

V. D. Hapanovich

LES PROBLEMES DE LA PRATIQUE DE L'ANATOMIE DU SPORT

Le chef du travail scientifique MCF Z. F. Korneva

*Chaire des langues étrangères,
Université médicale d'État du Bélarus, Minsk*

V. D. Hapanovich

THE PROBLEMS OF PUTTING KNOWLEDGE IN ANATOMY TO USE IN SPORT

Tutor Associate Professor Z. F. Korneva

*Department of foreign languages,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Résumé. À présent il est impossible d'imaginer notre vie sans pratiquer le sport. Cependant, autant que nous le sachions, le traumatisme est très courant dans le sport. Donc, il y a des professionnels de santé qui ne manquent pas d'initier les sportifs à l'anatomie du sport. A mon avis, c'est absolument l'étude de la physiologie sportive qui permet au sportif d'éviter des accidents et aide à faire des progrès importants dans leur carrière sportive.

Mots clefs: blessures de sport, l'anatomie du sport, la dislocation de l'épaule, les blessures du poignet, la protrusion des vertèbres.

Resume. Nowadays we cannot imagine our life without sport. Everybody knows, that doing sports without getting injured is almost impossible. In my opinion, basic knowledge in anatomy will help either professional sportsmen or common people who lead a healthy lifestyle to protect themselves from undesired injuries and climb up the career ladder, if we are talking about professional sport.

Keywords: sports-related injury, anatomy in sports, shoulder slip, wrist injury, vertebrae protrusion.

L'objectif de la recherche. Est de révéler les principes de l'anatomie du sport afin de leur vulgarisation scientifique ultérieure auprès de la population de la République de Biélorussie et de leur enseignement.

Objectifs de la recherche: recueillir des données statistiques concernant les blessures chez les athlètes et leurs compétences anatomiques

Passer en revue les blessures les plus fréquentes et déterminer la raison de leur fréquence (selon le sport)

Élaborer un projet de formation de l'anatomie du sport pour la communauté sportive

L'objet de recherche: est des sportifs et des humains qui pratiquent le sport au Belarus afin de maintenir une condition physique idéale. Notre recherche est axée sur l'incompétence de nos contemporains dans la matière de l'anatomie du sport.



Diagr. 1 - Le questionnaire aux athlètes



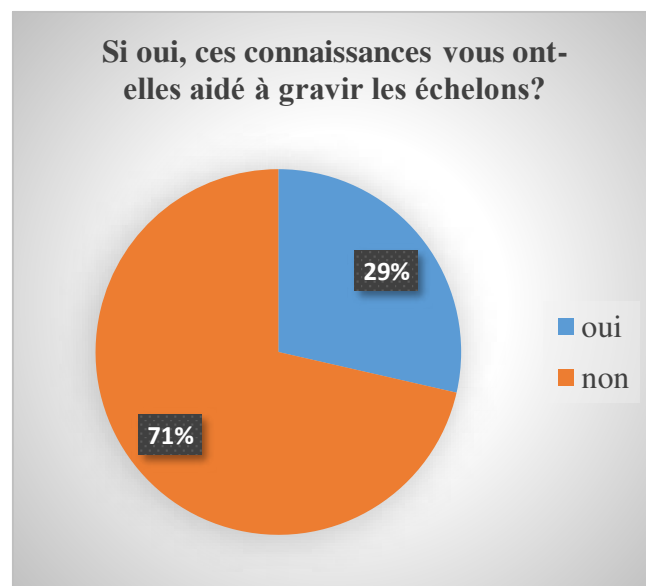
Diagr. 2 - Le questionnaire aux athlètes

Afin de recueillir et d'analyser des données statistiques, nous avons mené notre enquête auprès des athlètes âgés de 16 à 23 ans sur le réseau social Instagram. Les résultats de l'enquête sociale réalisée sont présentés ci-dessous (Diagr.1, diagr.2, diagr.3, diagr.4, diagr. 5).

Après avoir recensé les cas de blessures subies par nos athlètes au cours des activités sportives, nous avons pu rédiger la liste de maladies suivante : hernie, arthrite, fracture non disloquée, fracture disloquée, rupture de deux ménisques du genou, fracture du tibia, rupture de ligaments et de tendons, distensions, maladie de Schlatter.



