

## Kiné et événement sportif : la Karujet

SPÉCIALITÉS KINÉ DU SPORT

À l'heure où notre profession évolue dans ses études, sa définition et peut-être même son appellation, il existe différentes formes de pratiques.

Au-delà du clivage dépassé entre libéral et salarié, le professionnel de santé que nous sommes peut apporter son expertise dans divers domaines, en milieu professionnel dans le cadre de la prévention et de l'ergonomie mais aussi sur les terrains de sports en vue de la récupération et de l'augmentation de la performance.

Découvrez dans cet article, un autre aspect de notre profession « kiné du sport » ; de l'expérience de terrain à la « paramédicalisation » d'événements sportifs.

### 1. Un exemple : la Karujet

La Karujet est un événement unique de par son importance et les conditions de course hors normes. Ce championnat du monde offshore de jet ski nécessite des conditions physiques exceptionnelles. Si vous avez déjà essayé le jet ski en loisir pendant 1 heure, vous connaissez déjà les courbatures et douleurs produites par ce sport mécanique extrême. Mais ici, les pilotes naviguent jusqu'à 130 km/h sur l'eau et les vagues atteignent deux mètres ou plus au cours de manches de plus de 80 km.

Pour assurer dans de telles conditions, les machines ont leurs mécaniciens et les pilotes ont leurs kinés.

Pour cette 19<sup>e</sup> Karujet, Eric Paulin le co-créateur de la Karujet a confié la para-médicalisation de l'événement à KAS (Kiné Assistance Sport) dirigé par Christophe Mahieu qui coordonne une équipe de 7 kinésithérapeutes du sport. Ces derniers assurent de multiples missions. Tous ces kinésithérapeutes libéraux ont reçu une formation en sport, la plupart avec Christophe.



**La Karujet**  
en quelques chiffres

- Manche du Championnat du Monde de Jet Ski UIM
- 80 coureurs 3 Catégories « Pro F1 », « Atmosphérique » et « Amateurs »
- 310 CV par machine, 0-100 e, 3 secondes (aussi) vite qu'une Ferrari.
- 80 teams
- 80 Pilotes, 80 mécanos, 160 assistants de courses
- 7 manches
- 650 km de course sur 4 jours

### 2. Les missions du kiné du sport sur la Karujet

#### L'événement

Lors de l'événement, la première mission du KDS est d'assurer le traitement des pathologies les plus fréquentes, à savoir lésions musculaires et articulaires. À côté de ces « petits bobos » s'ajoutent les lésions cutanées en particulier des mains qui réclament traitement mais aussi prévention.

Jusque-là rien de très différent de notre pratique libérale en cabinet. Imaginez maintenant le timing,

tous les pilotes partent et arrivent (presque) en même temps. Il y a une notion d'urgence dans le timing pour gérer tous ces pilotes. Cette pression ne peut se gérer qu'avec un peu d'ordre, de rigueur et d'expérience. De l'ordre dans la préparation de son matériel, de la rigueur dans l'évaluation des situations et de l'expérience du sport pratiqué pour connaître les problèmes les plus récurrents.

La préparation nécessite plusieurs jours pour préparer le stand, l'installation du matériel et une « trousse de terrain » à la hauteur de l'événement. Ce point sera détaillé dans le chapitre para-médicalisation.

Les pilotes ont une relation privilégiée avec leur kiné.

#### Le kiné du sport

C'est avant tout quelqu'un en qui l'on a confiance lorsque le pilote est en situation de difficulté physique. C'est la personne à qui les concurrents se confient et qui se doit alors d'être à l'écoute de ce que lui dit le sportif par rapport à son état actuel ou aux conditions de survenue du traumatisme. Cela requiert des qualités d'écoute et une bonne connaissance du sport pratiqué afin de poser le bon diagnostic en vue de proposer le bon traitement. Dans des courses réalisées à travers plusieurs manches sur quatre jours, rater sa récupération ou sa séance, c'est compromettre sa prochaine étape dans la compétition. Pour être un bon KDS, cela implique d'acquérir une expertise sur le plan diagnostic et sur le traitement dans un temps restreint, c'est dans cette optique que Christophe Mahieu réalise sa formation en Kiné du Sport.

