



Examen des blessures dans le tennis junior et universitaire

Oriol Amer Orfila et Josep Campos-Rius

RÉSUMÉ

Dans le présent article, nous dresserons un état des lieux des blessures chez les joueurs de tennis adolescents, dans le but de déterminer quelles sont les blessures les plus courantes. Nous procéderons à l'analyse de plusieurs articles traitant de diverses études et interventions, analyse qui nous permettra de conclure que les blessures à la cheville, à l'épaule, au dos et au genou sont celles qui surviennent le plus souvent chez les joueurs de tennis junior et les joueurs universitaires.

Mots clés: incidencia lesiva, tipología lesiva, tenis adolescente

Article reçu: 17 Janv. 2019

Article accepté: 20 Fév. 2019

Auteur correspondant: Oriol Amer Orfila

Email:

oriolamerorfila@gmail.com y

josepcampos@gmail.com

INTRODUCTION

Le tennis est l'un des sports les plus populaires au monde. Praticué, entre autres, dans les 200 pays affiliés à la Fédération internationale de tennis (ITF, 2017), il attire des personnes de tous les groupes d'âge. L'évolution à laquelle on assiste ces dernières années, qui transforme le tennis en un sport toujours plus rapide et plus physique, a entraîné l'apparition de nouvelles pathologies, qui se manifestent dans bien des cas à un stade plus précoce que jamais auparavant (Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis et Fundación MAPFRE, 2015). C'est pourquoi il est important que les entraîneurs et les préparateurs physiques soient bien informés de la situation actuelle en ce qui concerne l'incidence des blessures dans le tennis, depuis les catégories junior jusqu'au niveau universitaire.

Les auteurs du présent article souhaitent analyser la documentation scientifique abordant la question des blessures chez les joueurs de tennis de niveau junior et universitaire en vue de déterminer quelles sont les blessures les plus courantes.

MÉTHODE

Les auteurs ont procédé à un examen de la littérature consacrée à l'étude des blessures chez les jeunes joueurs de tennis (âgés de 10 à 22 ans). Ils ont notamment passé en revue des articles traitant de recherches scientifiques expérimentales ainsi que d'autres articles de revues systématiques. Les parties qui ont été incluses et analysées comprennent celles portant sur les blessures, leur classification et leur localisation anatomique.

INCIDENCE DES BLESSURES

À l'heure actuelle, les statistiques dont on dispose sur les blessures subies par les jeunes joueurs de tennis sont très disparates, et ce, pour deux raisons principales. Tout d'abord,



une grande partie des travaux de collecte de données statistiques sur les joueurs de tennis de la catégorie junior ont été réalisés de 1989 à 2015 (Lanese et al., 1990 ; Weijermans et al., 1998 ; Spinks et al., 2006 ; Hjelm et al., 2010 ; Colberg et al., 2015 ; Pluim et al., 2016), ce qui a conduit à une grande divergence dans les résultats, dans la mesure où les données issues des premières études étaient générales, tandis que celles recueillies dans les dernières années étaient de nature plus spécifique. Ensuite, aucun critère n'a été défini parmi les

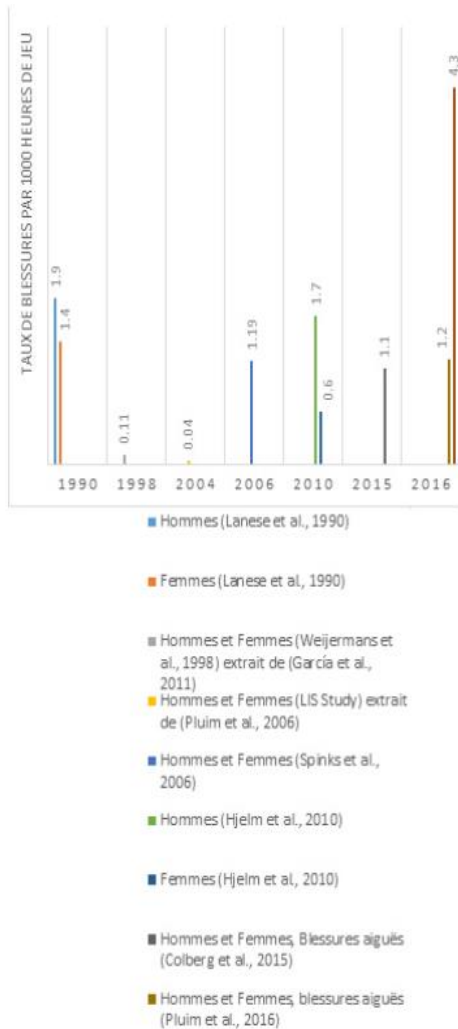


Figure 1. Incidence des blessures pour 1 000 heures de pratique du tennis au niveau junior et au niveau universitaire.

chercheurs pour déterminer ce qu'on entend par « blessure », ce qui explique qu'on observe des écarts entre les études concernant le choix des blessures prises en compte, comme le met en évidence la figure 1.

