

Eric Dufour, le kiné qui rend les musiciens solides comme des rocks

- [Erwan Desplanques](#)
- Publié le 18/07/2016.



Sur le même thème

- On y était [A Bercy, rien n'arrête Bruce Springsteen... pas même une panne de courant](#)
- Rock [La vie des Ramones adaptée au théâtre à Los Angeles](#)

Fini le sex, drugs & rock'n'roll ? Le kiné des Eurockéennes, Eric Dufour, propose de suivre les groupes en tournée comme des sportifs de haut niveau. Et de placer la santé des musiciens au centre du jeu.

Qui se plaindrait d'être une rock star ? Le musicien voyage, joue, danse et se fait applaudir à la fin. Bien sûr, il encaisse le coup physiquement — certains groupes alignent entre 200 et 250 dates par an — mais sans trop s'y attarder. La négligence fait partie du mythe (rien de mieux que l'alcool ou la drogue pour soigner les crampes, la fatigue ou les torticolis).

Pourtant, depuis quelques années, on voit apparaître des kinés ou des ostéos dans certains festivals, soucieux de la santé de ces grands chevelus ou crânes d'œufs barbus à guitares qu'ils massent sur demande dans les loges avant les concerts.

Parmi eux, Eric Dufour, 54 ans, qui œuvre depuis dix ans dans les coulisses des [Eurockéennes](#) avec sa femme Laurence, et s'intéresse de près au suivi des artistes en milieu festivalier. Pour lui aucun doute : « *C'est athlétique de jouer sur scène. Pendant longtemps, on a jugé que le rock et la médecine étaient antinomiques. Il était impensable de parler de confort ou de bien-être. CharElie Couture me disait : "Nous sommes des dinosaures à la peau dure, tu peux toujours nous masser, mais, sous la carapace, le lendemain, il ne restera plus rien." Or la nouvelle génération n'a plus le même discours : les jeunes groupes ont conscience de l'effort physique qu'un concert ou qu'une tournée demandent, ils veulent s'y préparer au mieux pour réussir des prestations scéniques à la hauteur des attentes.* »

De fait, le job de musicien est moins facile qu'on se l'imagine. Une [étude finlandaise \(de 2009\)](#) suggère qu'un « *batteur transpire autant qu'un bûcheron et qu'un bassiste se fatigue autant qu'un boxeur* » — avec des fréquences cardiaques anormalement élevées et des risques importants pour l'organisme. Le *British Medical Journal* a mené une grande [enquête sur la mortalité précoce des rockstars](#) (45 ans aux Etats-Unis, 39 ans en Europe !) à cause des overdoses, des malaises cardiaques ou des cirrhoses du foie (une étude [concurrente](#) établit le pic de mortalité à 56 ans). On ne compte plus les annulations de concerts pour raisons médicales ([Joe Perry](#), d'Aerosmith, a été victime d'une crise cardiaque le 10 juillet dernier, William Sheller a [annulé](#) ses dates estivales, etc.) sans que le phénomène soit véritablement pris en considération — ou anticipé — par le milieu des musiques actuelles.

“Un corps qui souffre, c'est comme un instrument désaccordé.”

La prévention n'existe pas (ou très peu). L'association Médecine des arts (Montauban) et la Clinique du musicien (à Paris) accompagnent principalement des musiciens classiques. Les groupes, eux, ont longtemps manqué d'interlocuteurs (à l'exception des phoniâtres et ORL pour les chanteurs). « *L'absence de prise en considération du corps est criante chez les rockeurs* », constate Eric Dufour. Sollicité à l'origine par les Eurockéennes pour des massages de relaxation ou de récupération, le kinésithérapeute a très vite commencé à donner des conseils pratiques sur l'hygiène de vie ou la performance artistique. Se remettre des nuits trop courtes, des voyages en bus, de la malbouffe, gérer le trac ou les effets de l'exposition, etc. « *La plupart des plaintes sont liées aux conditions de voyage, souvent sommaires, à l'accumulation de dates de concerts.* »

Il a publié une première étude dans le magazine *Médecine des arts* à partir du témoignage de 221 musiciens et prépare une enquête de santé de plus grande ampleur dont il dévoilera le contenu lors d'un colloque dédié, à Audincourt (Doubs), en avril 2017. En attendant, il accompagne des artistes le temps d'une formation — il intervient notamment pour [Le Moloco](#) (pays de Montbéliard) ou pour [le Fair](#) — donne des conseils à des musiciens émergents comme Mesparrow ou Flavien Berger et suit sur la durée le jeune groupe [Last Train](#), comme il le ferait avec un sportif de haut niveau (avant de soigner les rockeurs, Eric Dufour a été le kiné de l'Equipe de France de baseball de 1987 à 1998).

Il peut donner des conseils pratiques (Comment décharger les instruments du camion ? Comment limiter les courbatures ? Quels exercices de respirations sont les plus appropriés ? Comment concilier grossesse et tournée ?) ou remettre tout simplement le corps en état. « *Un*

corps qui souffre, c'est comme un instrument désaccordé. Corriger la posture ou le centre de gravité d'un guitariste peut avoir une incidence sur la dextérité de ses doigts et même sur le son qu'il produit. Le corps doit être dans les meilleures dispositions pour ressentir les choses avec justesse, avant de restituer cette émotion au public. »

“Redonner au corps l'importance qui lui revient dans le processus artistique.”

Eric Dufour est intarissable sur les livres du spécialiste en neurosciences Antonio Damasio (*L'Erreur de Descartes, Spinoza avait raison*, etc.), qui défend le rôle des émotions (et du corps) dans la prise de décision. Il répète qu'il est urgent de « *redonner au corps l'importance qui lui revient dans le processus artistique* ». Pour permettre aux groupes de vivre le concert au mieux, sans couac ni sortie de route. Il espère maintenant « *sensibiliser* » l'entourage des musiciens : tourneurs, managers, producteurs, régisseurs, etc.

« Beaucoup de groupes explosent en vol après deux ou trois albums. Le risque de dépression est important, lié aux conditions de vie, de création, de représentation. Nous, nous intervenons pour les aider à résister dans la durée. La durée d'une tournée, puis celle d'une carrière. »

- [Musiques](#)
- [rock](#)
- [santé](#)