### 3. Les techniques les plus employées

Pendant la Karujet, les techniques vont du massage, à l'électro pour la récupération en passant par la thérapie manuelle, la cryothérapie et les contentions adhésives.

#### Le massage

Le vrai, pas du modelage comme on en voit le vendredi après-midi dans les bureaux ou sur les quais de Seine pendant Paris plage. Le massage en profondeur, réalisé par la main experte d'un kinésithérapeute, à la recherche d'une contracture précise avec une main en écoute, une main qui recherche une rénitence, une lésion musculaire ou un épanchement articulaire. Ce massage permet aussi, évidemment de travailler la détente, la récupération. Il devient alors autant une technique de soin qu'un moyen diagnostic, préalable indispensable au traitement manuel qui sera réalisé ensuite.

#### La physiothérapie

Elle s'utilise sous différents aspects dans un but d'améliorer la récupération des pilotes après 80 kilomètres dans une houle de 2 mètres et des pointes à plus de 100 km/h :

→ l'électrothérapie antalgique et circulatoire. La stimulation électrique permet d'obtenir une diminution de la douleur et une contraction musculaire favorisant la circulation locale. Ces deux effets sont à rechercher dans un but de récupération. Cette technique peu onéreuse, reproductible et facile à mettre en place est un adjuvant intéressant dans de telles conditions d'exercice ;

→ la cryothérapie compressive, en pack ainsi que les bains de glace permettent une récupération optimale par une diminution des douleurs et une amélioration de la vitesse de récupération.

#### La thérapie manuelle

Elle permet de gérer rapidement une partie des douleurs dont les pilotes font état à la fin d'une manche. Rappelons l'interdépendance forte du muscle et l'articulation, lorsque l'un est en souffrance, il produit une augmentation de contrainte sur l'autre pouvant à son tour se retrouver en souffrance. Partant de ce constat, les techniques articulaires, myotensives et d'inhibition cohabitent, secondairement à un bilan orthopédique, pour produire la diminution de douleur espérée par les pilotes.

La main peut parfois être aidée par un crochet pour libérer suffisamment le tissu conjonctif. La technique de crochitage myo-aponévrotique a montré son efficacité sur la libération des fibres musculaires et le traitement des tendinopathies et du fascia.

#### Les contentions adhésives

Elles sont essentielles en milieu sportif, tout en différenciant bien les effets du strap de ceux du physiotape.

Le **strapping** a pour but de limiter le mouvement d'une articulation et de ses éléments conjonctifs. Il trouve son efficacité dans la limite choisie et voulue pour une articulation donnée. Du simple



rappel extéroceptif sécurisant pour une reprise et un confort à distance d'une blessure, jusqu'à l'immobilisation totale d'une acromio-claviculaire pour permettre de finir la course alors que la luxation a eu lieu lors de la première manche.

Des contentions adhésives compressives peuvent aussi être réalisées en cas de lésion musculaire pour empêcher la cicatrice tissulaire de se répandre plus largement.

Le **physiotape** dont les bandes de couleur sont caractéristiques trouve lui son efficacité dans le mouvement. Deux grands effets musculaires sont recherchés, la tonification d'un muscle pour protéger une articulation ou favoriser une correction et la détonification de l'antagoniste ou d'un muscle contracturé. L'autre effet reconnu du physiotape est sa capacité drainante en cas d'œdème ou d'hématome. Si la littérature n'a pas prouvé encore l'efficacité totale de cette technique, l'empirisme (et le retour des sportifs) relève un intérêt notoire pour la pratique sportive en favorisant le mouvement sans le limiter. Quant à l'effet de la couleur des bandes, rien n'est moins sûr, sauf peut-être l'aspect esthétique qui reste à l'appréciation de chacun.