CLASSIFICATION DES BLESSURES

Les divergences entre les différents types de blessures analysés peuvent être dues à plusieurs facteurs, tels que: l'année de réalisation de l'étude, les caractéristiques physiques des joueurs étudiés, la variété des surfaces de jeu couvertes par l'étude ou encore le critère de sélection utilisé par chaque chercheur pour déterminer les données à enregistrer.

Le tableau 1 présente les données tirées de chacun des articles ayant servi à l'analyse statistique et ayant conduit aux constatations suivantes:

- sur l'ensemble des blessures, 20,5 % sont graves, 59,15 % sont chroniques et les 20 % restants sont de nature inconnue ou de moindre intérêt;

- parmi les blessures graves, il apparaît que les plus fréquentes dans le tennis sont les lésions musculaires, comme les claquages, les elongations et les déchirures (de 12,52 à 30,9 %), suivis par les entorses (de 4,28 à 17 %);
- les fractures (de 2 à 2,8 %), les dislocations (de 0,4 à 3,3 %) et les traumatismes (de 1,1 à 1,8 %) sont très rares dans ce sport.

LOCALISATION ANATOMIQUE DES BLESSURES

Ces dernières années, diverses études ont été publiées sur les joueurs de tennis de niveau junior et de niveau universitaire (Hutchinson et al., 1995; Silva et al., 2003; Hjelm et al., 2010; Lynam et al., 2015; MAPFRE et al., 2015; Colberg et al., 2015; Pluim et al., 2016; Sluis et al., 2017), dans le cadre desquelles les chercheurs ont dressé un inventaire des blessures selon leur emplacement anatomique. On trouvera au tableau 2 une synthèse des données enregistrées de 1989 à 2016, qui ont permis de dégager les conclusions suivantes:



	(Hutchinson et al., 1995)	(Silva et al., 2003)	(Hjelm et al., 2010)	(Lynam et al., 2015)	(Pluim et al., 2016)	(Sluis et al., 2017)
				Masc.	Fem.	
Blessures graves (type non précisé)						25/187 (13,3%)
Blessures chroniques (en raison d'un surmenage)	84/143 (58,6%)		54/100 (54%)			88/187 (47%) 88/113 (77%)
Traumatismes			46/100 (46%)			
Entorses		12/280 (4,28%)		26/181 (14,4%)	34/227 (15%)	
Déchirements musculaires	18/143 (12,55%)	35/280 (12,52%)		56/181 (30,9%)	66/227 (29,1%)	
Contractures musculaires		76/280 (27,14%)				
Fractures				5/181 (2,8%)	5/227 (2,2%)	
Traumatismes crâniens				2/181 (1,1%)	4/227 (1,8%)	
Dislocations	1.32/143 (1%)			6/181 (3,3%)	1/227 (0,4%)	
Lombalgies				4/181 (2,2%)	4/227 (1,8%)	
Autres	10/143 (7%)			33/181 (18,2%)	52/227 (22,9%)	

Tableau 1 : Classification des blessures dans le tennis junior et universitaire sur la période allant de 1995 à 2017.

- la fourchette d'incidence de lésions la plus large s'observe au niveau des membres inférieurs (de 2 à 42,7 %), suivis par les membres supérieurs (de 1,1 à 33,7 %) et par le tronc (de 3 à 17,6 %);
- les parties du corps les plus sujettes aux blessures sont la cheville (21,6 ± 10,04 %), l'épaule (16,2 ± 6,97 %), le dos (13,8 ± 4,84 %) et le genou (12,7 ± 7,55 %).

	Hutchinson et al., 1995		Hjelm et al., 2010		Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis & Fundación MAPFRE, 2015		Colberg et al., 2015		Lynall et al., 2015		Pluim et al., 2016	
	Hommes	Femmes	Débutants	Compétition de haut niveau	Hommes	Femmes	Blessures graves	Blessures chroniques				
Cheville et pied	26/143 (18%)	16/73 (22%)	3/27 (11%)	17,40%	42,70%	7/39 (18%)	22/181 (12,2%)	47/227 (20,8%)	9/25 (36%)	11/88 (12,5%)		
Hanche et aine	15/143 (10%)			5,60%	15,50%	1/39 (3%)	16/181 (8,8%)	15/227 (6,6%)	5/25 (20%)	4/88 (4,5%)		
Genou	3/143 (2%)	9/73 (12,3%)	5/27 (18,5%)	9,40%	28,50%	5/39 (13%)	14/181 (7,7%)	13/227 (5,7%)	3/25 (12%)	16/88 (18,2%)		
Poignet et main	14/143 (9,8%)			13,20%	33,70%	1/39 (3%)	17/181 (9,4%)	14/227 (6,2%)	2/25 (8%)	8/88 (9%)		
Épaule	13/143 (9%)	15/73 (20,5%)	6/27 (22%)	15,10%	29,80%	7/39 (18%)	26/181 (14,4%)	27/227 (12%)		14/88 (16%)		
Dos	17/143 (12%)			3,70%	14,20%	6/39 (15,4%)	30/181 (16,6%)	40/227 (17,6%)		15/88 (17%)		
Coude	11/143 (7,7%)			7,30%	22%	2/39 (5%)	17/181 (9,4%)	13/227 (5,7%)		7/88 (8%)		
Jambe	3/143 (2%)									7/88 (8%)		
Membres supérieurs		19/73 (26%)	6/27 (22%)									
Cuisse	27/143 (19%)					3/39 (8%)	11/181 (6,1%)	18/227 (8%)				
Partie inférieure de la jambe (non précisé)							12/181 (6,6%)	26/227 (11,5%)				
Avant-bras							1/39 (3%)					
Abdominaux	4/143 (3%)						1/39 (3%)					
Non déterminé							1/39 (3%)					
Autres							3/181 (1,7%)	7/227 (3,1%)	4/25 (16%)	6/88 (6,8%)		

Tableau 2 : Localisation anatomique des blessures dans le tennis junior et universitaire sur la période allant de 1995 à 2017.

