	Choix multiples

Le fait de s'asperger d'eau pendant l'échauffement (question 4) ne semble pas inquiéter les médecins interrogés qui disent à 80% que c'est sans danger pour les lutteurs. 20% d'entre eux affirment le contraire. Voir tableau 11.

Tableau 11 : le fait de s'asperger de l'eau pendant l'échauffement est-il sans danger ?

REPOSES	EFFECTIFS	FREQUENCES
Oui	2	20%
Non	8	80%
TOTAL	10	100%

La nature du danger qui peut survenir de cette pratique de l'échauffement (question 5) à donner les réponses suivantes : lésions musculaires (39%), chocs hypothermiques par refroidissement brutal (22%), crampes musculaires dues au refroidissement (17%), lésions ligamentaires ou nerveuse (11%), fractures (5.5) et troubles de la circulation sanguine (5.5). voir tableau 12

Tableau 12 : s'il y a danger, de quel ordre est-il ?

DANGERS	EFF	%
Il peut y avoir des lésions musculaires (élongation, déchirure, claquage)	7	39%
Il peut y avoir des chocs hypothermiques par refroidissement brutales (risque cérébral)	4	22%
Il peut y avoir un refroidissement en mesure d'entraîner des crampes musculaires	3	17%
Il peut y avoir des lésions ligamentaires (élongation des tendons) ou nerveuse	2	11%
Fractures (poignet, cheville, doigts, mâchoires)	1	5,5%
Trouble de la circulation sanguine	1	5,5%
TOTAL	***	Choix multiples

Quant aux solutions préconisées pour amoindrir le risque de blessure (question 6), elles sont très diverses. 26% d'entre eux recommandent le port d'outils de protection. Mais 22% des médecins pensent au respect des normes d'entraînement et d'échauffement, 19% à la suppression de la frappe dans cette forme de lutte et 10% à la protection par les règlements des points sensibles et vitaux. D'autres solutions sont évoquées : éviter de s'asperger de l'eau (6.4%), revoir les moments des frappes (3.2), lutter contre la violence verbale (3.2%), limiter

les cachets (3.2%), revenir aux fondamentaux techniques (6.4%) ou encore mieux régler la lutte (3.2%). Voir tableau 13

Tableau 13 : les solutions à préconiser pour amoindrir les risques de blessures

SOLUTIONS	EFF	%
Mettre les outils de protections dentier et gants qui laissent apparaître les doigts	8	26%
Respecter les entraînements et les échauffements à ne pas brûler les étapes	7	22%
Protection des points sensibles ou vitaux	3	10%
Éliminer la lutte avec frappe	3	19%
Ne pas s'asperger de liquide froid avant l'effort	2	6,4%
Limiter le temps de frappe pendant le combat	1	3,2%
Avoir au moins un infirmier d'État par écurie	1	3,2%
Lutter contre la violence verbale	1	3,2%
Limiter les cachets	1	3,2%
Sensibiliser les lutteurs sur les risques liés aux blessures	1	3,2%
Avoir une bonne technique	2	6,4%
Revoir le règlement la lutte	1	3,2%

c) - **Réponses des questions destinées uniquement aux amateurs**

Chez les amateurs, nous avons obtenu 30 réponses au volet 3 de notre questionnaire. Ils ont donné d'abord leur avis sur la fréquence des blessures (question 1). 50% des amateurs estiment qu'il n'y a pas assez de blessures dans la lutte sénégalaise avec frappe à égalité parfaite avec ceux qui ont un avis contraire. Tableau 14.

Tableau 14 : il y a-t-il peu ou trop de blessures dans l'arène

REPOSES	EFFECTIFS	%
Trop de blessures dans la lutte avec frappe	15	50%
Pas assez de blessures dans la lutte avec frappe	15	50%
TOTAL	30	100%

Nous leur avons par la suite demandé s'ils trouvent ces blessures normales (question 2). A 83.3% ils pensent que c'est normal contre 16.7% qui trouvent ces blessures atroces. Personne n'a trouvé que c'est anormal. Voir tableau 15.

