

RÉSUMÉ

Les sports dits de raquette sont nombreux et variés. Ils ont chacun leur spécificité, tout comme ils peuvent partager beaucoup de ressemblances : c'est le cas du tennis de table et du tennis. Le tennis se démarque en étant le plus populaire et le plus pratiqué de ces sports à travers le monde. Il fait davantage partie de la culture occidentale que le tennis de table. En Asie, la situation est inversée. C'est le tennis de table qui compte le plus d'adeptes et retient beaucoup plus largement l'attention des médias.

De façon générale, les sports de raquette entraînent des contraintes asymétriques sur l'ensemble des articulations des membres supérieurs, et plus particulièrement l'épaule du côté dominant.

Toutes les études réalisées sur des tennismen de niveau régional et au-delà ont démontré le même constat. Du côté où le joueur tient sa raquette, il y a une tendance à la rétraction postérieure de la capsule gléno-humérale marquant une limitation de la rotation médiale ainsi qu'une majoration de la rotation latérale. Chez les joueurs qui présentent en plus des douleurs à l'épaule dominante, ces changements d'amplitudes sont majorés.

La pratique du tennis de table entraîne-t-elle des modifications anatomiques de l'articulation de l'épaule du côté dominant ? Mesurées à travers ses amplitudes de rotation médiale et latérale, présente-t-elle chez des pongistes de niveau régional les mêmes modifications que l'épaule des tennismen au même niveau ?

L'étude montre des différences significatives entre les amplitudes de rotation latérale des deux épaules du pongiste. Les différences observées en rotation médiale ne sont pas significatives. Plus surprenant, les résultats montrent globalement une augmentation de la rotation médiale et une diminution de rotation latérale, soit l'inverse des résultats observés jusqu'à présent chez les tennismen de niveau régional.

Mots clés : tennis de table, tennis, sport, épaule, amplitude articulaire, pathologies.

Key words : table tennis, tennis, sport, shoulder, range of motion, injuries.