



# Évaluation de l'effet de la MicroKinésithérapie en milieu sportif

*Pour évaluer les résultats obtenus par la kinésithérapie, il est possible d'utiliser différentes méthodes. L'idéal serait le double aveugle comme pour les médicaments, mais nous savons qu'il est difficile de trouver des populations homogènes, de faire des placebos et de trouver quelqu'un de « neutre » pour évaluer les résultats surtout lorsque l'on travaille en libéral.*

L'étude présentée a été effectuée en milieu sportif en prenant en compte simplement comme critère objectif, le nombre de jours d'absence aux matchs et aux entraînements après blessure sur les joueurs d'une équipe de basket jouant en national 3. L'équipe est celle de Saint Vallier et l'étude a été réalisée entre 1992 et 1995.

## Objectif de l'étude

La microkinésithérapie peut-elle diminuer le nombre d'accidents et permettre une

récupération plus rapide lorsqu'ils se produisent ?

## Méthodologie

Les 8 joueurs composant l'équipe de nationale 3 de Saint Vallier vont être suivis en microkinésithérapie pendant 3 années consécutives.

Chaque accident qui a lieu pendant les matchs ou les entraînements est noté sur les feuilles de présence par l'entraîneur.

Le diagnostic est fait par le médecin responsable de l'équipe, le Docteur C., qui examine le blessé.

Tous les joueurs sont convoqués pour les matchs et les entraînements.

Chaque absence pour motif d'accident ou de maladie est noté par l'entraîneur et le directeur du club.

## Suivi en Microkinésithérapie

Il est assuré par N.G., kinésithérapeute à Tain l'Hermitage, formé en microkinésithérapie. Il est effectué à deux niveaux :

- à titre préventif à raison de 2 séances par mois environ au cours de l'entraînement. Les joueurs sont ainsi contrôlés régulièrement, ce qui prend environ une heure pour les 8 joueurs;
- à titre thérapeutique, selon les besoins en fonction des blessures.

## Résultats

Ils sont donnés par saisons. N1 = Nombre de jours d'absence aux entraînements.

N2 = Nombre de jours d'absence aux matchs officiels.

## En résumé :

1991/1992, avant la microkinésithérapie, on note 6 accidents qui ont occasionnés pour l'ensemble des 8 joueurs :

- 15 jours d'absence pour les matchs ;
- 32 jours d'absence lors des entraînements .

Ces résultats sont très voisins des statistiques nationales.

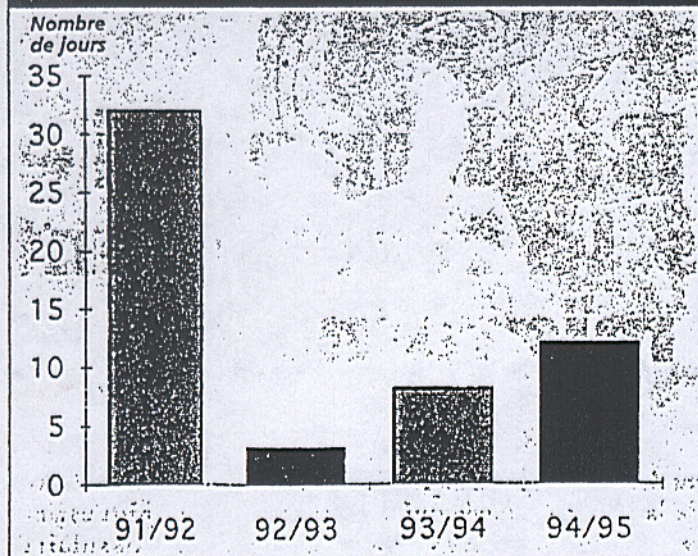
## Saison 1991/1992

ACCIDENTS		N1	N2
M	Entorse cheville Dorsalgie	12	6
ED	Entorse cheville	6	2
P.P.	Entorse cheville	6	3
K	Néant	0	0
P.B.	Néant	0	0
N.P.	Entorse cheville	2	1
T.D.	Déchirure dorsale	6	3
T.B.	Néant	0	0
TOTAL		32	15

1992/1993, 3 accidents occasionnant 0 jour d'absence pour les matchs. Sur 420 convocations, 3 jours d'absence aux entraînements. L'équipe est classée troisième en Nationale 3.