Tableau 15 : les blessures dans la lutte avec frappe sont-elles : normales, anormales, atroces

REPOSES	EFFECTIFS	FREQUENCES
Normales	25	83,3%
Anormales	0	0
Atroces	5	16,7%
TOTAL	30	100%

Ces réponses font penser que plus de sang dans l'arène est le mobile qui amène les amateurs au stade. Mais leurs réponses à la question 3 nous rassurent quelque peu. Ils se prononcent à 66.7% contre cette idée de plus de sang dans l'arène. Voir tableau 16.

Tableau 16 : plus de sang dans la lutte avec frappe est-ce une condition pour que les amateurs soient toujours plus nombreux dans l'arène ?

REPOSES	EFFECTIFS	FREQUENCES
Oui	10	33,3%
Non	20	66,7%
TOTAL	30	100%

Pensent-ils que c'est le sang versé dans l'arène qui attire les sponsors dans la lutte sénégalaise avec frappe (question 4) ? Ici ils répondent non à 100%. Tableau 17.

Tableau 17 : plus de sang dans la lutte avec frappe est-ce une condition pour que les sponsors apportent plus d'argent dans l'arène ?

Réponses	Effectifs	Fréquences
Oui	0	0
Non	30	100%
TOTAL	30	100%

Nous avons donc à partir de cette dernière réponse cherchée à savoir ce que les amateurs aiment dans les combats de lutte (question 5). Les avis vont des danses préliminaires (73.3%) aux chutes spectaculaires. Mais les KO (23.3%) et les blessures sanglantes (3.3%) sont aussi évoqués.

Tableau 18 : ce que vous aimez dans les combats de lutte

Réponses	Effectifs	%
Les chutes spectaculaires	19	63,3%
Les blessures sanglantes	1	3,3%
Les danses préliminaires	22	73,3%

Quelles solutions pensent-ils utiles de prendre pour moins d'accidents dans l'arène (question 7) ? Ils sont 27.3% à préconiser des outils de protection des lutteurs, 15.2% demandent de faire un bon échauffement ou une bonne préparation physique, 12.1% veulent que l'on ait recours à la technique pure de la lutte, 12.1% sont pour la suppression de la frappe. Ils pensent également au recrutement d'un infirmier par écurie (3%) et à mieux réglementer la lutte sénégalaise avec frappe. Voir tableau19.

Tableau 19 : les solutions à préconiser pour amoindrir les risques de blessures

SOLUTIONS	EFF	%
Mettre les outils de protection pour les lutteurs (gants, dentier, casque)	9	27,3%
Faire un échauffement correct avant le combat	5	15,2%
Avoir une bonne préparation physique	5	15,2%
Avoir une bonne technique	4	12,1%
Lutter simple	4	12,1%
Sensibiliser les concernés par rapport aux dangers qui les guettent	3	9,1%
Avoir au moins un infirmier par écurie	1	3%
Informers les lutteurs sur les techniques d'entraînements et d'échauffements	1	3%
Revoir le règlement la lutte	1	3%
TOTAL	***	Choix multiple

Un regroupement des réponses posées aux trois types de sujets en même temps donne les tableaux 20 et 21 suivants.

Tableau 20 : récapitulation des propositions sur l'utilisation d'outils de protection par les lutteurs, médecins et amateurs.

POPULATIONS	EFFECTIFS	OUI	NON
Lutteurs	50	47	3
Médecins	10	10	++
Amateurs	30	29	1
Total	90	86	4
Fréquences	100%	96%	4%

Le constat général de ce tableau nous permet d'identifier que la quasi totalité de la population interrogés (96%) proposent l'utilisation d'outils de protection des lutteurs. Seuls 4% sont contre cette proposition...

