

Influence de la posture sur l'espace sous acromial : mesures échographiques à travers une initiation à la recherche clinique

Introduction : La prévalence des douleurs à l'épaule est aujourd'hui en France de 15,4% chez les hommes et 24,9 % chez les femmes. Le syndrome de conflit sous acromial (SCSA) est considéré comme la plus grande plainte de douleurs à l'épaule. Face à l'inefficacité des traitements actuels, il semblerait que la prévention soit une piste envisageable pour réduire la prévalence du SCSA. La posture prolongée en enroulement des épaules et projection de la tête en avant (FHRSP) peut présenter les mêmes symptômes que le SCSA.

Objectif : Mettre en lien la posture et le SCSA à travers un protocole de recherche afin d'observer les variations de distance de l'espace sous acromial en fonction du degré d'enroulement des épaules et de projection de la tête en avant chez des personnes asymptomatiques.

Matériel et méthodes : 116 personnes asymptomatiques ont participé à l'étude. Pour chacune d'entre elles, l'angle d'enroulement des épaules (FSA) et celui de la projection de la tête en avant (FHA) ont été mesurés pour chaque profil. L'espace sous acromial (AHD), défini comme le plus petit espace entre le bord inféro-latéral de l'acromion et la tête humérale, a été mesuré par échographie.

Résultats : L'augmentation du FHA n'est pas corrélée avec l'augmentation de l'AHD à droite ($p = 0,62$) comme à gauche ($p = 0,82$). L'augmentation du FSA droit est corrélée avec l'augmentation de l'AHD droite ($p = 0,001$). La même relation semble exister entre le FSA gauche et l'AHD gauche ($p = 0,03$).

Discussion : La population étudiée est jeune et asymptomatique. L'âge étant le premier facteur de risque de SCSA, il est fort probable que cette posture puisse agir sur le temps. Il serait pertinent de réaliser une étude similaire sur une population âgée et symptomatique pour voir si les conclusions sont les mêmes. D'après la littérature, la FHRSP semble affecter la cinématique scapulaire. Cette dernière pourrait également jouer un rôle dans le SCSA.

Conclusion : Il semble y avoir une relation entre la FHRSP et l'AHD, cependant les études à but préventif sur cette posture sont peu nombreuses et méritent d'être approfondies.

Mots clés : Échographie, Enroulement, Épaule, Espace sous acromial, Posture.

The influence of posture on the subacromial space: ultrasound measurements through the initiation of clinical research

Background: Today, in France, the prevalence of shoulder pain is 15.4% for men and 24.9% for women. Shoulder impingement syndrome (SIS) is considered the biggest complaint with respect to shoulder pain. Based on the inefficacy of current treatments, it appears that prevention is a possible technique to reduce the prevalence of SCSA. Prolonged posture, specifically a posture where the head is forward with rounded shoulders (FHRSP), may have the same symptoms as SIS.

Objective: To discover a link between posture and SIS through a research protocol that observes the variations in distance for the subacromial space according to the degree to which the shoulders are rounded and the head is in a forward position in asymptomatic people.

Methods: One hundred and sixteen asymptomatic people participated in this study. For each of them, we measured the forward shoulder angle (FSA) and forward head angle (FHA) for each profile. The acromio-humeral distance (AHD), defined as the smallest space between the inferior and lateral edge of the acromion and the humeral head, was measured by ultrasound.

Results: The increase in the FHA shows no correlation with the increase in the AHD from the right ($p = 0.62$) to left ($p = 0.82$). The increase in the right FSA correlates with the increase in the right AHD ($p = 0.001$). The same relationship appears to exist between the left FSA and left AHD ($r_s = 0.03$).

Discussion: The study population was young and asymptomatic. Age is the primary risk factor for SIS and it is very likely that this posture can have an influence with time. It is pertinent to perform similar studies on an elderly and symptomatic population to observe if the conclusions would be identical to this study. According to the literature, FHRSP appears to affect scapular kinematics, which may also play a role in the SCSA.

Conclusion: There appears to be a relationship between the FHRSP and AHD. However, studies for preventive purposes with respect to this posture are scarce and require more research.

Keywords: Echography, Rounded, Shoulder, Subacromial space, Posture