



ÉTUDE DE L'UEFA SUR LES BLESSURES DANS LES CLUBS D'ÉLITE

Rapport sur la saison 2012/13

L'Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite a été lancée par l'UEFA, qui la finance et la soutient.

Au nom de la Commission médicale de l'UEFA :

Professeur Jan Ekstrand, MD, PhD, Université de Linköping
Vice-président de la Commission médicale de l'UEFA

Adresses de correspondance :

Groupe d'étude sur les blessures

Professeur Jan Ekstrand
Solstigen 3
58943 Linköping
Suède
+46 13 16 16 48
+46 13 161892 (fax)
jan.ekstrand@telia.com
Info.frg@telia.com

UEFA

Marc Vouillamoz
Chef Questions médicales et antidopage
marc.vouillamoz@uefa.ch

Mike Earl
Coordinateur Questions médicales et antidopage
mike.earl@uefa.ch

Route de Genève 46
1260 Nyon 2
Suisse
+41 848 00 27 27
+41 22 707 27 34 (fax)

Sommaire

1 Clubs participants	4
2 Présentation	5
3 Interprétation des résultats	6
4 Exposition	8
5 Tendances générales en matière de blessures	10
5.1 Tendances en matière de blessures à l'entraînement	13
5.1.1 Incidence des blessures à l'entraînement	13
5.1.2 Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement	14
5.1.3 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement	15
5.2 Tendances en matière de blessures lors de matches	15
5.2.1 Incidence des blessures lors de matches	15
5.2.2 Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches	16
5.2.3 Fardeau des blessures survenues lors de matches	17
5.3 Tendances en matière de blessures graves	18
5.3.1 Incidence des blessures graves	18
5.4 Tendances en matière de claquages musculaires/tendineux	18
5.4.1 Incidence des claquages musculaires/tendineux	20
5.4.2 Fardeau des claquages musculaires/tendineux	21
5.4.3 Jours d'absence en raison de claquages musculaires/tendineux	21
5.5 Tendances en matière d'entorses articulaires/ligamentaires	22
5.5.1 Incidence des entorses articulaires/ligamentaires	24
5.5.2 Fardeau des entorses articulaires/ligamentaires	24
5.5.3 Jours d'absence en raison d'entorses articulaires/ligamentaires	25
5.6 Tendances en matière de blessures à répétition	25
5.6.1 Taux de blessures à répétition (en %)	26
6 Participation/disponibilité et absence de l'effectif	27
6.1 Participation/disponibilité de l'effectif	27
6.2 Absence de l'effectif	28
6.3 Nombre de séances d'entraînement/de matches manqués pour cause de blessure	31
7 Analyses sur douze saisons	32
7.1 Incidence des blessures sur douze saisons	32

1 Clubs participants

Le présent rapport contient les résultats pour l'ensemble de la saison 2012/13 (de juillet 2012 à mai 2013) et porte sur les 22 clubs suivants, qui ont fourni des données complètes durant la saison :

Allemagne		Borussia Dortmund		FC Bayern Munich
Angleterre		Arsenal		Manchester United
		Manchester City		Chelsea
Belgique		Club Bruges KV		RSC Anderlecht
Ecosse		Celtic		
Espagne		FC Barcelone		Real Madrid CF
France		Paris Saint-Germain FC		
Grèce		Panathinaïkos		
Italie		AC Milan		FC Internazionale Milano
		Juventus		
Pays-Bas		AFC Ajax		PSV Eindhoven
Portugal		SL Benfica		FC Porto
		SC Braga		
Ukraine		FC Shakhtar Donetsk		

2 Présentation

Le présent rapport est divisé en neuf sections, contenant des données sur l'exposition, les tendances en matière de blessures, les blessures à l'entraînement et les blessures lors de matches, les blessures graves, la participation/disponibilité de l'effectif et l'absence pour cause de blessure, les claquages musculaires/tendineux, les entorses articulaires/ligamentaires et les blessures à répétition. Chaque section est subdivisée en quatre chapitres :

