

RESUME :

Cette étude a pour objectif de tester l'effet de l'association de mobilisations passives analytiques de cheville et d'étirements du triceps sural sur la flexion dorsale de cheville et l'équilibre chez des personnes âgées.

Seize sujets autonomes, âgés de 62 à 93 ans ($76 \pm 10,5$ ans) ont été recrutés au sein d'un foyer-logement pour personnes âgées. Deux groupes de huit sujets (six femmes, deux hommes) ont été constitués par tirage au sort.

Un groupe a bénéficié de mobilisations analytiques manuelles au niveau des articulations tibio-fibulaires proximales, distales et talo-crurales suivies d'étirements du triceps sural deux fois par semaine pendant quatre semaines ; l'autre groupe, dénommé « contrôle », n'a bénéficié d'aucun traitement.

Des mesures passives goniométriques de flexion dorsale de cheville ont été réalisées au début et à la fin de l'étude ainsi que deux tests cliniques utilisés en évaluation gériatrique, le 'Timed up and go' Test (T.U.G.) et le test de Tinetti.

Les résultats ne révèlent pas d'incidence significative de nos techniques sur la flexion dorsale de cheville et le T.U.G. mais ils montrent, en revanche, une tendance à une amélioration significative des performances au test de Tinetti à la suite du traitement mis en place, comparativement au groupe « contrôle » ($p=0,09$).

Ces résultats suggèrent donc qu'en associant mobilisations passives analytiques de cheville et étirements du triceps sural, il est possible d'améliorer l'équilibre postural et la marche des personnes âgées. La prise en charge de la cheville chez les personnes âgées semble ainsi concourir à lutter contre le risque de chute. D'autres études seraient nécessaires afin de confirmer ces résultats.