

RÉSUMÉ

Le but de cette étude est de déterminer précisément les actions du muscle long du cou au sein de la lordose cervicale, ses déficits pouvant engendrer des douleurs et les différents traitements masso-kinésithérapiques mis en œuvre pour palier à ces déficiences et ainsi récupérer une fonction optimale de cette colonne cervicale.

Pour ce faire, nous avons interrogé différentes bases de données telles que PubMed, PEDro, ScienceDirect, l'Encyclopédie médico-chirurgicale ou Web of Science, couplées à des recherches dans les bibliothèques universitaires et Réedoc. Les recherches ont été ciblées sur les articles datant de 2010 à nos jours autour des pathologies cervicales touchant le muscle long du cou (tendinites, calcification, cervicalgies).

Sur 68 articles retenus au départ, 35 d'entre eux ont été analysés en totalité pour cet écrit. Seulement 7 articles proposaient des traitements masso-kinésithérapiques des pathologies cervicales liées au muscle long du cou.

Plusieurs traitements apparaissent dans la littérature : le massage du muscle long du cou, les exercices de flexion crânio-cervicale et les mobilisations cervicales de Maitland. Malgré le peu de référence actuelle sur la masso-kinesithérapie dans le traitement des pathologies cervicales liées au muscle long du cou, les exercices proposés permettent un meilleur recrutement des muscles fléchisseurs profonds cervicaux, une amélioration de la qualité de vie, une diminution des douleurs et une récupération des amplitudes articulaires cervicales

Mots-clés :

- muscle long du cou, fléchisseurs profonds cervicaux, muscles rétro-pharyngés, masso-kinésithérapie, revue de la littérature.
- longus colli muscle, deep neck flexor, retropharyngeal muscles, physiotherapy, review of the literature.