

RÉSUMÉ

Les ischio-jambiers sont les 3 muscles qui constituent la loge postérieure de la cuisse. Leur composition physiologique, comportant une grande proportion tissu conjonctif collagénique, ainsi que la position de raccourcissement relatif qui leur est imposée lors de la station debout, explique que ces muscles soient fréquemment hypoextensibles.

Le test de Kendall, décrit en 1949, reste la mesure de référence pour quantifier l'hypoextensibilité des ischio-jambiers. Il consiste, sur un patient en décubitus, à effectuer une flexion passive de hanche, genou en extension. L'angle de flexion de hanche doit atteindre 80 à 85° pour que l'extensibilité des ischio-jambiers soit considérée comme normale. Cette norme s'applique sans distinction de sexe, d'âge ou d'activité. En pratique, on constate que la norme est rarement atteinte.

Le but de cette étude est donc de vérifier si cette norme est toujours d'actualité et de rechercher quels paramètres peuvent influencer l'extensibilité des ischio-jambiers. Pour cela, nous pratiquons le test de Kendall sur 50 sujets de 18 à 33 ans, dont 30 femmes et 20 hommes, recrutés par appel. Il apparaît que l'extensibilité des ischio-jambiers chez les hommes est très significativement inférieure à celle des femmes. D'autre part, l'extensibilité est plus faible à gauche chez les personnes ne pratiquant pas de sport. Les blessures du membre inférieur ne semblent pas influencer l'extensibilité des ischio-jambiers. Lors de la réalisation du test de Kendall, nous retrouvons des moyennes d'angle de flexion de hanche de 52.5° à droite et 51.5° à gauche chez les hommes, contre 62.83° à droite et 60.83° à gauche chez les femmes. La norme théorique du test n'est donc pas en adéquation avec les mesures effectuées en pratique.

Toutefois, cette étude portant sur des sujets jeunes, elle ne peut être appliquée à la population générale. Une étude plus représentative de la population générale permettrait donc d'extrapoler ces résultats et de réviser la norme du test de Kendall, en tenant également compte de la nette différence d'extensibilité des ischio-jambiers entre les hommes et les femmes.