Diagr. 3 - Le questionnaire aux athlètes



Diagr. 4 - Le questionnaire aux athlètes



Diagr. 5 - Le questionnaire aux athlètes

L'analyse des résultats. De l'enquête réalisée permet de voir que les athlètes n'ont pas recours aux bases de l'anatomie du sport même s'ils les connaissent. Il y a quand même ceux qui ont mis à profit leurs connaissances de l'anatomie ce qui les a aidés à éviter des risques professionnels et à faire progresser leur carrière. Il existe certainement des cas où le traumatisme s'était produit à cause des actions de l'adversaire.

Chapitre 2. Blessures des membres supérieurs et du dos des athlètes

2.1. La dislocation et la subluxation de l'articulation de l'épaule

La dislocation et la subluxation de l'articulation de l'épaule est le déplacement total ou partiel (subluxation) de la tête de l'humus (Caput Humeri) à partir de la cavité articulaire noigleis scapulae (Cavitas glenoidales scapulae). Elles sont plus fréquentes chez les joueurs de volleyball et de basketball avec un lancer puissant, c'est-à-dire chez les sportifs qui pratiquent un déplacement d'un bras trop fort. Il n'y a qu'un seul ligament qui est lié à cette articulation : le ligament bec-épaule (lig. Coracobrahialis). La tête humérale est subluxée le plus souvent en avant parce que l'articulation n'est fixée qu'à partir du haut et que l'articulation est la partie la plus mobile dans le corps. Lorsqu'il s'agit du renforcement des articulations, il faut y tenir compte du muscle deltoïde (m. Deltoideus), du ligament bec-acromial (lig. Coracoacromialis), du tendon long du biceps (tendo capitis longi m. Bicipitis).

Blessures du poignet. En cas de blessures du poignet, on pense normalement aux gymnastes sportives, aux joueurs de volleyball ainsi qu'aux joueurs de basketball. Mais si l'on ne s'intéresse qu'aux derniers, ceux-ci ont le plus souvent des articulations disloquées ou tordues. Les gymnastes ont le plus souvent une blessure du poignet. Il s'agit notamment de l'entorse ligamentaire, de la rupture du ligament, des contusions, des fractures de l'os du poignet et de la tendinite. Lorsque l'on met le doigt sur les blessures énumérées ci-dessus, c'est l'entorse et la rupture des ligaments qui doivent faire l'objet d'une attention particulière. Les dommages peuvent être expliqués par la structure. Les joints du poignet forment un ensemble d'articulations, dont chacune est renforcée par au moins deux ligaments. Pour les fractures du tendon, c'est le plus souvent des accidents domestiques que des blessures sportives.

Blessure du dos. Les blessures de la colonne vertébrale sont les blessures les plus courantes. Il s'agit des blessures telles qu'une fracture par compression de la colonne vertébrale, une hernie transversale et des disques transversaux.

La fracture de compression de la colonne vertébrale est une rupture des vertèbres (vertèbres) suivie de la contraction de la colonne vertébrale et de la diminution de leur hauteur. Ce type de blessure est fréquent chez les gymnastes (sauts de trampoline) et chez les athlètes (sauts à la perche). Ses causes sont liées à l'atterrissage sur les jambes droites ainsi qu'à la chute sur les fesses (blessure sportive); ou bien à un accident routier; à des catastrophes naturelles et industrielles; à la diminution de la résistance, à la rupture résultante de processus pathologiques (même dans de faibles charges physiques); à des fractures multiples (formation d'un vieux kiphose et de la bosse).

La protrusion est liée à l'état caractérisé par l'apparition de la protrusion non naturelle du disque tout en préservant son intégrité. Elle se manifeste souvent à la suite de la dystrophie dégénérative de la colonne vertébrale. En général, le disque intervertébral situé entre les corps de deux vertèbres ne dépasse pas leurs limites. En cas de diverses maladies (par ex. ostéochondrose), l'anneau de fibrose s'étire, ce qui conduit à la protrusion. L'usure des disques intervertébraux (ou bien la discopathie) affecte des athlètes pratiquant la gymnastique esthétique, sportive et artistique, ainsi que les patineurs.

Chapitre 3. Blessures des membres inférieurs subies par des athlètes

3.1. Blessures du genou

En cas de blessures des membres inférieur, ce sont des blessures des articulations du genou qui sont les plus courantes chez les athlètes. C'est justement sur cette pathologie acquise que nous porterons notre attention. Comme il a été mentionné ci-dessus, les athlètes interrogés ont nommé des blessures suivantes : la maladie de Schlatte, les ruptures de deux ménisques du genou, la dislocation de l'articulation du genou.

Maladie d'Osgood-Schlatter.

Maladie d'Osgood-Schlatter - ostéochondropathie du tibia.

