



# SFMKS Newsletter

N°10

Bonjour à tous,

**Le 41<sup>ème</sup> Congrès Scientifique aura lieu cette année à LILLE (59) le 5 Novembre 2011 et aura pour thème « Posture et Sport »**

Quelques rappels :

- **Le 28 Mai 2011** se tiendra au Palais des Congrès d'ARLES (13) KINE'RENCONTRE 2011
- La SFMKS organise également deux nouvelles formations
  - **05 au 10 septembre 2011** Formation expert en kinésithérapie du sport de montage (DORRES 66)
  - **12 au 14 septembre 2011 et 03 octobre au 04 octobre 2011** Formation de formateur en kinésithérapie du sport (Toulouse 31)

Pour Renseignement/Inscription auprès de Mr CARCY Jean-Paul  
[carcy-jean-paul@wanadoo.fr](mailto:carcy-jean-paul@wanadoo.fr) 06 07 85 87 70 ou [sfmks@free.fr](mailto:sfmks@free.fr)

- Certificat d'Etudes Complémentaires en Kinésithérapie du Sport au CREPS de BOURGES (18)  
Renseignement auprès de Mr DORIE Patrick  
[patrick.dorie@wanadoo.fr](mailto:patrick.dorie@wanadoo.fr) 06 12 02 85 36 ou [sfmks@free.fr](mailto:sfmks@free.fr)

## Agenda :

- 26 Mai 2011  
**Clinic Médico-Sport**  
La Lombosciatique  
GRENOBLE (38)  
Renseignements : Marie-Line  
04.72.83.66.83 <mailto:mld@pm-action.com>  
<http://www.medico-sport.com/>

- 08-10 Juin 2011  
**Handica 2011**  
 LYON-EUREXPO (69)  
 Renseignements : [www.handica.com](http://www.handica.com)
- 09 Juin 2011  
**Clinic Médico-Sport**  
 Les Tendinopathies  
 MULHOUSE (68)  
 Renseignements : Marie-Line  
 04.72.83.66.83 <mailto:mld@pm-action.com>  
<http://www.medico-sport.com/>
- 23 Juin 2011  
**Clinic Médico-Sport**  
 Les Atteintes Articulaires  
 CAEN (14)  
 Renseignements : Marie-Line  
 04.72.83.66.83 <mailto:mld@pm-action.com>  
<http://www.medico-sport.com/>

## Rappel des soirées ROK

### 26 Mai 2011

Prothèses de genou « sur mesure » et reconstructions du LCA assistées par ordinateur  
 Espace Médical Vauban PARIS  
 Renseignements : 01.43.44.05.04  
[ml.bloch@wanadoo.fr](mailto:ml.bloch@wanadoo.fr)

### 23 Juin 2011

Lésions traumatiques et post-chirurgicales des ischio-jambiers  
 Espace Médical Vauban PARIS  
 Renseignements : 01.43.44.05.04  
[ml.bloch@wanadoo.fr](mailto:ml.bloch@wanadoo.fr)

## Publications :

### **1. Gender and eccentric training in Achilles mid-portion tendinopathy**

Knobloch K, Schreibmueller L, Kraemer R, Jagodzinski M, Vogt PM, Redeker J. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc.* 2010 May;18(5):648-55. Epub 2009 Dec 9.

L'hypothèse de cette étude était que les hommes et les femmes réagissaient de la même manière

à un protocole de 12 semaines de travail musculaire excentrique « type Stanish ». 75 patients (25 femmes 38 hommes) présentant tous une tendinopathie d'Achille corporéale ont été évalués après les 12 semaines de travail excentrique selon plusieurs critères: l'EVA, le FAOS ( foot ankle outcome score) et la Saturation tendineuse en O2.

Résultats: - 44% des hommes ont eu une diminution de leur EVA

- 27 % des femmes ont eu une diminution de leur EVA
- le FAOS était nettement amélioré chez les hommes.
- L'oxygénation tendineuse était équivalente chez les hommes et les femmes.

Les auteurs concluent donc que l'intérêt d'un protocole de renforcement musculaire excentrique dans le cadre d'une tendinopathie corporéale d'Achille est nettement bénéficiaire aux hommes.

Au total article intéressant qui doit également nous amener à réfléchir sur l'intérêt d'un renforcement musculaire excentrique préventif des tendinopathies d'Achille chez les sportives.

## **2. Are ultrasound, laser and exercise superior to each other in the treatment of subacromial impingement syndrome? A randomized clinical trial.**

H.T. Calis, N. Berberoglu, M. Calis. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, Vol. 47. 2011.

Le conflit sous acromial est la cause la plus fréquente des douleurs d'épaule. Le but de cette étude était de déterminer et comparer l'efficacité des ultrasons, du laser et des exercices dans le traitement de cette pathologie. Elle a été effectuée sur 52 patients. Ils sont répartis de manière aléatoire en 3 groupes. Ils sont traités 5 jours par semaine pendant 3 semaines par soit :

- Pack chaud+ultrasons+Exercices
- Pack chaud+laser+Exercices
- Pack chaud+Exercices

avec contrôle en pré et post traitement des amplitudes articulaires, de la douleur (par Echelle Visuelle Analogique) par le score fonctionnelle de Constant.

Les résultats de cette étude ont démontré que les traitements par ultrasons, laser et exercices ont amélioré de manière significative les paramètres indicateurs d'amélioration. Pour les auteurs, le traitement par exercice doit composer la base du traitement conservateur.

## **3. Effect of vibration treatment on symptoms associated with eccentric exercise-induced muscle damage.**

W. Y. Lau, K. Nosaka. *American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation* 2011.

L'objectif de cette étude est de tester l'hypothèse que le traitement par vibrations réduit les douleurs musculaires d'apparition retardée, l'œdème et améliore récupération de la fonction musculaire après l'exercice excentrique. Une étude croisée randomisée a été utilisée. Quinze jeunes hommes effectuent dix séries de six contractions excentriques maximales des fléchisseurs du coude avec le bras droit pour une occasion et le bras gauche pour d'autres occasions séparées de 4 semaines. Un bras a reçu un traitement de vibration de 30-minutes après 30 minutes et 1, 2, 3 et 4 jours après l'exercice (groupe de traitement), et l'autre bras ne reçoit aucun traitement (groupe témoin).

L'ordre du traitement et des conditions de contrôle ainsi que de l'utilisation du bras dominant et non dominant a été contrebalancée chez les sujets.

Ces résultats ont montré que le traitement par vibrations a été efficace pour atténuer les douleurs musculaires d'apparition retardée et pour la récupération des amplitudes après l'exercice excentrique intense. Mais ce traitement n'a pas d'effet sur l'œdème, la récupération du muscle force ainsi que sur l'activité de la créatine kinase sérique.

*Ont participé à l'élaboration de ce numéro : F.Lagniaux, A.Guillier, S. Martinon*