

RESUME

Parmi les préjugés concernant l'équitation, celui d'être un sport dangereux notamment pour le rachis est très vivace. Si la cheville ne pâtit pas d'une telle « mauvaise presse », elle est au contraire négligée. En effet, dans la littérature, peu d'études s'y intéressent en détail et aucune problématique ne se dégage que ce soit de manière positive ou au contraire négative.

Notre souci dans ce travail a été d'apporter des éléments biomécaniques ainsi que des éléments concrets d'expérimentation pour étayer la réflexion d'un masseur kinésithérapeute lors de la prise en charge des chevilles d'un sportif aussi spécifique que le cavalier.

Nous avons choisi d'illustrer notre réflexion biomécanique par la réalisation de tests pratiques sur un échantillon de 30 cavaliers de concours de saut d'obstacles (CSO) en comparaison à groupe « témoin » de 30 sujets non sportifs. La pratique du CSO est particulièrement opportune pour étudier l'articulation talo-crurale car c'est la discipline équestre où elle joue un rôle crucial dans le geste sportif. Nous le décrirons dans une première partie.

Nous avons mesuré 3 paramètres au niveau de la cheville : l'amplitude en flexion dorsale, la fatigabilité du triceps sural et la proprioception. Les différences constatées entre les 2 groupes, au niveau des 2 premiers paramètres, n'ont pas atteint un niveau de signification statistique, ce qui suggère la nécessité d'affiner davantage ces mesures. Cependant, le test de Student ($\alpha = 5\%$) a révélé une différence significative concernant la proprioception de la cheville des cavaliers de CSO par rapport à celle du groupe témoin ($p = 0,017$).

Nous avons conclu que le CSO n'engendre à priori pas d'hypersollicitation articulaire ou musculaire mais qu'il sollicite surtout l'éveil proprioceptif des chevilles des cavaliers.

Ce gain pourra être exploité en kinésithérapie pour adapter la rééducation et la réadaptation des cavaliers de CSO. Le cavalier pourra ainsi compenser une problématique capsulo-ligamentaire déficitaire suite à une entorse par exemple, en exploitant sa proprioception au cours d'une rééducation adaptée à ses spécificités.

Mots clés : équitation, cavalier, CSO, cheville.