

RESUME

Introduction : le ratio ischio-jambiers/quadriceps (IJ/Q) est habituellement mesuré à l'aide d'un appareil d'isocinétisme, matériel onéreux. L'objectif de notre étude est d'estimer la valeur du ratio IJ/Q et sa reproductibilité intra-évaluateur en contraction isométrique à l'aide d'un pèse-personne dans une population de sujets sains.

Matériel et méthode : l'étude a été réalisée sur 31 étudiants. Le protocole de mesure comportait un échauffement suivi de 3 mesures successives de chaque groupe musculaire à J0 et à J+7 afin de mesurer la reproductibilité intra-évaluateur. Deux calculs de ratio ont été réalisés : à partir de la moyenne des trois mesures (Moy Ratio) et à partir de la valeur maximale de chaque série de mesures (Max Ratio).

Résultats : en moyenne le Moy Ratio IJ/Q était de 1,1 [0,8 ; 1,4]. Les hommes avaient un ratio significativement supérieur à celui des femmes 1,2 versus 1,1 ($p=0,04$). De même pour les sujets pratiquant au moins une heure d'activité physique par semaine 1,2 versus 1 pour ceux qui n'en pratiquaient pas ($p=0,01$). La reproductibilité intra-évaluateur est considérée comme excellente pour les deux ratios : le coefficient de corrélation intra-classe est de 92,3% (Moy Ratio) et de 89,3% (Max Ratio).

Discussion : la population d'étude n'est pas représentative de la population générale et l'effectif était trop limité pour permettre des analyses très détaillées. L'apprentissage de la méthode par l'évaluateur est simple mais nécessaire, et les mesures sont bien acceptées par les sujets. Cette étude exploratoire doit être complétée par des études de reproductibilité inter-évaluateurs, de concordance isocinétique et sur des populations de plus grandes tailles. Ces résultats pourraient notamment être utiles aux kinésithérapeutes pour la prévention des blessures chez des sportifs amateurs.

Mots-clés : ratio IJ/Q ; pèse-personne ; isométrique

Keys words : ratio H/Q ; bathroom scale ; isometric