Tableau 21 : la nature d'outils de protection proposée par les lutteurs, amateurs, médecins

Outils	Réponse	Population						Total	%
		Lutteurs		Médecins		Amateurs			
		Eff	%	Eff	%	Eff	%		
Masque	Oui	1	2	4	40	0	0	5	5
	Non	49	98	6	60	30	100	85	95
Casque	Oui	9	18	3	30	1	3	13	14
	Non	41	42	7	70	29	97	77	86
Gant	Oui	29	58	6	60	9	30	44	49
	Non	21	42	4	40	21	70	46	51
Dentier	Oui	47	94	10	100	29	97	86	96
	Non	3	6	0	0	1	3	4	4

Pour ce qui est de la nature de ces outils de protection 95% et 86% disent non au casque et au masque. Le dentier est unanimement préconisé (96%) et le gant a recueilli un bon score (49%).

2. Analyse des résultats

L'existence de nombreuses blessures est largement prouvée par tous les sujets interrogés. Les lutteurs l'ont évoqué et les médecins l'ont confirmé. Ce sont les amateurs qui sont indécis (50%). Le constat est donc unanime : il y a trop de blessures dans l'arène sénégalaise. C'est au niveau de la nature de celles-ci qu'il y a désaccord entre les lutteurs et les médecins. Les premiers pensent qu'il y a plus d'entorses et les seconds remarquent plutôt les plaies ouvertes. Ces blessures sont localisées à la tête et aux doigts et sont la résultante de coups de points autorisés dans la lutte avec frappe ou la manipulation d'objet dangereux. Le fait de s'asperger de l'eau à l'échauffement ne semble pas donc être un risque très important pour l'intégrité physique des pratiquants de cette forme de lutte même si les médecins affirment qu'il peut occasionner des lésions musculaires, des chocs thermiques par refroidissement brutal, des troubles de la circulation sanguine et des crampes.

Nous nous sommes intéressés aux causes de ces blessures. Nous avons pour cela examiné d'abord les modes d'entraînement des lutteurs car, pour un sport aussi exigeant, la préparation devrait être optimisée pour plus de rendement. Mais les entraînements sont conduits par des anciens lutteurs dans des écuries qu'ils ont créées. Lutter et entraîner sont deux données différentes et la reconversion du premier au deuxième devrait se faire par des stages. Ce que n'exige pas le CNG. Nous sommes donc certains, même si les lutteurs affirment que leurs entraînements sont planifiés, que les normes scientifiques qui organisent les rapports intensité-charge ainsi que temps de travail- récupération ne sont pas maîtrisées. Et un corps de sportif qui frôle le surmenage est fragile et exposé à des problèmes physiques. C'est donc là où nous situons les premières causes de blessures.

Quelle valeur a cette planification quand on sait que le poids du lutteur par exemple est devenu une variable d'ajustement. Il monte ou descend en fonction de l'adversaire à rencontrer dans trois mois. Cette planification devrait être centrée sur un plan de carrière du lutteur plutôt que sur le combat à venir.

La lutte n'était pas aussi exigeante du temps où ces anciens lutteurs étaient en activité. Ils ne peuvent donc pas concevoir une planification rigoureuse apte à prévenir les blessures dans la lutte sénégalaise avec frappe. C'est pourquoi, pour la conduite des entraînements afin de mieux respecter des données modernes de la préparation physique, nous saluons l'arrivée dans les équipes techniques des écuries, des professeurs de sports, ainsi que des diplômés d'État 1er et 2e degré et de management des sports.

Toujours dans le sens de la recherche des causes de ces accidents sanglants dans l'arène, d'autres avis sont avancés : la non existence d'outils de protection des lutteurs, la mauvaise préparation physique, le caractère violent et sanglant de la lutte traditionnelle sénégalaise avec frappe et l'escalade verbale à l'occasion des face à face télévisés organisés par les promoteurs où les athlètes se promettent des corrections sévères.

De l'avis de tous, plus de sang n'est pas la condition de la survie de ce sport même si les amateurs trouvent à 83% cela normale. Nous avons donc cherché à savoir ce qu'il faut pour une plus grande protection des lutteurs dans l'arène qui semble être le lieu où se passent les 80% des blessures.

