

---

## L'imagerie motrice dans la prise en charge rééducative des sportifs blessés : une étude qualitative

**Introduction :** L'imagerie motrice (IM) est utilisée dans le milieu du sport pour l'amélioration des performances mais peut également participer à la rééducation des blessures. Les nombreux bienfaits de l'IM en kinésithérapie ont été démontrés sur différents plans notamment antalgique, musculaire, articulaire et psychologique. Dans ce cadre, nous nous sommes interrogés sur la façon dont cette technique est mise en pratique par les masseurs-kinésithérapeutes (MK).

**Matériel et Méthode :** Nous avons réalisé des entretiens semi-directifs auprès de trois MK qui utilisent l'IM dans la rééducation des sportifs blessés. L'objectif était d'obtenir leurs points de vue sur la mise en application de l'IM avec leur expérience clinique sur les éléments du bilan, le déroulement de la séance et les apports dans la prise en charge.

**Résultats :** Grâce à leur pratique, les MK interrogés ont partagé leur expérience sur leur manière d'intégrer l'IM à la rééducation et les modalités utilisées lors des séances. Les limites à l'application de cette technique ont été évoquées. Ils s'accordent sur l'importance de développer l'IM à l'avenir.

**Discussion :** L'évaluation de la capacité d'imagerie est peu réalisée alors qu'elle est primordiale pour exclure les patients moins répondeurs à l'IM. Avec les sportifs, les MK intègrent cette technique tout au long de la rééducation mais avec des objectifs différents. En amont des séances, les explications de l'IM et de ses bénéfices sont essentielles pour acquérir l'adhésion du patient. Pour la réalisation de l'IM, les MK cherchent à se rapprocher le plus possible des conditions d'exécution réelle du mouvement ou du geste sportif, avec notamment les afférences sensorielles. Chacun des MK place les patients toujours dans les mêmes conditions. Enfin, les MK retrouvent des effets similaires à ceux présents dans la littérature.

**Conclusion :** L'IM est sous-utilisée malgré les bienfaits apportés à la prise en charge. Les MK sont convaincus que l'IM sera un outil supplémentaire de qualité à la prise en charge complète du sportif. Ils encouragent l'enseignement de l'IM en formation initiale, mais également sa mise en avant en formation postgrade. Le but est de développer son application et démocratiser sa mise en pratique.

**Mots-clés :** Blessure - Imagerie motrice - Masseur-kinésithérapeute - Sportif

---

## Motor imagery in the rehabilitation of injured athlete : a qualitative study

**Introduction :** Motor imagery (MI) is used in sport to improve performances but can also take part in injury rehabilitation. The many benefits of MI in physiotherapy have been demonstrated on different levels notably analgesic, muscular, articular and psychological. In this context, we wondered how this technique is put into practice by physiotherapists (PT).

**Material and Method :** We conducted semi-structured interviews with three PT who use MI in the rehabilitation of injured athletes. The objective was to obtain their points of view on the application of MI with their clinical experience on the elements of the assessment, the course of the session and the contributions in the management.

**Results :** Thanks to their practice, the interviewed PT shared their experience on how they integrate MI into rehabilitation and the modalities used during the sessions. The limits to the application of this technique were mentioned. They agreed on the importance of developing MI in the future.

**Discussion :** Assessment of imagery ability is rarely carried out although it is essential to exclude patients who are less responsive to MI. With athletes, PT integrate this technique throughout the rehabilitation but with different objectives. Before the sessions, explanations of MI and its benefits are essential to gain patient adherence. In order to carry out the MI, the PT try to get as close as possible to the conditions of real execution of the movement or the sport gesture, with in particular the sensory inputs. Each PT always places patients in the same conditions. Finally, the PT found similar effects to those found in the literature.

**Conclusion :** MI is underused despite the benefits brought to the management. PT are convinced that MI will be a quality additional tool in the comprehensive management of the athlete. They encourage the teaching of MI in initial training, but also its promotion in postgraduate training. The aim is to develop its application and democratize its implementation.

**Keywords :** Injury - Motor imagery - Physiotherapist - Athlete