### 4. De KDS à la para-médicalisation

Ces premières étapes décrites sont celles connues par tous les Kinés du Sport, que nous pouvons voir lors des retransmissions télévisuelles. Ceci nécessite une adaptation et une formation par rapport à l'exercice libéral, mais l'encadrement complet d'une course comme la Karujet impose une autre dimension. Cette dimension est celle de la para-médicalisation ; c'est-à-dire d'apporter une assistance totale, efficace et opérante en complément d'un service médical d'urgence qui possède souvent d'autres impératifs et compétences dont les pilotes espèrent surtout ne pas avoir besoin. Pour cela, KAS (Kiné Assistance Sport) réalise sur la Karujet un travail en partenariat avec l'équipe médicale d'urgence. Le rôle de KAS est d'évaluer

la notion de gravité dans les traumatismes afin de ne pas engorger le pôle médical. Dans un second temps, le directeur de course, ainsi que les pilotes, ont besoin que le staff se prononce sur une évaluation sur la « possible reprise de la compétition », une fois le diagnostic initial et les soins apportés.

Souvent l'équipe médicale (constituée de médecins urgentistes et de chirurgiens) laisse cette évaluation à l'équipe de KAS, véritable équipe de terrain qui possède une meilleure connaissance des pilotes et de la pratique du jet ski. L'expérience et la connaissance sont fondamentales dans l'approche et l'évaluation de la traumatologie dans ce type de sport.

#### KAS en chiffres

80 m<sup>2</sup> au cœur de la course, espace récup. et échauffement, environ 200 interventions, cryothérapie - électrothérapie - cryo compressive... 7 kinés spécialisés en sport et tout le reste

Ce type d'encadrement mixte nécessite une parfaite confiance entre ces deux équipes. Afin de garantir à l'organisateur une couverture optimale de sa manifestation et un sentiment de sécurité pour les concurrents, le diagnostic d'urgence médicale est co-établi lorsque cela est nécessaire. Pour toutes les affections de l'appareil locomoteur, l'équipe de KAS évalue la situation et met en œuvre le traitement en vue d'une reprise de la compétition dès que possible.

Bien souvent, les pilotes accordent plus de crédit au kiné de KAS dont l'expertise sur le paddock est reconnue de tous, qu'au service médical d'urgence qu'ils ne connaissent que très peu.

## 5. L'organisation KAS sur la Karujet

Fort de ses 14 ans d'expérience de terrain, KAS peut proposer sur la Karujet une version fixe d'un PMA (poste médical avancé) comprenant : une aire d'échauffement composée de 4 vélos et d'une aire d'étirement avec ballons de Klein et Waff, une aire de soins avec 7 tables et matériel d'électrothérapie.

## 6. Comment est financée cette intervention lors d'une manifestation ?

Le financement de ce type de structure est assuré d'une part par la participation des sportifs aux soins offerts sous forme de forfait comme à la Karujet (420 € pour 4 jours de courses), et d'autre part par le sponsoring annuel de sociétés qui désirent s'engager sur l'année avec KAS afin de

promouvoir leur image dans ce secteur de prise en charge (assurances, mutuelles, matériel médical et paramédical, banques, société de nutrition, boisson énergétique, eau, etc.)

## 7. Les compétences nécessaires ?

Disponibilité, passion, rigueur clinique et pratique, le tout avec de la bonne humeur.

### Conclusion

Nous avons la chance d'avoir un métier passionnant, qui peut nous amener à pratiquer des soins en libéral ou à l'hôpital mais aussi sur tous les terrains de sports, jusqu'au bout du monde.

La qualité de nos évaluations diagnostiques et la mise en place d'un traitement spécifique sont la clé de notre reconnaissance et de nos valeurs. En milieu sportif, si le médical est obligatoire, le paramédical s'impose de plus en plus dans un souci de qualité, de prévention et de performance. KAS en assure ces missions depuis 14 ans avec le staff médical pour un rendu optimum pour tous les organisateurs de manifestations sportives, pour les concurrents et pour développer une facette différente du métier de kinésithérapeute.

## Témoignages

¶ *Christophe Mahieu a toujours une solution pour nous remettre en selle, sans lui c'est dur de finir et en plus maintenant il assure la relève en formant et encadrant son équipe, c'est top.*

**Teddy Pons,**  
Champion du monde 2016 vainqueur de la Karujet

¶ *L'équipe de KAS gérée par Christophe Mahieu est une structure, pour nous pilotes, des plus précieuses par sa compétence, son efficacité, sa rapidité et sa sympathie. Elle est pour nous un havre de paix et de tranquillité dans cette course qui est la plus dure au monde. Nos douleurs s'effacent, la fatigue aussi. C'est grâce à leur intervention que l'on repart tous les jours à fond. L'expérience de Christophe est une valeur ajoutée indispensable, il parle comme nous, sait ce que l'on ressent.*

