

La réathlétisation après entorse latérale de cheville bénigne en milieu militaire

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : La réathlétisation après entorse latérale de cheville bénigne en milieu militaire : recommandations formalisées par méthode Delphi d'une reprise sportive progressive et encadrée jusqu'au retour à l'activité opérationnelle sans restriction / par Nina Cherencq ; Co-Directeurs de thèse, Madame le Médecin en Chef Alexandra Henrionnet-Malgoyre et Monsieur le Médecin en Chef Tanguy Malgoyre

Est une reproduction de : La réathlétisation après entorse latérale de cheville bénigne en milieu militaire recommandations formalisées par méthode Delphi d'une reprise sportive progressive et encadrée jusqu'au retour à l'activité opérationnelle sans restriction par Nina Cherencq 2021

Auteur(s) : Cherencq, Nina (1995...)

Autre(s) auteur(s) : Malgoyre, Alexandra (1974-....)
Université de Bordeaux 2014-....

Description matérielle : 1 vol. (157 p.) : ill. ; 30 cm

Note sur les bibliographies et les index : Bibliogr. p.64-70 (106 réf.). Annexes

Note de thèses et écrits académiques : Thèse d'exercice Médecine générale Bordeaux 2021

Résumé ou extrait : L'entorse de cheville est fréquente dans la population sportive ou militaire. Avec un haut taux de récurrence, elle génère beaucoup d'indisponibilités dans les armées. Les formes bénignes requièrent un repos sportif de 21 jours et de la kinésithérapie, puis le patient est autorisé à reprendre le sport. Or après un arrêt sportif prolongé, il existe un déconditionnement cardio-respiratoire et musculaire avec une perte de performance dans le geste sportif. La reprise doit donc être progressive et encadrée pour limiter les risques de nouvelles blessures. C'est ce qui est demandé dans les armées depuis 2013 mais peu d'unités proposent cette reprise car elles rencontrent des difficultés d'organisation, de temps et de compétences. Ce travail a élaboré un protocole de reprise après une entorse de cheville bénigne selon la méthode Delphi proposée par la HAS pour établir des recommandations de bonnes pratiques s'il existe peu de littérature sur le sujet. Après une analyse et synthèse de la littérature, une fiche initiale a été proposée à un comité pluridisciplinaire pour évaluer sa pertinence et sa faisabilité. Après analyse des retours, la fiche a été modifiée puis de nouveau soumise au comité pour aboutir à une fiche finale consensuelle. Au terme de l'élaboration, 4 fiches types sont proposées pour guider tous les acteurs à la mise en place des reprises encadrées : un certificat pour le commandement, un certificat de non-contre-indication et une fiche sur les principes de la reprise pour les moniteurs ainsi qu'une fiche d'auto-suivi. Des conseils ont été formulés pour simplifier l'examen médical, l'identification des facteurs de risque

d'entorse et guider les moniteurs sportifs sur la progressivité notamment par des tests terrain. Elles seront mises à disposition des médecins et moniteurs de sport des armées. Outre les fiches, ce travail a permis de valider une méthode adaptée aux armées pour développer des recommandations pour de futures fiches sur d'autres pathologies.

Sujet - Nom commun : Entorses et foulures

Cheville

Sports

Réadaptation

Forces armées françaises

Médecine du sport

Médecine militaire

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Thèses et écrits académiques