

## RESUME

La lésion myo-aponévrotique est la première cause de douleurs chroniques et de séquelles fonctionnelles chez le sportif. En effet, 25% de ces blessures évoluent vers une complication. Il s'agit le plus fréquemment de la fibrose cicatricielle, une cicatrisation anarchique du muscle qui entraîne des douleurs chroniques reproduites à chaque mise en tension du tissu. Cette complication est pourtant généralement évitable sous réserve d'un diagnostic précoce, et d'un traitement bien conduit.

Ce travail, à travers un cas clinique, permet de faire le point sur les mécanismes de réparation du muscle, les circonstances de survenue d'une fibrose, ainsi que les moyens à notre disposition en kinésithérapie pour remanier un tissu cicatriciel constitué. Notre but est de rendre ce tissu plus fonctionnel pour permettre la pratique sportive sans douleur.

Lors de cette prise en charge, nous utilisons l'isocinétisme afin de faire travailler notre patient en excentrique selon des paramètres précis, avec une résistance dosée et progressive. Associé entre autres à des étirements, ce travail dégrade la fibrose cicatricielle, et favorise l'alignement des fibres de collagène et des fibres musculaires régénérées au sein de cette cicatrice. Le travail isocinétique s'inscrit ici au sein d'un programme d'amélioration des qualités mécaniques du muscle lésé et de réathlétisation, employant tout un ensemble de techniques.

Notre patient, marathonien et triathlète, présente une fibrose cicatricielle évoluant depuis plus d'un an, et générant des douleurs importantes. A la suite de cette rééducation, il a repris ses activités sportives sans douleur. Cependant, nous ignorons s'il retrouvera son niveau de performance antérieur à la blessure.

L'utilisation de facteurs de croissance antifibrosants pourrait aider à réduire une fibrose constituée, mais ce traitement n'est encore qu'au stade de la recherche. Il serait également intéressant de se pencher sur les raisons qui conduisent à la survenue de complications après une lésion musculaire, afin de pouvoir diminuer l'incidence de celles-ci.

Mots clés : Lésions musculaires, sport, cicatrisation, excentrique, isocinétisme

Muscle injuries, sport, healing, eccentric, isokinetic