## Nombre de jours d'absence aux entraînements



### Saison 1992/1993

ACCIDENTS		N1	N2
M	Néant	0	0
E.D.	Dors. Cheville	2	0
P.P.	Néant	0	0
K	Doul.	1	0
P.B.	Néant	0	0
N.P.	Fracture pouce Match militaire Saison finie	0	0
T.D.	Néant	0	0
T.B.	Néant	0	0
TOTAL		3	0

1993/1994, 4 accidents :

- 0 jour d'absence aux matchs ;
- 8 jours d'absence aux entraînements sur 420 convocations.

L'équipe termine troisième en Nationale 3.

### Saison 1993/1994

ACCIDENTS		N1	N2
P.C.	Dors. Lomb.	3	0
N.P.	Néant	0	0
T.D.	Douleur lombaire	2	0
T.B.	Pouce	1	0
R.C.	Néant	0	0
P.F.	Cheville	2	0
P.M.	Néant	0	0
D.H.	Néant	0	0
TOTAL		8	0

1994/1995, 6 accidents :

- 0 jour d'absence aux matchs ;

- 12 jours d'absence aux entraînements.

Les jours d'entraînement sont passés de 2 à 3 par semaine soit 798 convocations. L'équipe termine première, monte en Nationale 2, est championne de France.

### Saison 1994/1995

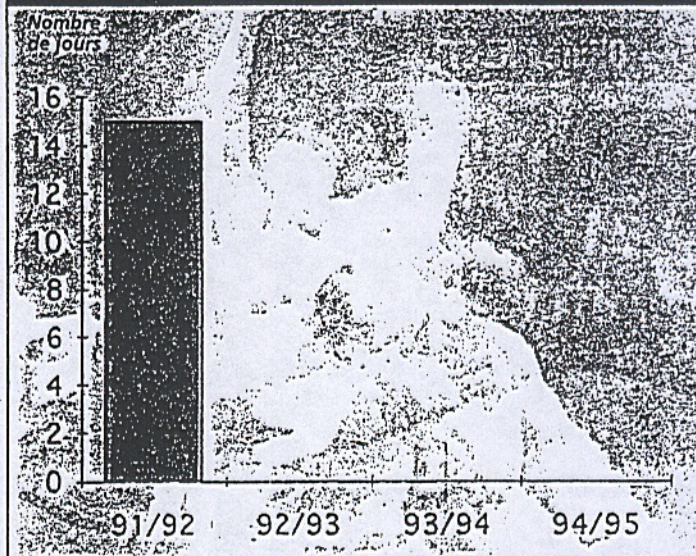
ACCIDENTS		N1	N2
N.P.	Lombaires	2	0
T.D.	Mollet Lombaires	3	0
T.B.	Pouce	1	0
R.C.	Cheville Cuisse inter.	3	0
P.F.	Doul. cheville	1	0
P.M.	Doul. genou Doul. lombaires	2	0
D.H.	Néant	0	0
TOTAL		12	0

## Conclusions

Cette étude statistique permet de conclure :

- à l'effet prophylactique de la microkinésithérapie puisque le nombre d'accidents a diminué;
- à l'effet thérapeutique de cette technique. La récupération après blessure a été beaucoup plus rapide puisqu'aucun joueur n'a manqué de match pour cause de blessure et ceci pendant 3 années consécutives. ●

## Nombre de jours d'absence aux matchs



## Bibliographie

Grosjean D.- Bénini P. : La micropalpation, base de la microkinésithérapie, 2<sup>e</sup> édition, C.F.M., 1999.

Grosjean D.- Bénini P. : Traité Pratique de Microkinésithérapie :  
TOME 1 : les ensembles musculaires, 2<sup>e</sup> édition, C.F.M., 1996  
TOME 2 : le système nerveux, C.F.M., 1987  
TOME 3 : les cicatrices pathogènes, C.F.M., 1998

## LA MICROKINESITHERAPIE

Une technique de massage adoptée par 4000 kinés français et européens.

Une technique manuelle, qui a pour **BUT D'ANNULER** dans le corps les événements déstabilisants et de permettre ainsi l'**AUTOGUERISON**.

Formation de base en trois fois deux jours suivie d'une révision avec passage du Certificat de Compétence (par soins sur patients).

**NOMBREUSES FORMATIONS** dans toute la France, en Belgique, en Italie, en Espagne et en Suisse.

Pour tout renseignement :

**C.F.M.**

Maisonville - 54700 PONT-A-MOUSSON  
Tél. : 03.83.81.39.11 / Fax : 03.83.81.40.57

Internet : <http://www2.microkinesitherapie.com>