

RESUME

L'imagerie motrice est plus qu'une technique utilisée dans le domaine du sport, c'est aussi une technique de rééducation généralement pratiquée dans le domaine de la neurologie, notamment pour des patients victimes d'accident vasculaire cérébral. Elle a été également récemment expérimentée chez des patients parkinsoniens et des amputés pour leurs douleurs fantômes. Nous nous sommes intéressés ici à l'emploi de l'imagerie motrice lors des périodes d'immobilisation post-traumatique, où la rééducation est limitée à cause de la consigne d'interdiction de mouvement et à cause des douleurs présentes assez fréquemment à cette phase.

Ainsi pour débiter notre travail, des recherches globales sur l'imagerie motrice, ont été réalisées afin de mieux connaître cette technique, puis nous avons essayé de répertorier toutes les études traitant de son utilisation lors des périodes d'immobilisation, mais également en complément d'une rééducation fonctionnelle normale afin de pouvoir élargir notre point de vue. Les effets de l'imagerie motrice ont été mis en évidence sur la perte de force, d'amplitude articulaire et également sur la diminution des douleurs. Nous avons d'autre part extrait certains points qui nous ont semblés importants à prendre en compte lors d'une rééducation par imagerie motrice : l'évaluation des capacités d'imagerie du patient avant de mettre en place le protocole, et l'importance d'adopter un point de vue interne où le patient s'imagine ressentir des informations proprioceptives correspondantes au mouvement imaginé.

Le travail de recherche nous a ensuite permis de concevoir un protocole basé sur l'imagerie motrice et de l'intégrer à un livret d'auto-rééducation proposé au patient lors de sa phase d'immobilisation. Son emploi régulier peut, en conséquence, diminuer les déficits produits par l'immobilisation et peut donc par la suite accélérer la rééducation et améliorer le résultat fonctionnel à long terme.

Mots clés : imagerie motrice, imagerie mentale, immobilisation

Key words : motor imagery, mental imagery, mental practice, immobilization