- **Tendances en matière de blessures** : nombre de blessures au cours de la saison et distribution relative en pourcentage du nombre total de blessures pour les éléments suivants : emplacement, type, mécanisme, blessure de fatigue ou traumatisme, contact ou non, gravité, taux de blessures à répétition, répartition au cours du mois et survenance.
- **Incidence des blessures** : nombre de blessures par rapport au temps d'exposition, qui permet d'évaluer le taux de blessure individuel. Elle est exprimée en nombre de blessures par 1000 heures d'exposition.
- **Fardeau des blessures** : mesure combinée de la fréquence (incidence) et de la gravité (jours d'absence) des blessures, qui permet d'évaluer les conséquences pour le joueur et pour l'équipe. Le fardeau des blessures est exprimé en nombre de jours d'absence par 1000 heures d'exposition. Exemple : pour l'équipe A, qui compte 10 blessures (absence de 10 jours en moyenne) sur 5000 heures d'exposition, le fardeau des blessures est de 20 jours par 1000 heures d'exposition. Pour l'équipe B, qui compte 20 blessures (absence de 5 jours en moyenne) sur 5000 heures d'exposition, le fardeau des blessures est aussi de 20 jours par 1000 heures d'exposition.
- **Jours d'absence** : données actuelles telles que le nombre total de jours perdus en raison de blessures spécifiques ainsi que l'absence minimale, maximale et moyenne pour cette blessure.



3 Interprétation des résultats

Lorsque vous comparerez les résultats de votre club avec ceux d'autres clubs participants, veuillez tenir compte de ce qui suit :

- En raison de la quantité limitée de données collectées durant une saison, la proportion et l'incidence des blessures présentées sont parfois basées sur un petit nombre de blessures. Par conséquent, il convient d'interpréter certains résultats avec précaution.
- Le nombre total de blessures varie entre les clubs, principalement en raison du nombre de blessures bénignes. Il est donc important de ne pas se focaliser uniquement sur l'incidence des blessures (qui dépend du nombre de blessures), mais d'étudier également le fardeau des blessures (qui tient compte du nombre de blessures et de leur gravité), la gravité des blessures et la disponibilité de l'effectif, car ces variables peuvent avoir un impact plus important sur les clubs.
- Pour les joueurs encore blessés à la fin de la saison, nous avons utilisé l'estimation par le club de leur date de retour ou une approximation de la gravité basée sur l'absence moyenne pour ce type de blessure spécifique. Certaines données concernant le nombre de jours d'absence et le risque de blessure présentées dans le présent rapport peuvent donc être basées sur des approximations ou des estimations.

Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite, rapport sur la saison 2012/13

- Dans les cas où des informations manquaient concernant une blessure, nous l'avons indiqué après le sous-titre. Quatre formulaires de description des blessures manquaient et les blessures correspondantes ont donc été exclues des analyses.

Nous espérons que le présent rapport vous sera utile dans votre travail quotidien de traitement et de prévention des blessures au sein de votre club. N'hésitez pas à prendre contact avec le groupe d'étude si vous avez des questions au sujet de l'interprétation des résultats. Veuillez également nous informer de toute autre analyse que vous souhaiteriez voir incluse dans ce type de rapports à l'avenir. Nous serons heureux de recevoir vos commentaires.

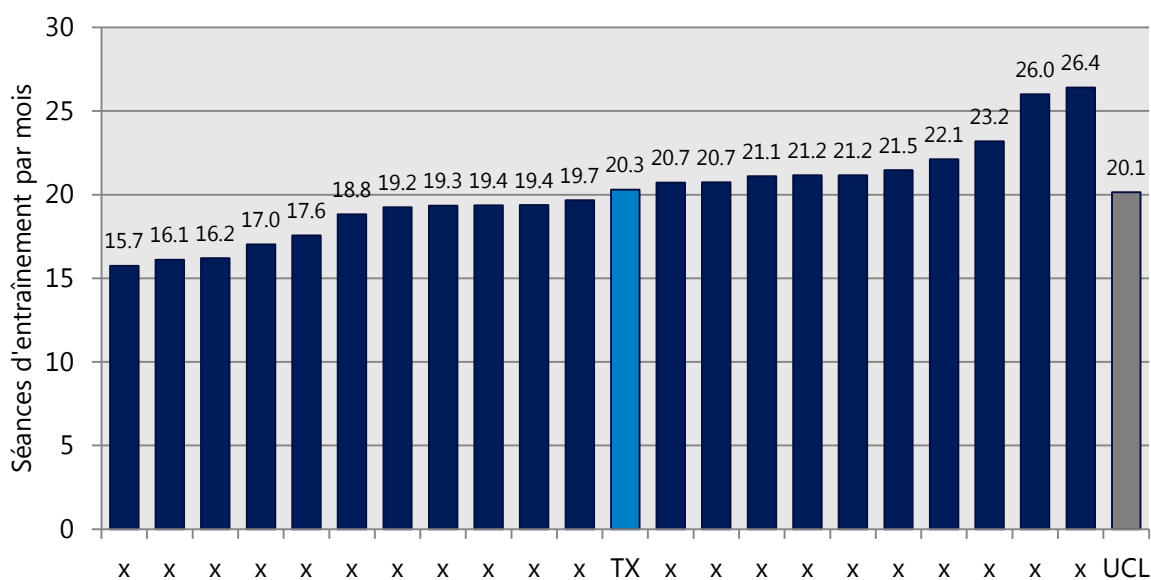
Nous vous remercions de votre assistance et de votre soutien dans le cadre de cette étude durant la saison 2012/13. Nous nous réjouissons de poursuivre notre collaboration avec vous à l'avenir.