Les solutions préconisées sont le port d'outils de protection des zones sensibles, une meilleure planification de la formation des lutteurs, un suivi médical, une meilleure sensibilisation sur les dangers de cette forme de lutte, une limitation des cachets des lutteurs ainsi que des moments de frappe. D'autres recommandent même la suppression pure et simple de la frappe.

Les avis sont donc unanimes sur la nécessaire protection des adeptes de la lutte avec frappe. La limitation des cachets évoquée ne nous semble pas en mesure d'apporter une réponse à ces blessures. C'est plutôt le port de protection et la réglementation qui peuvent être efficaces.

Le règlement peut être changé dans le sens d'une limitation des moments de frappe. Par exemple, préciser que, dès que le corps à corps a lieu ou qu'un adversaire est sur trois appuis, la frappe est interdite. Le port de protection nous semble pertinent car au delà du spectacle que certains aiment sanglant, il y a la vie des hommes. Ces coups reçus aujourd'hui d'adversaires très puissants physiquement et qui maîtrisent à merveille les techniques de frappe les plus précises sont-ils sans conséquences dans le futur ?

Les sujets se sont donc prononcés à propos des outils de protections qu'ils préconisent. Ce sont surtout le dentier et le gant qui laisse apparaître les doigts des lutteurs qui sont souhaités. Le gant n'est préconisé qu'à 49% des sondés. Ils estiment qu'il est difficile de concevoir un gant capable de réduire les dégâts causés par les frappes au visage de lutteurs et en même temps ne pas nuire à la qualité de la saisie.

Le masque et le casque évoqués par certains ne semblent pas du goût de acteurs de la lutte qui estiment que les lutteurs ne doivent pas être défigurés par quoi que ce soit. Leurs têtes nues laissent mieux apparaître les émotions et leur degré de concentration.

4. Ingénierie des outils de protection des lutteurs

La sécurité est primordiale dans tous les sports. Les risques de blessures sont réels et l'équipement doit être complet pour assurer une protection adéquate. Dans les sports de combats, plus particulièrement la lutte avec frappe, les traumatismes maxillo-faciaux ou oro-faciaux sont de plus en plus fréquents. Des coups portés au visage lors du corps à corps font que les accidents lorsqu'ils surviennent, présentent un certain degré de gravité du fait de l'absence de protection pour les lutteurs. Ces traumatismes sont en général : les épistaxis, les fractures du nez, les contusions, érosions et les plaies de la face, les traumatismes oculaires, dentaires, les fractures dento-maxillaires. Des protèges dents, des gants comme celles du «sambo¹⁶ »qui ne gêneraient pas la saisie laissant apparaître les doigts ou à défaut des gants un casque pourront contribuer à amoindrir certaine gravité de blessures qui pourront leurs laisser des séquelles après leurs carrières de lutteurs.

3.1. Le protège dents

Des études démontrent que chaque année des millions de dents sont perdues à l'occasion d'activité sportive. De ce fait, les blessures à la bouche sont plus nombreuses qu'on pourrait le penser, pendant les exercices de sport, surtout en sport de combat, les traumatismes à la bouche sont les plus répandus de tous les accidents oro-faciaux (fracture dentaire parcellaire, les contusions dento-maxillaires, les luxations et les fractures des incisives supérieures etc.) C'est ainsi que la médecine sportive recommande le port du protège dents pour la protection assurée qu'il procure contre les blessures dentaires et pour leur rôle possible dans la prévention des commotions cérébrales. Des lors, le protège dents peut prévenir les blessures oro-faciales. Il agit comme un coussin et répartit la force du choc qui sera ainsi amorti. Il agit aussi comme une barrière entre les tissus mous situés à l'intérieur et autour de la bouche.

Voici quelques exemples de dentiers pour une bonne protection aux lutteurs



¹⁶ «**Sambo**» art martial et un sport de combat créé en URSS dans les années 1930, mélangeant principalement le judo et la lutte, l'usage des percussions pieds et poing sont autorisés.

