

RESUME :

Le canoë-kayak est riche, varié avec des disciplines d'eau vive et d'eau plate et une gestuelle très spécifique. C'est pourquoi les pathologies sont variées et spécifiques à la spécialité. Le kayak course en ligne est une discipline olympique depuis 1936.

Suite à la création et la diffusion d'un questionnaire, une étude statistique a été réalisée sur 99 participants, pratiquant le kayak de course en ligne à bon niveau (National ou international). L'enquête a été mise en relation avec la littérature, la gestuelle parfaite, avec défauts techniques et les habitus. L'objectif de cette étude est d'expliquer les douleurs et les pathologies qu'engendrent la pratique du kayak et les activités physiques d'entraînement pour la compétition.

Après l'analyse de nos résultats, l'épaule et le dos, notamment les lombaires, sont principalement touchés respectivement pour 59% et 65% (57% en lombaire). Ensuite viennent les blessures des membres inférieurs (41%) et du coude, avant-bras et main (36%).

Ces pathologies sont des tendinopathies, dégénérescence et conflit articulaire pour la plupart. Peu de traumatisme direct lié à l'activité kayak néanmoins les activités d'entraînement physique peuvent causer des blessures comme l'entorse de cheville.

Toutes les blessures recensées dans cette étude sont en majeure partie dues à une pratique sollicitante et répétitive. Des facteurs non modifiables et modifiables ont été diagnostiqués. Une correction ou une non aggravation de ces facteurs peuvent être envisagées par de la prévention afin de diminuer les atteintes douloureuses de ces régions.

Mots clés :

Course en ligne - Kayak - Pathologie - Gestuelle