Disponible en ligne sur www.sciencedirect.com
SCIENCE DIRECT®
Revue du Rhumatisme 73 (2006) 269–276
REVUE DU RHUMATISME
http://france.elsevier.com/direct/REVRHU/

Article original

Incidence et description des blessures engendrées par la pratique du karaté

Incidence and nature of karate injuries ◇

Claire Destombe, Laurent Lejeune, Yannick Guillodo, Anne Roudaut, Sandrine Jousse, Valérie Devauchelle, Alain Saraux *

Service de rhumatologie, CHU de Brest, hôpital de la Cavale-Blanche, 29609 Brest cedex, France

Reçu le 28 septembre 2004 ; accepté le 13 février 2005

Disponible sur internet le 05 juillet 2005

Résumé

***Objectifs.* –** Étudier l'incidence et décrire les caractéristiques des blessures engendrées par la pratique du karaté en club, ainsi que les facteurs qui peuvent l'influencer.

***Méthodes.* –** Cent quatre-vingt-six pratiquants de karaté dans trois clubs différents ont été inclus de septembre 2002 à juin 2003, à Brest dans une étude rétrospective. Un questionnaire a été soumis à chaque karatéka lui demandant de répertorier ses blessures survenues au cours de l'année passée (type, localisation, mécanisme, exercice pendant lequel est survenue la blessure, le nombre de jours d'arrêt des activités sportives et du travail, soins nécessaires). L'analyse a porté sur les « blessures » pour la description des atteintes et sur les « blessés » pour celle des facteurs de risques.

***Résultats.* –** Quarante-huit des 186 élèves se sont blessés (28,8 %), représentant 83 blessures (63 à l'entraînement et 20 en compétition), soit un taux annuel de 44,62 blessures pour 100 élèves. Les blessures ne sont pas plus fréquentes chez les hommes que chez les femmes, ni dans un club par rapport aux autres, alors que l'incidence augmente avec l'age, le nombre d'heures d'entraînement par semaine (3,6 ± 1,7 vs 2,9 ± 1,5 heures ; p : 0,001), le grade (ceintures marron et noires ; p : 0,015), et les années de pratique (blessés 7,3 ± 5,5 ans vs non blessés 5,1 ± 4,8 ; p : 0,03). Les blessures se répartissent en 43 (53 %) hématomes, 16 (19 %) entorses, sept (7 %) lésions musculaires, six (7 %) fractures, quatre (5 %) malaises, et sept (7 %) lésions diverses. Vingt-six (31,3 %) blessures ont entraîné un arrêt de 8 à 30 jours et plus des activités sportives. Enfin, la localisation de ces blessures est pour 22 (26,5 %) à la tête, huit (9,6 %) pour le tronc, 24 (28,9 %) le membre supérieur et 29 (35 %) pour le membre inférieur.

***Conclusion.* –** Les blessures sont relativement fréquentes, mais souvent bénignes, et surviennent plus rarement à l'entraînement qu'en compétition. Les blessures touchent principalement la face et les membres, et sont essentiellement observées chez ceux qui pratiquent le plus souvent et au plus haut niveau. La prévention paraît primordiale.
© 2005 Elsevier SAS. Tous droits réservés.

Mots clés : Blessures ; Karaté ; Entraînement

Keywords: Injuries; Karate; Training

1. Introduction

Le karaté, art martial très pratiqué en France, (environ 200 000 licenciés en France chaque année) du fait de son statut de sport de combat, peut être perçu comme un sport à risque voire dangereux. Plusieurs études [1–3] ont démontré un risque faible de blessures dans le domaine de la compétition par rapport à d'autres sports mais rares sont celles [1,4,5] qui concernent la pratique en club. Or, puisque la majorité du temps de pratique, et fréquemment la totalité, est consacrée à l'entraînement, il paraît utile de s'y intéresser. À l'aide d'une étude rétrospective sur un an concernant 186 pratiquants, nous avons étudié l'incidence et les caractéristiques des blessures engendrées par la pratique du karaté.

* Auteur correspondant.
Adresse e-mail : alain.saraux@univ-brest.fr (A. Saraux).
◇ Pour citer cet article, utiliser ce titre en anglais et sa référence dans le même volume de *Joint Bone Spine*.

1169-8330/$ - see front matter © 2005 Elsevier SAS. Tous droits réservés.
doi:10.1016/j.rhum.2005.02.008

2. Méthodes

2.1. Population étudiée

Cent quatre-vingt-six des 206 licenciés pratiquants de karaté dans les trois clubs brestois ont été interrogés sur la période de septembre 2002 à juin 2003.

2.2. Questionnaire

Les questionnaires ont été initialement obtenus par interrogatoire face à face, après distribution des questionnaires papiers que pouvaient lire les karatékas dans les clubs, au mois de juin 2003, période où se terminent les cours. Puis, à la fermeture des clubs, les sujets manquant et ceux dont le questionnaire paraissait incomplet ont été contactés par téléphone. Vingt n'ont pas pu être contactés.