3.2. Le casque

Le casque est une pièce d'armature ou un équipement de protection individuelle destiné à protéger la tête contre les conséquences d'un traumatisme crânien. Son utilisation pourra contribuer à éviter certaines blessures telles que les fractures de la mandibule qui surviennent après un coup à impact mentonnier, à la luxation temporo-mandibulaire qui entraînent une impossibilité d'ouvrir ou de fermer la bouche. Ces troubles entraînent de multiples inconvénients dont les plus classiques sont des céphalées et des cervicalgies persistantes. Dès lors on pourra dire qu'un port du casque permettrait un combat soutenu avec plus de sécurité. Son utilisation pourra aussi éviter l'otématome ou oreille à « chou-fleur » qui est une lésion sous-cutanée du pavillon secondaire de l'oreille, due à des frictions ou des coups répétés sur ce même organe laissant une masse charnue bosselée tel un chou-fleur obstruant le conduit auditif externe.

Voici quelques exemples de casque pour une bonne protection aux lutteurs



3.3.Les gants

La lutte avec frappe est devenue grâce à sa popularité et ses enjeux financiers et sociaux, un Show-business. La violence des coups dans l'arène suscite de l'engouement de la part des spectateurs ou téléspectateurs au lieu de les émouvoir et de provoquer des interrogations quant à l'avenir sanitaire des lutteurs. Car les blessures qui découlent des coups administrés à mains nues sont énormes. Les frappes sont de plus en plus violentes et les blessures plus graves. Pour préserver l'intégrité physique des pratiquants, il est nécessaire de faire recours à l'équipement de protection des lutteurs comme les gants. Des gants en prise adapté à la lutte pour adoucir l'impact des coups pendant les combats de lutte. Cette utilisation des gants permettrait de protéger les lutteurs contre certaines blessures telles que les fractures des os des mains, des contusions, des entorses, des subluxations mais aussi contribuerait à réduire les blessures au visage. Voir dessins ci-dessous.

Quelques exemples de gants



Les Outils de protection : Tableau Récapitulatif des caractéristiques techniques

Outils		Casque	Gant	Dentier
	Catégorie			
Texture		Cuir	Cuir	Synthétique
Poids		0.4 à 0.8 Kg	0.3 à 0.4 kg	5 à 15 Gr
Couleurs		Bleu - Rouge	Bleu - Rouge	
Dimension	Junior	S – M – L	S – M - L	-
	Senior	L – XL	L – XL	-
Exemple de marque		RD Boxing	Ayabuza	Katana

En faire toutes les couleurs pour les dentiers mais pour les gants et les casque trois couleurs: noire, bleu, rouge pour différencier les combattants. Cependant tous ces matériels sont de catégories multisports.

CONCLUSION

Conclusion

Au terme de notre analyse, la relecture du passé de notre pays nous a permis de retracer la marche de la lutte dans la société sénégalaise traditionnelle de son historique jusqu'à l'introduction de la frappe qui en a fait une spécificité typiquement sénégalaise. D'où l'appellation de lutte sénégalaise avec frappe.

Elle est une activité de distraction certes, mais hautement culturelle codifiées par les normes sociales appropriées et reconnues. Aujourd'hui, cette forme de lutte est gérée par une structure dirigeante (CNG de lutte) qui établit des règlements pour le bon fonctionnement et le respect de l'éthique. Cette lutte est devenue un métier, car elle génère beaucoup de revenu et fait vivre des milliers de personnes. Mais elle est en passe de devenir le sport le plus brutal de toutes les disciplines sportives, car les blessures qui en découlent sont nombreuses et sanglantes. Les amateurs semblent apprécier ce spectacle de sang, les promoteurs qui mettent de plus en plus d'argent dans les combats ne le dénoncent pas et les médicaux sont impuissants.

Nous nous sommes posés en guise de problématique, la question de l'origine de ces blessures. Mauvaise préparation des lutteurs, surmenage dû à une quantité excessive des entraînements, mauvaise programmation des efforts physiques conduisant à l'excès de fatigue, escalade verbale des faces à faces télévisuels ou manque de qualité technique qui pousse les lutteurs vers un perfectionnement de la frappe?

