



TRAJECTOIRE

DENTISTES
ET ***sportifs***
de haut niveau

Par Hadrien Donnard

IL Y A UNE VIE APRÈS LE CABINET – OU À CÔTÉ ! PORTRAITS
DE DENTISTES QUI POURSUIVENT LEUR CARRIÈRE D'ATHLÈTE
ET TROUVENT **UN ÉQUILIBRE ENTRE LEURS ACTIVITÉS,
PROFESSIONNELLE ET SPORTIVE.**

Medhi Benaïssa,

Champion du monde de Yoseikan budo, en cinquième année à la faculté de chirurgie dentaire de Lille

Initié dès l'âge de 2 ans et demi par son père au Yoseikan budo, un art martial japonais développé à la fin des années 1960, Medhi Benaïssa n'a eu de cesse depuis d'accumuler les médailles. Huit fois champion de France, champion d'Europe à 19 ans et champion du monde à 21 ans, il a également remporté plusieurs Open internationaux et un Open interdisciplines. Le tout, en parallèle de ses études en chirurgie dentaire à l'université de Lille !

Sa PACES en poche, il intègre la deuxième année en 2016 et s'entraîne deux fois par semaine, tous les soirs en période de compétition, à son dojo d'Ostricourt à 20 km de Lille. Arrivé en quatrième année, avec l'externat en clinique, il ralentit

le rythme : « Il a fallu que je fasse un choix, j'ai alors privilégié mes études. J'ai levé le pied avec les compétitions - d'autant que j'ai déjà eu un certain nombre de blessures - pour pouvoir exercer pleinement mon métier de chirurgien-dentiste ». Il continue néanmoins de s'entraîner, enseigne le Yoseikan budo dans un club voisin et participe encore à quelques compétitions. Il devrait participer en avril au championnat de France... s'il se remet d'une blessure reçue lors de l'Open international de Full contact. À terme, Medhi Benaïssa compte arrêter complètement les compétitions pour se consacrer entièrement à la dentisterie. « J'ai atteint les objectifs que je m'étais fixé



© Elise Bezels

dans les compétitions de Yoseikan. Je vais donc continuer de me former pour travailler en tant que chirurgien-dentiste et, en parallèle, j'aimerais ouvrir un dojo afin de transmettre ce que j'ai appris au cours de ma carrière sportive. »

Dr Fabrice Évrard,

Marathonien star de Martigues

Une vie sans sport est tout simplement inimaginable pour Fabrice Evrard ! Il termine la fac de Montpellier en 2007 et commence sérieusement la course à pied en 2009. Dès 2010, exerçant déjà en cabinet, il participe à sa première compétition. Au marathon de New York, en 2016, il arrive 21^e et 1^{er} Français. En octobre 2019, il termine deuxième au semi-marathon d'Amsterdam.

La course à pied présente pour lui un avantage non négligeable, à savoir que cela ne mobilise pas beaucoup de temps : « Je peux faire mes entraînements à midi

ou le soir sans problème, cela ne représente pas une contrainte importante ». Il questionne beaucoup ses patients sur leur vie sportive. « Ceux qui pratiquent le sport à un certain niveau ont certaines affections dentaires, notamment des occlusions qui ont un impact direct sur les positions du corps et peuvent en avoir aussi au niveau de la traumatologie », témoigne-t-il. « À un moment donné, l'âge aidant, je devrais arrêter de chercher le chrono, même si je prendrai toujours autant de plaisir à courir. » En attendant, plusieurs semi-marathons sont au programme



en 2020 et notamment un grand marathon le 6 décembre à Valence, en Espagne. Solutions Cabinet dentaire suivra ses résultats de près !





Né dans une famille de sportifs, son père l'initie au surf tout petit sur les plages basques. Le virus le pique et, depuis, Julien Molia surfe dès qu'il a un moment de libre. Quelques compétitions locales lui ont permis d'avoir un sponsor jusqu'à ses 18 ans, avant qu'il parte à Toulouse pour ses

Dr Julien Molia, Surfeur à Saint-Jean-de-Luz

études dentaires. Son diplôme en poche, il installe son cabinet à Saint-Jean-de-Luz en 2010.

« Je pratique le surf dans les petites et les grosses conditions, du stand up paddle, du surf foil, tout ce qui peut me vider l'esprit après une bonne semaine de boulot, raconte-t-il. Avec un ami, nous guettons les cartes météo pour traquer les gros swells européens de novembre à avril. » Il ne s'est pourtant jamais considéré comme un surfeur professionnel car, lorsqu'il a commencé les compétitions, le surf était encore très peu médiatisé et il ne souhaitait pas empiéter sur ses études.

