

RÉSUMÉ

Dans ce mémoire, nous avons voulu rendre plus réalisable au quotidien, le test d'endurance des extenseurs cervicaux proposé par la HAS dans le suivi des patients atteints de cervicalgies communes, ce test étant trop long et difficile d'interprétation.

Méthode : Nous nous sommes basés sur un test alternatif proposé par Mr. Vaillant consistant à maintenir le plus longtemps possible un poids de 2kg placé derrière la tête, en position de procubitus. Nous avons supposé qu'en augmentant cette charge, ce test pourrait être plus utilisable au quotidien. Nous avons réalisé des pré-tests afin de vérifier notre hypothèse et déterminer une charge qui permettrait d'atteindre notre objectif. Nous avons ensuite réalisé ce test avec les charges voulues sur une plus grande population saine, afin d'obtenir une valeur moyenne qui pourrait permettre par la suite d'évaluer la déficience musculaire pathologique.

Population : Nous avons réalisé ce test sur une population de 60 étudiants de 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} année de masso-kinésithérapie, séparée en deux groupes de 30 individus selon le genre. Les sujets hommes étaient âgés en moyenne de 22 ans avec un écart-type de 2,07 ans et les femmes étaient âgées en moyenne de 21,6 ans avec un écart-type de 1,6 ans.

Résultats : Nous avons obtenu une valeur moyenne de temps de maintien à notre test de l'ordre de 205s pour les hommes et de 228s pour les femmes, alors que la valeur moyenne obtenue lors du test de Mr. J. Vaillant était de l'ordre de 405,1s et que la valeur minimale obtenue par M. Mervelet lors du test d'endurance préconisé par la HAS était de 616s.

Conclusion : Nous avons obtenu un test plus utilisable au quotidien, mais qui mériterait d'être évalué sur une plus grande population. Sa reproductibilité pourrait être testée, ainsi que son utilisation sur des patients atteints de cervicalgies communes et pouvant être soumis à ce test.

Mots clés : Endurance, rachis, cervical, extenseurs