Les lutteurs en "panne" technique misent plus sur leurs forces de frappe que sur leurs registres techniques et en plus ils ne savent pas donner des coups. Leurs soucis est de faire mal à leurs adversaires en les amenant chez « ardo ». C'est dans cette entendement que Joseph Diouf DTN de boxe disait dans les colonnes de Walf sport que «dans l'arène les lutteurs ne savent pas quel genre de coup utilisés. Ils enchaînent des frappes. Non seulement cela blesse la cible mais le donneur de coup peut aussi se blesser» et Katy Diop membre de la direction technique de l'école de lutte Ndakaru dans le même quotidien ne dit pas le contraire «tout ce problème est lié au manque d'encadrement des lutteurs dans la bagarre et dans la lutte simple les lutteurs sont de mauvais bagarreurs. Ils ne savent pas comment frapper et comment éviter les coups. Leurs entraîneurs n'ont pas les compétences qu'il faut pour leurs inculquer ces philosophies tactiques».

Dès lors, l'objectif était pour nous de déterminer l'ampleur de ce mal de cette forme de lutte, de trouver des explications à ces blessures et de proposer des outils de protection nécessaires pour une bonne sécurité des lutteurs et de préserver leurs intégrités physiques.

Ainsi notre démarche de recherche est portée sur trois groupes de sujets : lutteurs, amateurs et médecins. Nous nous sommes aussi intéressés aux causes des blessures : à savoir sur le mode d'entraînement des lutteurs, les blessures les plus fréquentes, le moment où ces blessures surviennent le plus souvent, mais aussi de savoir si plus de sang est la condition pour que les amateurs soient toujours plus nombreux dans l'arène ou encore que les sponsors financent davantage ce sport.

Les résultats de notre enquête nous ont permis de comprendre que le mode d'entraînement des lutteurs ne répond pas aux normes scientifiques même si ces derniers soutiennent le contraire. Nous avons constaté que leur entraînement est routinier et ils ne disposent pas de chronomètre pour tenir compte du temps de travail et du temps de récupération. Et un programme d'entraînement qui ne permet pas une récupération adéquate et suffisante après un engagement physique maximal augmente les risques de blessures.

En effet, les blessures surviennent le plus souvent pendant les combats (cf. tableau 9à) et les plus fréquentes sont les plaies ouvertes au visage (cf. tableau 8). Cependant, ces blessures ne sont pas la condition de la présence en masse des amateurs et des sponsors dans l'arène (cf. tableau 18). Mais le flou persiste quant aux actions que ces derniers entreprennent pour réduire l'atrocité de ces blessures. Ce qui laisse encore planer le doute sur les éléments moteurs de cette essor de la lutte sénégalaise avec frappe qui, en termes de popularité égale ou même dépasse des sports comme le football et le basket-ball jadis dits rois parce que très populaires. Les amateurs sont plutôt intéressés par les danses préliminaires (cf. tableau 18) alors que les sponsors sont plus motivés par la visibilité de leurs produits. Ils sont cependant très préoccupés par le sang dans l'arène et ont préconisés, suite à notre questionnaire, des solutions qui sont à même de plus préserver l'intégrité physique des pratiquants de la lutte. Ils avancent entre autres:

- la prudence aux entraînements
- le port d'outils de protection
- la limitation du temps de frappe
- Ne pas brûler les étapes dans les entraînements et les échauffements

- Avoir une bonne technique

La protection des lutteurs est le souci de tous. Elle est une préoccupation de tous les acteurs de cette activité sportive. Mais si elle n'est pas effective, les avis semblent indexer le CNG qui ne se serait pas sérieusement engagé dans les modifications du règlement dans le sens de réduire la férocité des combats et les dégâts occasionnés par les coups.