4 Exposition

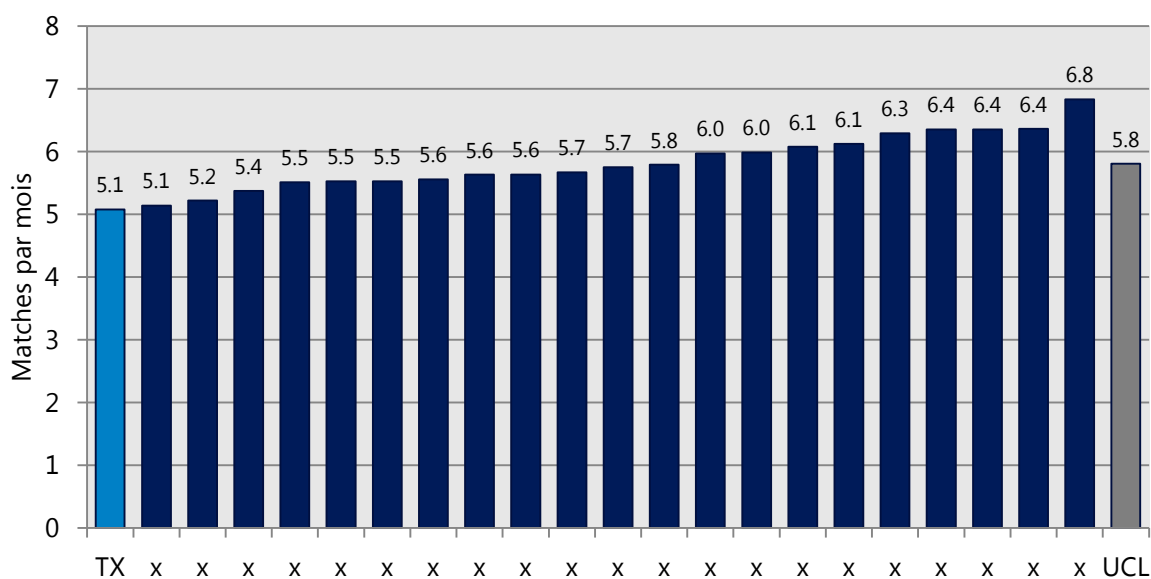
Au total, 139 939 heures d'exposition ont été enregistrées durant la saison 2012/13, dont environ 117 578 heures d'entraînement (84 %) et 22 361 heures de matches (16 %). L'**équipe X** compte en tout 7024 heures d'exposition, dont 6093 heures d'entraînement (87 %) et 931 heures de matches (13 %).

En moyenne, les équipes ont suivi 199 séances d'entraînement et disputé 57 matches au cours de la saison. La période d'analyse différant entre les équipes, nous avons également calculé la charge mensuelle au niveau des entraînements et des matches. En moyenne, les équipes ont compté 20,0 séances d'entraînement et 5,8 matches par mois, soit un ratio moyen entraînement/match de 3,5.