L'âge des patients qui souffrent de la maladie d'Osgood-Schlatter varie de 10 à 29 ans, mais si l'on n'arrête pas d'exercices physiques à temps, le tissu osseux ne pourra jamais se rétablir. La probabilité de la maladie varie selon le sexe, et les hommes y sont davantage exposés. Les pratiques sportives telles que les jeux au basketball, au hockey, au football, au tennis, ou bien le kickboxing, le ski de montagne, le tourisme sportif, le judo, le sambo, le taikwondo, le karaté sont les facteurs de risque de la maladie d'Osgood-Schlatter. Les jeunes bien-portants y sont généralement exposés. À la fin du 20ème siècle, cette maladie a été considérée par des auteurs français comme «ostéose apophysaire» ou «ostéomyélite de croissance». Auparavant, des scientifiques danois et anglais considéraient la maladie en tant que périostite traumatique commune aux jeunes soldats et athlètes [4]. En cas de cette maladie, il est nécessaire d'arrêter immédiatement des exercices sportifs et de diminuer la marche. Les douleurs aux genoux peuvent parfois être tellement fortes qu'elles rendent presque impossible la marche.

La rupture du ménisque

La rupture du ménisque est une blessure causée par des amortisseurs jumelés en forme de C élastiques et fibreux, qui protègent le genou, assurent sa mobilité et équilibrent la charge pendant la marche. Une des causes principales de cette pathologie est le stress

traumatique observé durant l'activité sportive, principalement en raison de la dislocation ou de l'âge. Ce type de blessure du genou est courant chez les danseurs, chez les joueurs de basketball ou de volleyball.

Chapitre 4. Introduction des connaissances anatomiques dans la communauté sportive

À présent, l'UEEPB s'investit énormément dans l'initiation de la communauté sportive aux bases de l'anatomie du sport. La matière comme «anatomie humaine» fait partie du cursus proposé à toutes les facultés de l'université. L'apprentissage de l'anatomie du sport donne aux athlètes une vision de leurs exercices d'entraînement très différente. Le processus d'entraînement est alors repensé. Cependant, l'université accueille normalement des jeunes gens âgés environ de 17 ans ! Alors de jeunes athlètes qui subissent des blessures professionnelles, qu'est-ce qu'ils ont à faire dans ce cas? Un grand nombre d'enfants abandonnent le sport bien avant l'âge de la majorité. Je pense donc que nous devons mettre en place un projet de formation afin de généraliser les connaissances de l'anatomie du sport même à partir de l'enfance. Ainsi on pourrait leur faire voir des films éducatifs, partager des expériences personnelles, c'est-à-dire inviter des athlètes expérimentés et adultes à parler aux enfants. C'est parce que les enfants sont comme des éponges qui absorbent tout, qui mémorisent tout ce qu'ils voient. On pourrait faire voir des films qui diront non seulement de prendre soin de soi-même et de ne pas s'épuiser, mais ils vont également préciser que les connaissances anatomiques peuvent contribuer à faire des progrès importants dans leur carrière sportive et gravir les échelons. Cela permettra de réduire le nombre de blessures et d'augmenter le nombre d'athlètes qui puissent représenter notre République aux Jeux olympiques.

La conclusion:

1 Recueillir des données statistiques concernant les blessures chez les athlètes et leurs compétences anatomiques

2 Passer en revue les blessures les plus fréquentes et déterminer la raison de leur fréquence (selon le sport)

3 élaborer un projet de formation de l'anatomie du sport pour la communauté sportive

Pour conclure, on peut dire sans crainte que, lorsque nous passons en revue les blessures les plus fréquentes chez les sportifs il est certain que n'importe laquelle d'entre elles aurait pu être évitée.

La documentation

1. Пивченко, П. Г. Анатомия опорно-двигательного аппарата / П. Г.Пивченко, Н. А.Трушель, Д. В. Ковалева.- 2 изд. - Минск: БГМУ, 2011.

2. Гайворонский, И. В. Нормальная анатомия человека. В 2 т. Т. 1. Нормальная анатомия человека / И. В. Гайворонский.- 2 изд. – СПб.: СпецЛит, 2007.

3. Привес, М.Г. Анатомия человека / М.Г.Привес, Н.К.Лысенков, В. И. Бушкович. - 11 изд. - СПб: Гиппократ, 2001.

4. Maladie d'Osgood-Schlatter / Bernardo Vargas, Nicolas Lutz, Michel Dutoit, Pierre Yves Zambelli // Revue Médicale Suisse. – 2008. – №172. –pp. 2060-2063