En définitive, de cette étude, nous retenons que les acteurs de la lutte traditionnelle sénégalaise avec frappe sont tous préoccupés par les blessures de plus en plus violentes dans l'arène. La nature et les conséquences de celles-ci sont répertoriées et bien cernées. Les solutions avancées sont dans le sens du port d'outils de protection à la tête, aux mains et aux mâchoires. Ce sont les dentiers, les gants et les casques qui sont préconisés en guise de solution. La modification du règlement pour interdire les frappes dès qu'il y a saisie ou qu'un adversaire est au sol. Ce sera au CNG de prendre cette disposition pour mieux protéger les lutteurs. Cela se fera dans des infrastructures modernes et sécurisantes en nombre et en qualité avec une bonne réglementation des accès.

Cette étude, en plus des conclusions auxquelles nous sommes parvenues, nous a permis d'envisager un nouveau questionnement qui peut être des pistes à explorer dans de futures recherches.

Ne serait-il pas plus utile de supprimer purement et simplement la frappe?

Quelles sont les conséquences à long termes de ces blessures à répétition au visage dans la santé mentale des lutteurs ainsi que des augmentations suspects du poids des pratiquants de ce sport? Le dopage est il en cours dans la lutte? Les coups reçus rendent-ils les lutteurs abrutis ?

Des études dans ces thèmes permettront sûrement de répondre à ces questions pour que la lutte continue son essor tout en réduisant les conséquences fâcheuses pour les pratiquants de ce sport national.

BIBLIOGRAPHIE

Bibliographie

Œuvres :

- 1) **CONFÉJES** « *Manuel de lutte Africaine* », **octobre 1990-DK**
- 2) **DIOP A.B** « *la société wolof : tradition et changement, système d'inégalité et de domination* », **Paris, Karthala, 1981, pp 127**
- 3) **EGOUMENIDES Marc** « *Traumatologie des sports de combat* », © **Sausamps Edition 11, Montpellier.**
- 4) **FAVORI Didier** « *Cours de lutte* » éd. de **VECCHI S.A, 2000.**
- 5) **PETROV Rajko** « *lutte libre et gréco-romaine* », éd. **FILA, 1984.**
- 6) **WIECZOREK Edward** « *Aspects fondamentaux de l'entraînement de la lutte* », éd. **Lausanne, 1976.**

Mémoires

- 7) **BIDIAR Ithiar**, *La lutte traditionnelle avec frappe à Dakar : quelles perspectives, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 1990.*
- 8) **DIATTA Eveline**, *Contribution au développement de la lutte féminine olympique au Sénégal : cas des filles championnes du département d'Oussouye, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 2004*
- 9) **DIEDHIOU Etienne Maïmye**, *De la pratique de lutte traditionnelle féminine à la pratique de la lutte olympique, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 2008*
- 10) **DIOP Sidy Moctar**, *Les risques d'accidents dans la pratique des sports de combat au Sénégal : Karaté, taekwondo, Viêt-vo-dao et lutte, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 2009.*
- 11) **FAYE Djibril**, *Problématique de la catégorisation de poids dans la lutte avec frappe au Sénégal, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 2006*
- 12) **LY Omar**, *De la déperdition de nos activités sportives traditionnelles : exemples de la lutte sénégalaise, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, 1996.*

- 13) **MANGA Jean Jacques**, La pratique féminine des sports de combat vue par les élèves de quatre lycées de Dakar : état de la question et perspectives, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, **1994**.
- 14) **MBOJ Massaër**, Les pratiques mystiques dans le milieu sportif sénégalais : le cas du basket ball : (étude menée à Rufisque), Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, **2008**.
- 15) **NDOUR Sitor**, Pour une catégorisation de la lutte avec frappe, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, **2000**.
- 16) **SENGHOR Jules Pascal**, Evolution des savoirs et pratiques de référence de la lutte traditionnelle sénégalaise : problématique des modifications des règlements de la lutte avec frappe de 1996 à 2006, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, **2007**.
- 17) **TINE Mamadou**, L'arène de lutte comme lieu socioculturel à Dakar : rites – rituels et pratique de la tradition à la modernité, Mémoire maîtrise, INSEPS, Dakar, **2010**.

