

Objet : compte-rendu de l'action podologique des 11 et 12 juillet 2018.

Suite à l'aimable invitation de Frédérique DORBES, conseillère technique nationale et coordinatrice de l'équipe technique régionale Occitanie, une action de prévention portant sur une analyse podologique a été réalisée au profit de jeunes athlètes golfeurs.

Cette séquence s'est déroulée lors de la finale régionale Jeunes Occitanie, dernière étape de qualification aux Championnats de France des Jeunes 2018 du 9 au 11 Juillet sur le Golf de Montpellier Massane.

Installée dans les infrastructures de l'Espace Performance, j'ai conduit l'analyse des appuis plantaires des athlètes en qualité de podologue spécialisée dans le domaine du sport.

L'objectif majeur était de sensibiliser les jeunes sportifs à l'attention qu'ils doivent porter au choix de leurs chaussures en fonction de leurs appuis plantaires et de la morphologie de leurs pieds. Le but recherché est d'améliorer leur stance et leur swing. La sensibilisation a également impliqué leur encadrement sportif ainsi que leur entourage.

La démarche analytique mise en œuvre pendant les deux jours a pour références les dernières études effectuées par le Professeur Philippe Rouch qui s'appuie sur des analyses 3D de swings.

« Un golfeur, pour posséder un swing efficace, doit développer du couple et pour générer du couple il faut de l'accroche ».

« Ainsi l'athlète est une voiture de Formule 1 et ses meilleurs alliés sont ses pneumatiques. Qui aurait l'idée de rouler avec des pneus lisses, par temps de pluie ? L'accroche au sol vient des chaussures et de l'adéquation pied-chaussure, ainsi votre golfeur est parfaitement équilibré prêt au départ ! ».

Lors de chaque entretien, c'est avec pédagogie que cette analyse a été proposée, adaptée et mise en œuvre pour que chaque jeune golfeur soit en mesure de comprendre le bénéfice qu'il peut en retirer. Le diagnostic éclairé du podologue permet également à l'athlète de visualiser et comprendre la particularité de ses appuis.

Chaque examen podologique se déroule en deux phases :

Un premier temps est réservé à déterminer la posture du pied avec comme méthode la Foot Posture Index (FPI) puis le second temps porte sur l'analyse des centres de masse droit et gauche basés sur les calculs des droites de Bessou en phase statique par l'intermédiaire d'une plate forme de force podologique.

- La première étude donne une lecture du pied de l'athlète comme une carte topographique de son pied. Ses particularités anatomiques à risques sont identifiées, répertoriées et notées ;
- La seconde analyse apporte des renseignements majeurs sur l'antériorisation ou la postériorisation des centres de poussées ainsi que la zone maximale de masse. Ces trois éléments doivent être connus avant de poursuivre sur une analyse 3D du swing. Ils sont révélateurs des répartitions initiales des appuis du golfeur de son stance et un élément prédictif du devenir du swing.

Les deux examens mis en corrélation donnent une carte d'identité unique des appuis de l'athlète. Le podologue définira les points qui semblent se révéler comme des possibles faiblesses (à corriger) et risquant d'engendrer des blessures au cours de sa carrière.

Ainsi, l'idée maitresse est de donner au golfeur des appuis stables en adéquation avec son swing. Deux points doivent permettre d'arriver à ce résultat :

- Le premier est la compréhension par le jeune golfeur, de la particularité de ses appuis et de son pied. Cette prise de conscience, guidée par le podologue du sport lui permettra de s'assurer de

l'adéquation ou non de sa chaussure actuelle et ce en quoi elle pourrait être améliorée en s'affranchissant des effets de modes éphémères et des lobbys industriels ;