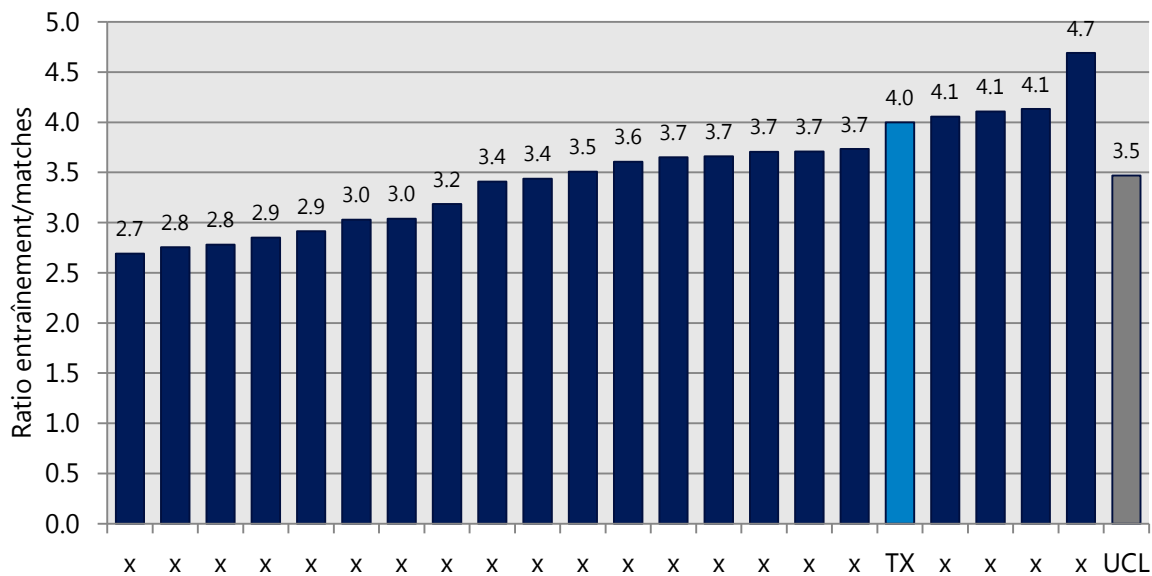
Graphique 1 Nombre de séances d'entraînement par mois



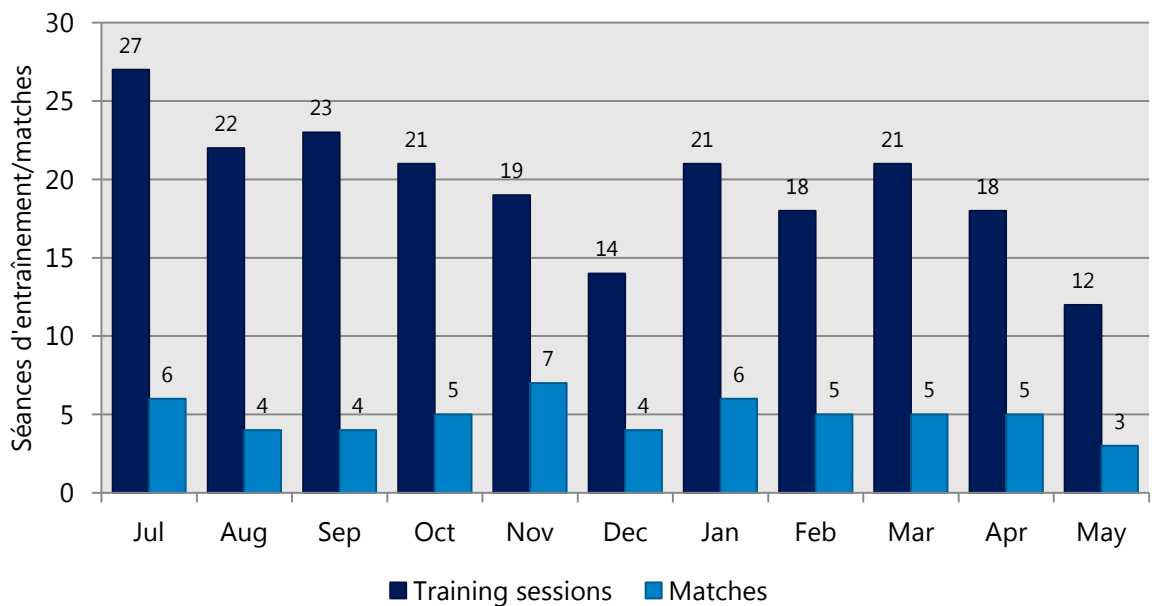
Graphique 2 Nombre de matches par mois



Graphique 3 Ratio entraînement/matches



Graphique 4 Nombre de séances d'entraînement (colonnes bleu foncé) et de matches (colonnes bleu clair) pour l'équipe X au cours de la saison.



5 Tendances générales en matière de blessures

Les tableaux ci-dessous montrent le nombre (N) et la proportion de chaque type de blessure (en %). Au total, 892 blessures ont été incluses dans les analyses, dont 495 blessures survenues lors de matches (55 %) et 397 blessures subies à l'entraînement (45 %).

Les données concernant l'**équipe X** portent sur 35 blessures (21 lors de matches et 14 à l'entraînement), entre juillet 2012 et mai 2013.