Les entraînements sont souvent

le soir ou le week-end. Le cabinet est prioritaire mais il lui arrive parfois de reporter une journée quand de bonnes conditions sont annoncées. Julien Molia se pose toujours avant d'agir, que ce soit pour analyser un spot de surf ou une situation clinique. Cet état d'esprit le guide pour prendre les bonnes décisions au bon moment. « Dans le milieu du surf, on dit « right time, right place » ! Je pense qu'il est important aussi d'être conscient de ses limites, et ne pas se lancer dans une technique qu'on ne maîtrise pas ou dans une session trop dangereuse. »

Dr Émilie Sornay

Danseuse-acrobate aérienne dans le Var

Amoureuse de la danse depuis son plus jeune âge, elle poursuit son rêve durant ses années de lycée à l'académie de danse Princesse Grace de Monaco. Elle découvre les arts du cirque à 20 ans et se forme alors en tissu aérien, puis en corde et sangles.

Durant ses études, l'emploi du temps d'Émilie est très chargé. « J'avais mes cours la journée et j'allais aux entraînements le soir et parfois sur l'heure du déjeuner, à l'époque j'étais à l'opéra de Nice. » À la fin de ses études, elle fait des remplacements dans des cabinets afin de poursuivre la danse... jusqu'à ce qu'elle doive se faire opérer de la main. « Ce fut quelque peu difficile pendant un

an, période à l'issue de laquelle j'ai passé ma thèse - donc deux ans après la fin de mes études. » Elle présente sa thèse en 2016 à l'université de Nice Sophia-Antipolis avec comme thème l'« évaluation de l'état bucco-dentaire dans une population de danseurs et circassiens ». « Les danseurs ont des habitudes alimentaires qui jouent beaucoup sur leur santé bucco-dentaire. On constate chez eux une grande consommation de jus de citron qui entraîne une forte érosion des dents », pointe-t-elle.

Depuis deux ans Émilie Sornay est collaboratrice dans un cabinet à Lorgues et monte ses spectacles qui sont proposés dans la région varoise. « Le fait d'être aujourd'hui



en libéral me permet d'être assez libre de mes horaires. À voir comment cela évoluera, mais il est vrai que les acrobates ont une carrière assez courte », conclut-elle. →

Dr Jérôme Gallion

Légende du Rugby club toulonnais

Il a été un des demis de mêlée mythiques du rugby à XV : champion de France en 1987, finaliste du championnat de France en 1985 et 1989, finaliste du challenge Yves du Manoir en 1983, sacré une



fois « Meilleur Joueur du Monde », trois fois « Oscar d'Or » du « Midi Olympique » et trois fois « Soulier d'Or » ! Jérôme Gallion a effectué l'ensemble de sa carrière sportive au Rugby club toulonnais, de 1975 à 1989, et a été sélectionné 27 fois en équipe de France, de 1978 à 1986. Et, lorsque le rugby devient un sport professionnel en 1995, il s'est occupé de trouver des partenaires financiers à son club dont il devient président en 2000. Trois ans plus tard, il quitte la présidence après avoir redressé financièrement le club et restructuré son administration. Le rugby est une affaire de famille puisqu'ont également joué dans le même club ses deux frères,

Bertrand et Christophe. Et il travaille en cabinet avec ce dernier. « À l'époque nous pouvions concilier nos deux activités, il y avait beaucoup moins d'entraînements qu'aujourd'hui. Je prenais un plaisir incroyable à pratiquer le rugby mais je revenais avec autant de plaisir au monde dentaire, car cela me coupait du sport. » Il faut dire que la pratique d'un sport aussi sollicitant que le rugby engendre une fatigue physique certaine, alors qu'au cabinet il s'agit plutôt d'une fatigue nerveuse. Pour Jérôme Gallion, il est indispensable d'avoir une activité annexe, qu'elle soit sportive, artistique ou autre. « Un dérivatif est nécessaire pour se défouler et se régénérer. »

« Les dentistes ont la volonté de faire le mieux possible »

Jean-Nicolas Billot est golfeur professionnel. Il participe à des tournois de 1999 à 2016 jusqu'à être numéro 15 français. Il revendique aujourd'hui le titre de coach sportif, notamment auprès de dentistes.

• Y a-t-il une spécificité propre



aux dentistes en tant que joueurs de golf ?

Il y a en effet un trait commun à cette profession, à savoir que tous ont une volonté très forte de faire le mieux possible tout en gardant l'aspect ludique du sport, donc en étant indulgents envers eux-mêmes en cas de raté. C'est une population qui peut être un peu particulière. De par mon caractère, ma personnalité, j'arrive à les canaliser, mais autrement ils pourraient prendre le dessus comme s'ils étaient à leur cabinet. Cela part, là encore, de leur volonté de bien faire.

• Vous allez les coacher lors du Dental Master en octobre prochain à l'île Maurice ?

J'ai remarqué qu'il n'y avait pas d'événement pour les dentistes.

L'idée est donc de leur proposer une compétition de golf qui leur soit dédiée avec des intervenants métier, afin d'allier travail et plaisir, toujours dans un esprit de performance.

Je souhaite naturellement que cette aventure perdure dans le temps, au-delà de cette première édition qui se présente on ne peut mieux en termes d'inscriptions et de sponsors. Dans l'idéal, j'aimerais que le vainqueur d'une édition remette son titre en jeu l'année suivante. Cela renforcerait encore plus l'implication des participants dans l'histoire de cet événement qui leur est spécifiquement consacré.