



**Etude de cas :** blessure et réadaptation  
**Service :** médecine sportive

## 1 Données du patient



Age : 26 ans  
 Sexe : masculin  
 Taille : 1.82 m

Poids initial : 85.00 kg  
 BMI initial : 25.71 kg/m<sup>2</sup>  
 Poids final : 84.20 kg  
 BMI final : 25.42 kg/m<sup>2</sup>

## 2 Antécédents médicaux / diagnostic

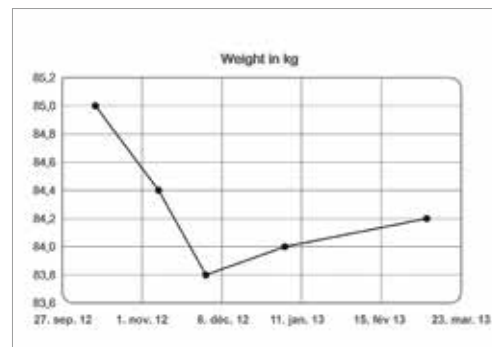
Un footballeur professionnel de 26 ans a subi une déchirure du tendon d'Achille pendant un match de championnat. Suite aux examens médicaux initiaux, il a été décidé de procéder à une réadaptation traditionnelle avec plusieurs semaines de repos au regard de la gravité de la blessure. Les traitements de physiothérapie ainsi que de récupération ont été contrôlés régulièrement à l'aide du seca mBCA.

## 3 Graphiques représentant les valeurs mesurées

### Poids

Le poids n'a pas subi de modification significative au cours des 5 mois de repos forcé.

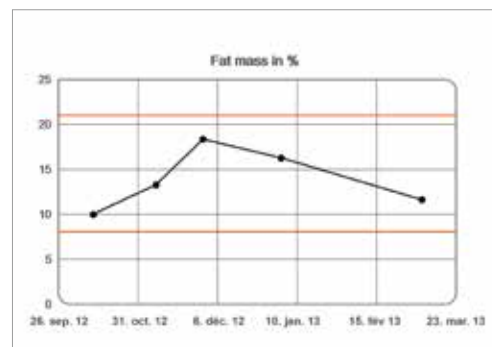
- Mesure 1 (semaine 1) : 85.15 kg
- Mesure 2 (semaine 5) : 84.40 kg
- Mesure 3 (semaine 8) : 83.80 kg
- Mesure 4 (semaine 13) : 84.05 kg
- Mesure 5 (semaine 22) : 84.20 kg



### Masse grasse

La masse grasse relative du sportif a augmenté au cours de la période sans entraînement et atteignait plus au moins son niveau initial à la fin du traitement.

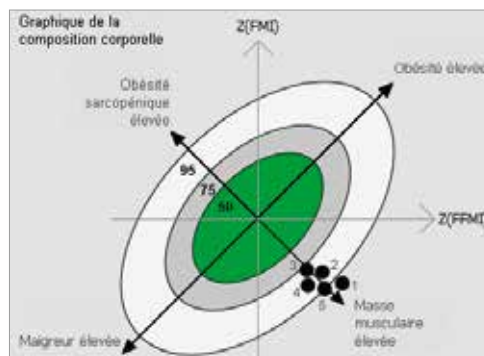
- Mesure 1 (semaine 1) : 10.30 %
- Mesure 2 (semaine 5) : 12.70 %
- Mesure 3 (semaine 8) : 17.60 %
- Mesure 4 (semaine 13) : 16.40 %
- Mesure 5 (semaine 22) : 12.40 %



## Body Composition Chart (BCC)

Le BCC fournit un aperçu idéal de l'évolution de la composition corporelle. Les décisions relatives aux futurs traitements sont prises sur la base de ce dernier. Les cinq mesures montrent une évolution sur une période de 21 semaines :

La **première mesure** a été effectuée directement après la blessure dans le cadre des examens initiaux. Le **deuxième point de mesure** a été enregistré 4 semaines plus tard et le **troisième point de mesure** après une période totale de 7 semaines. Un repos pratiquement complet a été imposé pendant cette période. Seules quelques mesures de physiothérapie ont été mises en place. Avec une fréquence d'entraînement fortement réduite, la masse musculaire s'est réduite (les points de mesure se sont déplacés vers la gauche) et la masse grasse a légèrement augmenté. Après cette phase de repos, particulièrement longue pour un sportif accompli, un traitement de récupération spécifique a été mis en place. Au cours des 5 semaines suivantes (**point de mesure 4**) il a été possible de réduire la masse grasse (déplacement vers le bas) et de reconstruire la masse musculaire (déplacement vers la droite).



Au cours de la phase finale, la charge et le volume de l'entraînement ont été augmentés de manière constante : course à pied, jeux de ballon, réintégration dans l'équipe lors des entraînements collectifs. Le **cinquième point de mesure** a été enregistré 9 semaines plus tard. Le joueur joua alors son premier match (remplaçant) après une période de blessure de 5 mois. Sa composition corporelle à ce moment était pratiquement identique à celle qu'il affichait avant la blessure.

## 4 Résumé

Malgré un poids resté pratiquement stable, les mesures effectuées à l'aide du mBCA montrent clairement que la masse grasse a augmenté au cours du repos forcé suite à la blessure alors que la masse musculaire diminuait. Les variations se sont plus ou moins annulées. Pendant la poursuite du traitement, il a été possible de contrôler et parfois d'adapter les mesures de réadaptation spécifiées. Le traitement de récupération a pu être géré grâce à une évaluation valide de la composition corporelle.

**Les graphiques des mesures effectuées à l'aide du seca mBCA permettent de surveiller l'efficacité du traitement de physiothérapie mis en place et de l'adapter au fil du temps afin que le joueur puisse retrouver son niveau de forme de compétition.**



Scannez le flashcode pour obtenir de plus amples informations sur le seca mBCA ou rendez-vous sur [mbca.seca.com](http://mbca.seca.com)