*Bref, il nous est indispensable... Impossible de finir sans lui et son équipe. De plus, quand il est là, on sait que l'on est en sécurité. Bref, on ne part pas sans lui sur ce type de course.*

**Alexandre Barret**

¶ *Pour cette première expérience du Championnat du Monde d'endurance de jet ski en Guadeloupe : simplement, c'était super ! Épreuve exigeante et éprouvante pour les pilotes, de la kiné du sport*



*par excellence. Les pilotes sont pris en charge en permanence : réveil musculaire, préparation physique, strappings de maintien et de protection (des mains), tapes en tout genre, suivi médical des pilotes tout au long de la course et enfin séances de récupération et de remise en forme après les efforts. Le tout avec comme seul objectif : être au départ de l'étape du lendemain.*

*Du plus gros au plus bénin traumatisme, les kinés de KAS sont toujours présents. Challenge et ambiance excitante basée sur la confiance et la complicité.*

**Frédéric Becart,**  
Kiné à Paris parti en Guadeloupe pour rejoindre l'équipe KAS

¶ *Depuis 2014, nous nous sommes attachés les services de KAS et de Christophe Mahieu sur les Championnats de France de Jet Vitesse et*

*Endurance. Au début, le partenariat ne prévoyait que de faire un test sur la prise en charge des pilotes au niveau des soins et de la récupération sur le plan physique. Rapidement, compte tenu des exigences du Jet, les différents kinés et ostéopathes sont devenus incontournables. Également, de plus en plus, les médecins urgentistes qui officient sur les compétitions s'appuient sur KAS pour les assister dans le traitement des gros traumatismes et le conditionnement des blessés avant le transport. Enfin, par sa prestance naturelle, sa grande expérience et sa proximité avec les pilotes et l'organisation, Christophe Mahieu est souvent en première ligne dans la zone de compétition pour aider à discipliner ou sensibiliser les participants sur les aspects sécuritaires.*

**Thierry Scharff,**  
Directeur de course de la Karujet,  
Promoteur du championnat de France de Jet Ski.



## Traitez la douleur aigüe et chronique.



### SOULAGEZ VOS PATIENTS

Diminution de la douleur dès les 1<sup>ères</sup> séances  
Amélioration de la souplesse et de la posture  
Diminution des contraintes articulaires  
Relâchement des muscles profonds

### OPTIMISEZ VOTRE PRATIQUE

La force appliquée est contrôlée, reproductible et adaptable.  
Le travail est plus confortable et endurant.  
Le MyoDK\* vous permet d'appliquer sans peine des pressions pouvant atteindre 20 kg.

\* Matériel médical de classe I



Agir en profondeur  
pour permettre  
le relâchement rapide  
des muscles traités.

### Efficacité prouvée

6 études cliniques

Rachialgie  
Lombalgie  
Cervicalgie  
Dorsalgie

Sport  
Posturologie  
Douleur



www.pcptherapy.com  
01 42 87 92 48  
info@pcptherapy.com



## DES FORMATIONS PENSÉES POUR VOUS

Pour augmenter vos **compétences**  
et améliorer vos **pratiques**



**D.U.  
ERGONOMIE\***

**KINÉ SPORT**

**THÉRAPIE  
MANUELLE**

- **EVIDENCE BASED PRACTICE:**  
Enseignement basé sur les preuves scientifiques
- **ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**  
À travers des cas cliniques
- **SUPPORTS ÉCRIT, VIDÉO, ATLAS DES TECHNIQUES**
- **6 BINÔMES PAR FORMATEUR**
- **E-LEARNING POUR OPTIMISER VOS CONNAISSANCES À VOTRE RYTHME**
- **VALIDATION UNIVERSITAIRE\***



# PROFESSION KINÉ

Le magazine des masseurs-kinésithérapeutes passionnés  
Juin Juillet Août 2016 / 12€

DÉFORMATIONS CRÂNIENNES  
et attitudes préférentielles chez les tout-petits



PROFESSIONNEL DE SANTÉ :  
séparez votre patrimoine privé  
et votre patrimoine professionnel



PROFESSIONKINE.COM

# N°51