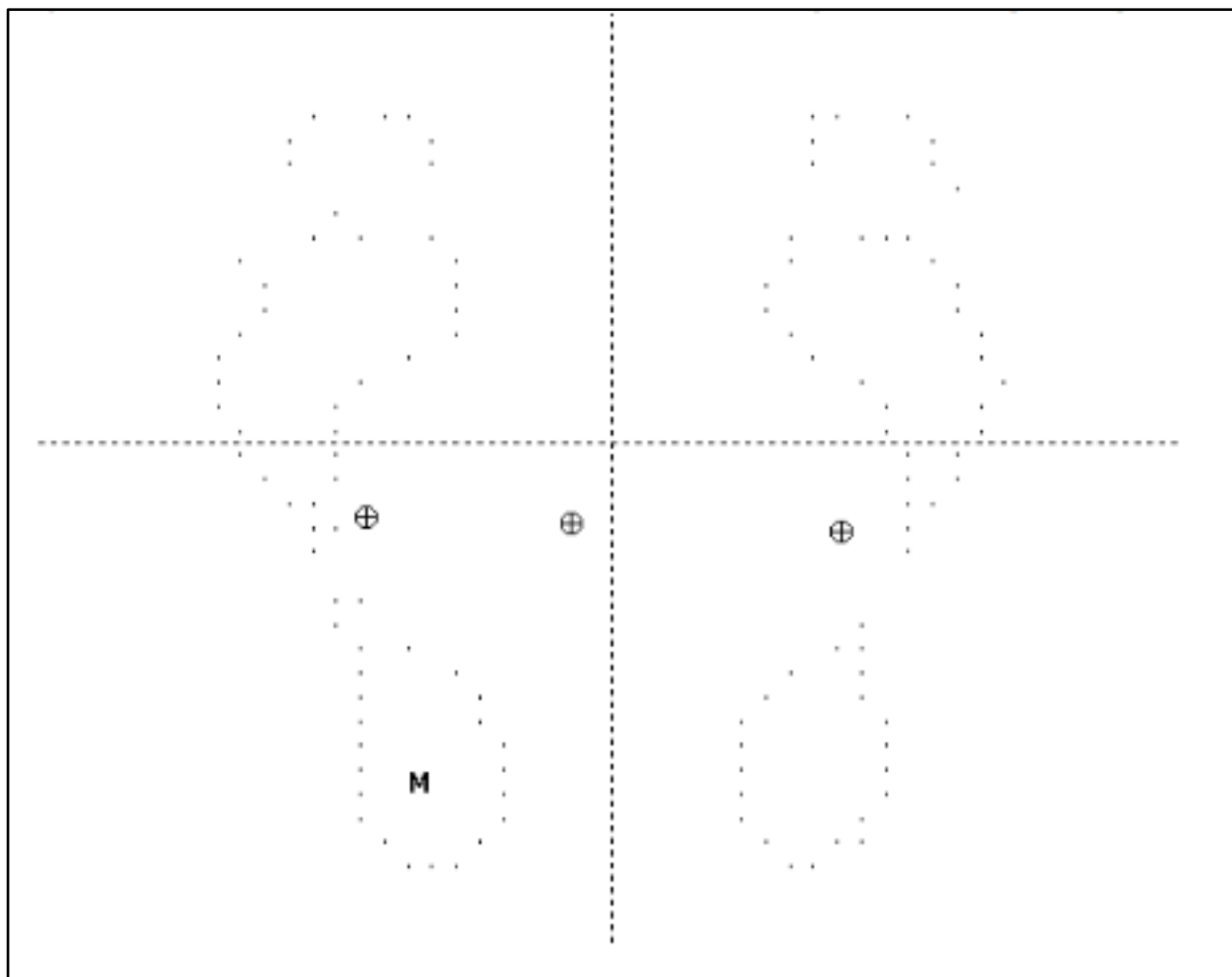
- Le second item met en avant le besoin d'un équipement individualisé et adapté. Il semble nécessaire d'optimiser et d'améliorer les appuis du golfeur par des semelles orthopédiques. Ceci évitera des blessures parfois tristement sous-estimées, souvent rapidement oubliées mais finalement si prévisibles. Une correction peut être apportée visant à éviter les positions compensatrices toxiques, facilitant une optimisation des appuis.

Pour conclure, cette étude doit être complétée par des bilans pré-saisons et post-saisons permettant ainsi d'évaluer régulièrement les jeunes athlètes.

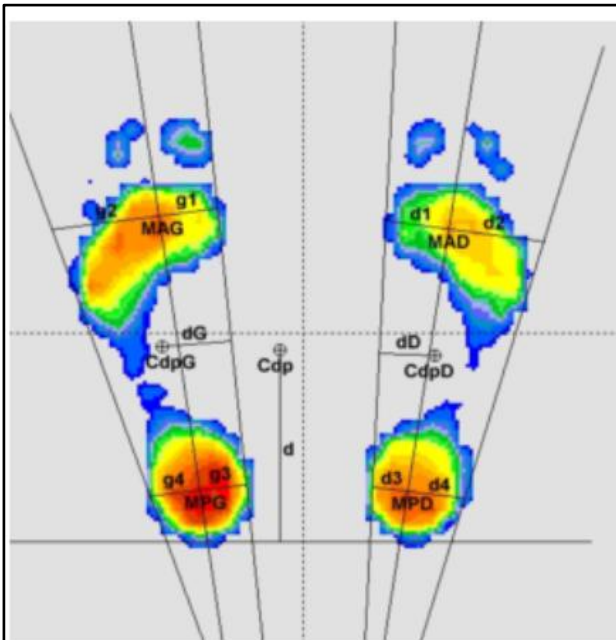
Le podologue du sport spécialisé dans le domaine du golf s'affiche comme un atout supplémentaire dans le panel des spécialistes du plateau médical qui accompagne des athlètes dans un sport où les appuis sont primordiaux.

Signé : Emmanuelle GUILHOU

Visualisation "Centre de Pression"



Droites de Bessou



MAG : Max Antérieur Gauche

MPG : Max Postérieur Gauche

MAD : Max Antérieur Droit

MPD : Max Postérieur Droit

g1 : distance MAG – tangente interne gauche

g2 : distance MAG – tangente externe gauche

g3 : distance MPG – tangente interne gauche

g4 : distance MPG – tangente externe gauche

d1 : distance MAD – tangente interne droite

d2 : distance MAD – tangente externe droite

d3 : distance MPD – tangente interne droite

d4 : distance MPD – tangente externe droite

Cdp : Centre de pression

CdpG : Centre de pression Gauche

CdpD : Centre de pression Droit

d : distance entre Cdp et ligne des talons

dG : distance entre CdpG et tangente interne

dD : distance entre CdpD et tangente interne

Angle : angle entre les tangentes internes