CONCLUSION

Le présent examen a permis d'établir les constats suivants:

Il est impossible de dégager une tendance en ce qui concerne l'incidence des blessures au fil des années.

- Les blessures chroniques (59,1 %) sont plus fréquentes que les blessures graves (20,5 %). Parmi les blessures graves, les plus courantes sont les déchirures musculaires (de 12,52 à 30,9 %), suivies par les entorses (de 4,28 à 17 %). Les fractures, contusions et traumatismes sont très rares en raison de la nature du jeu.
- Finalement, la fourchette d'incidence de lésions la plus large s'observe au niveau des membres inférieurs (de 2 à 42,7 %), suivis par les membres supérieurs (de 1,1 à 33,7 %) et par le tronc (de 3 à 17,6 %). La cheville (21,6 ± 10,04 %), l'épaule

(16,2 ± 6,97 %), le dos (13,8 ± 4,84 %) et le genou (12,7 ± 7,55 %) sont les parties du corps qui sont le plus souvent sujettes à des blessures dans l'échantillon analysé.

REFERENCES

- Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis & Fundación MAPFRE. (2015). Las lesiones en el tenis y su prevención, 1-20. Recogido de https://www.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/i18n/catalago_imagenes/grupo.cmd?path=1087681.
- Colberg, R., Aune, K., Choi, A. & Fleisig, G. (2015). Incidence and Prevalence of Musculoskeletal Conditions in Collegiate Tennis Athletes. *Medicine & Science in Tennis*, 20(3).
- Hjelm, N., Werner, S. & Renstrom, P. (2010). Injury profile in junior tennis players: a prospective two-year study. *Knee surgery, sports traumatology, arthroscopy*, 18(6), 845-850. <https://doi.org/10.1007/s00167-010-1094-4>
- Hutchinson, M., Laprade, R., Burnett, Q., Moss, R. & Terpstra, J. (1995). Injury surveillance at the USTA Boys' Tennis Championships: a 6-yr study. *Medicine and science in sports and exercise*, 27(6), 826-831. <https://doi.org/10.1249/00005768-199506000-00006>
- International Tennis Federation (2017). National Association Updates. Recogido de <http://www.itftennis.com/about/misc/national-association-updates.aspx>.
- Lanese, R., Strauss, R., Leizman, D. & Rotondi, A. (1990). Injury and disability in matched men's and women's intercollegiate sports. *American Journal of Public Health*, 80(12), 1459-1462. <https://doi.org/10.2105/AJPH.80.12.1459>
- Lynall, R. C., Kerr, Z. Y., Djoko, A., Pluim, B., Hainline, B. & Dompier, T. P. (2015). Epidemiology of National Collegiate Athletic Association men's and women's tennis injuries, 2009/2010– 2014/2015. *British Journal Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095360>
- Pluim, B., Loeffen, F., Clarsen, B., Bahr, R. & Verhagen, E. (2016). A one-year prospective study of injuries and illness in elite junior tennis. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 26(5), 564-571. <https://doi.org/10.1111/sms.12471>
- Silva, R., Takahashi, R., Berra, B., Cohen, M. & Matsumoto, M. (2003). Medical assistance at the Brazilian juniors tennis circuit—a one-year prospective study. *Journal of science and medicine in sport*, 6(1), 14-18. [https://doi.org/10.1016/S1440-2440\(03\)80004-X](https://doi.org/10.1016/S1440-2440(03)80004-X)
- Sluis, A., Brink, M., Pluim, B., Verhagen, E., Elferink-Gemser, M. & Visscher, C. (2017). Is risk taking in talented junior tennis players related to overuse injuries? *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 27(11), 1347-1355. <https://doi.org/10.1111/sms.12729>
- Spinks, A., Macpherson, A., Bain, C. & McClure, R. (2006). Injury risk from popular childhood physical activities: results from an Australian primary school cohort. *Injury Prevention*, 12(6), 390-394. <https://doi.org/10.1136/ip.2006.011502>
- Weijermans, D. & Van Mechelen, W. (1998). *Blessures bij outdoor tennis*. Geneesk Sport.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2019 Oriol Amer Orfila et Josep Campos-Rius



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Vous êtes autorisé à Partager — copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats — et Adapter le document — remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation, y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de:

Attribution: Vous devez créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Œuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Œuvre.

[Résumé de la licence](#) - [Texte intégral de la licence](#)