Les informations ont été fournies soit par le pratiquant soit par les parents quand il s'agissait d'un enfant. C'est le même enquêteur qui a recueilli toutes les données (LL).

Le questionnaire permet de répertorier :

- des données personnelles (nom, club, âge, grade, nombre d'années de pratique, nombre d'heures d'entraînement par semaine pour la période de l'étude) ;
- et les blessures survenues au cours des neuf mois précédents (type, localisation, mécanisme, exercice pendant lequel est survenue la blessure, moment pendant lequel est survenue la blessure, [entraînement ou compétition] le nombre de jour d'arrêt des activités sportives et du travail, soins nécessaires).

La gravité des blessures a été évaluée en fonction du nombre de jours d'arrêt des activités sportives. Nous avons établi quatre niveaux de gravités :

- niveau 1 : pas d'arrêt des activités ;
- niveau 2 : arrêt moins de huit jours ;
- niveau 3 : arrêt de huit à 30 jours ;
- niveau 4 : arrêt plus de 30 jours ou nécessité d'hospitalisation, de la pose d'un plâtre, ou de soins chirurgicaux (sutures).

2.3. Statistiques

Nous avons analysé les résultats en utilisant le test du $\chi 2$ pour les comparaisons de proportions et le test de Mann et Whitney pour les comparaisons de rang.

3. Résultats

3.1. Caractéristiques de la population

Au total 186 (141 hommes et 45 femmes) des 206 inscrits dans les clubs brestois ont répondu au questionnaire. Le taux de réponse est de 90,29 %. La population interrogée se répartit en fonction de huit grades :

- Quarante-six (43 %) étaient ceinture blanche ou jaune (débutants) ;
- 80 (24,7 %) étaient ceintures orange, verte ou bleu (niveau intermédiaire) ;
- et 60 (32,3 %) ceinture marron ou noire (expérimentés).

La moyenne d'âge est de 19,6 ans ± 10,9 (de 6 à 53 ans). En moyenne les élèves se sont entraînés 3,17 heures par semaine (de 0,25 à 14 heures) et pratiquent le karaté depuis 5,8 ans ± 5,4 (de 1 à 35 ans).

3.2. Nombre de blessures

Quarante-huit des 186 élèves se sont blessés (28,8 %) représentant 83 blessures soit un taux de 44,62 blessures pour 100 élèves. Soixante-trois blessures sont survenues à l'entraînement soit 33,9/100 élèves et 20 lors de compétitions (10,7 %). Les blessés supportent en moyenne 1,72 blessure ± 1,02 (de un à cinq blessures) (Tableau 1).

La différence de l'incidence des blessés n'est pas significative selon le club et le sexe. La différence est en revanche significative pour :

- l'âge ($p < 0,04$) : les blessés sont plus âgés (age moyen de 18,6 ans ± 11,0) que les non-blessés (âge moyen de 22,4 ans ± 10,3) ;
- le grade ($p < 0,05$) : ce sont pour les grades expérimentés (ceintures noires et marron 39 %) que l'incidence des blessés est la plus importante (Tableau 2) ;
- le nombre d'heure d'entraînement ($p < 0,001$) : les blessés s'entraînent davantage (2,9 ± 1,5 heures par semaine), que les non blessés (3,6 ± 1,7 heures par semaine) ;

Tableau 1
Répartition des blessés selon le nombre de blessures subies

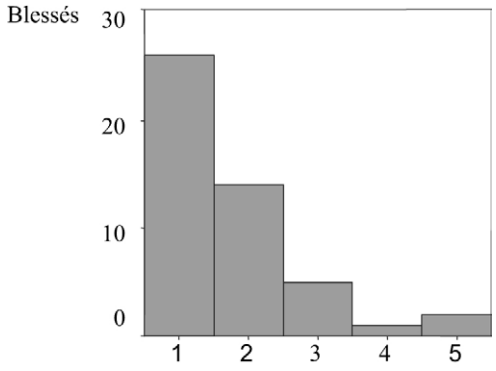

Tableau 2
Répartition des blessés et des blessures selon les grades en fréquence (nombre) et pourcentage (%) du groupe respectif

Grades	Non-blessés nombre (%)	Blessés nombre (%)	Blessures nombre (%)	Blessures entraînement nombre (%)
Blanche	17	2 (11)	6 (32)	2 (10,5)
Jaune	23	4 (15)	7 (26)	7 (26)
Orange	27	7 (21)	10 (29)	6 (17,6)
Vert	16	5 (24)	6 (29)	4 (19)
Bleu	20	5 (20)	7 (28)	6 (24)
Marron	14	**9 (39)**	**18 (78)**	**14 (60,8)**
Noir	21	**16 (43)**	**29 (78)**	**24 (64,8)**
Totaux	138	48	83	63

Download English Version:

https://daneshyari.com/en/article/3389079

Download Persian Version:

https://daneshyari.com/article/3389079

Daneshyari.com