WEBOGRAPHIE

- 18) [.katana-sport.com](http://katana-sport.com)
- 19) [.mbeursenegal.com](http://mbeursenegal.com)

ARTICLES DE JOURNAUX

- 20) **Le Populaire**. Quotidien d'information N°3609 du 5 et 6 Décembre 2011.
- 21) **Sunu Lamb**. Quotidien d'information N° 1768 du Lundi 5 Décembre 2011.
- 22) **Walf Sport**. Quotidien d'information N° 1943 du Samedi 30 et Dimanche 1^{er}/ 07 / 2012.

ANNEXE

8) De quelle nature ?

N°	Outils de protection	OUI	NON
1	Masque de visage		
2	Casque pour la tête		
3	Gants		
4	Dentier		
5			

9) Quelles caractéristiques donneriez-vous à ces outils de protection des lutteurs ?

N°	Outils	Matière	Poids	Couleurs
1	Masque de visage			
2	Casque pour la tête			
3	Gants			
4	Dentier			
5				

II - Questionnaires destinés aux lutteurs

1) Avez-vous déjà subi des blessures ?

OUI - NON

2) De quelle nature ?

Entorse Foulure Claquage
 Fracture Contusion Plaie

3) Votre entraîneur est :

Ancien lutteur Un prof d'EPS Un coéquipier
 Un entraîneur avec un diplôme d'Etat un bénévole

4) Votre programme d'entraînement est-il :

Annuel ? Mensuel ? Journalier ?
 Aléatoire en fonction des combats ?

5) Existe-t-il une planification rigoureuse de vos entraînements qui réponde aux normes scientifiques ?

Oui non

6) Si non

pourquoi.....

7) Quelles solutions préconiser pour amoindrir les risques de blessures ?

a).....
 b).....
 c).....
 d).....

8) Proposeriez-vous l'utilisation d'outils de protection des lutteurs ?

OUI - NON

9) De quelle nature ?

N°	Outils de protection	OUI	NON
1	Masque de visage		
2	Casque pour la tête		
3	Gants		
4	Dentier		
5			

10) Quelles caractéristiques donneriez-vous à ces outils de protection des lutteurs ?

N°	Outils	Matière	Poids	Couleurs
1	Masque de visage			
2	Casque pour la tête			
3	Gants			
4	Dentier			
5				

III - Questionnaires destinés aux amateurs

- 1) **Trouvez-vous qu'il y a :**
- Trop de blessures dans la lutte avec frappe ?
 Pas assez de blessures dans l'arène ?
- 2) **Trouvez-vous que les blessures dans la lutte avec frappe sont :**
- Normales ?
 Anormales ? Atroces ?
- 3)
- 4) **Plus de sang dans la lutte avec frappe est-ce une condition pour que les amateurs soient toujours plus nombreux dans l'arène ?**
- OUI - NON
- 5) **Plus de sang dans la lutte avec frappe est-ce une condition pour que les sponsors apportent plus d'argent dans l'arène ?**
- OUI - NON
- 6) **Ce que vous aimez dans les combats de lutte avec frappe c'est :**
- Les chutes spectaculaires ? Les blessures sanglantes ?
 Les danses préliminaires ? Les KO ?
- 7) **Quelles solutions préconiser pour amoindrir les risques de blessures ?**
- a).....
b).....
c).....
d).....
- 8) **Proposeriez-vous l'utilisation d'outils de protection des lutteurs ?**
- OUI - NON
- 9) **De quelle nature ?**
- | N° | Outils de protection | OUI | NON |
|----|----------------------|-----|-----|
| 1 | Masque de visage | | |
| 2 | Casque pour la tête | | |
| 3 | Gants | | |
| 4 | Dentier | | |
| 5 | | | |
- 10) **Quelles caractéristiques donneriez-vous à ces outils de protection des lutteurs ?**

N°	Outils	Matière	Poids	Couleurs
1	Masque de visage			
2	Casque pour la tête			
3	Gants			
4	Dentier			
5				