Tableau 1 Emplacement des blessures

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Tête/visage	0	0	2	0,5	0	0	12	2,5	0	0	14	1,6
Nuque/cervicales	0	0	1	0,3	0	0	1	0,2	0	0	2	0,2
Épaule/clavicule	1	7,1	3	0,8	0	0	13	2,7	1	2,9	16	1,8
Coude	0	0	0	0	0	0	2	0,4	0	0	2	0,2
Poignet	0	0	0	0	0	0	1	0,2	0	0	1	0,1
Main/doigt/pouce	0	0	2	0,5	1	4,8	2	0,4	1	2,9	4	0,5
Sternum/côtes/haut du dos	0	0	9	2,3	0	0	7	1,5	0	0	16	1,8
Abdomen	0	0	5	1,3	0	0	8	1,7	0	0	13	1,5
Bas du dos/bassin/sacrum	0	0	24	6,2	0	0	25	5,3	0	0	49	5,7
Hanche/aîne	2	14,3	70	18,0	4	19,0	55	11,6	6	17,1	125	14,5
Cuisse	8	57,1	126	32,4	3	14,3	138	29,0	11	31,4	264	30,5
Genou	1	7,1	55	14,1	3	14,3	56	11,8	4	11,4	111	12,8
Jambe/tendon d'Achille	0	0	38	9,8	1	4,8	52	10,9	1	2,9	90	10,4
Cheville	1	7,1	33	8,5	7	33,3	76	16,0	8	22,9	109	12,6
Pied/orteil	1	7,1	21	5,4	2	9,5	28	5,9	3	8,6	49	5,7
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Tableau 2 Types de blessures

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fracture	1	7,1	9	2,3	2	9,5	20	4,2	3	8,6	29	3,4
Autre lésion osseuse	0	0	3	0,8	0	0	3	0,6	0	0	6	0,7
Luxation/subluxation	1	7,1	4	1,0	0	0	11	2,3	1	2,9	15	1,7
Entorse/blessure ligamentaire	1	7,1	40	10,3	5	23,8	91	19,1	6	17,1	131	15,1
Ménisque/cartilage	0	0	14	3,6	0	0	11	2,3	0	0	25	2,9
Rupture musculaire/claquage/crampe	6	42,9	152	39,1	5	23,8	180	37,8	11	31,4	332	38,4
Blessure/rupture	2	14,3	39	10,0	2	9,5	29	6,1	4	11,4	68	7,9
Hématome/contusion/ecchymose	1	7,1	32	8,2	6	28,6	58	12,2	7	20,0	90	10,4
Abrasion	0	0	2	0,5	0	0	0	0	0	0	2	0,2
Lacération	0	0	2	0,5	0	0	2	0,4	0	0	4	0,5
Commotion cérébrale	0	0	0	0	0	0	2	0,4	0	0	2	0,2
Lésion nerveuse	0	0	3	0,8	0	0	4	0,8	0	0	7	0,8
Synovite/épanchement	0	0	7	1,8	1	4,8	11	2,3	1	2,9	18	2,1
Blessure de fatigue, indéterminée	2	14,3	44	11,3	0	0	30	6,3	2	5,7	74	8,6
Autre lésion	0	0	38	9,8	0	0	24	5,0	0	0	62	7,2
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite, rapport sur la saison 2012/13

Tableau 3 Mécanisme de blessure

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Course/sprint	5	35,7	73	21,1	3	14,3	83	18,4	8	22,9	156	19,6
Torsion/tour	1	7,1	30	8,7	0	0	33	7,3	1	2,9	63	7,9
Tir	1	7,1	36	10,4	1	4,8	21	4,7	2	5,7	57	7,2
Passe/centre	0	0	17	4,9	0	0	19	4,2	0	0	36	4,5
Dribble	0	0	2	0,6	0	0	8	1,8	0	0	10	1,3
Saut/réception	0	0	24	6,9	1	4,8	27	6,0	1	2,9	51	6,4
Chute/plongeon	0	0	8	2,3	1	4,8	13	2,9	1	2,9	21	2,6
Étirement	0	0	5	1,4	0	0	3	0,7	0	0	8	1,0
Glissade	0	0	4	1,2	4	19,0	11	2,4	4	11,4	15	1,9
Fatigue/surcharge	4	28,6	77	22,3	3	14,3	65	14,4	7	20,0	142	17,8
Heurté par le ballon	0	0	2	0,6	0	0	2	0,4	0	0	4	0,5
Collision	1	7,1	22	6,4	1	4,8	38	8,4	2	5,7	60	7,5
Tête	0	0	0	0	0	0	4	0,9	0	0	4	0,5
Tacle subi	0	0	11	3,2	0	0	62	13,7	0	0	73	9,2
Tacle pratiqué	1	7,1	1	0,3	0	0	11	2,4	1	2,9	12	1,5
Coup de pied	1	7,1	23	6,6	6	28,6	34	7,5	7	20,0	57	7,2
Blocage	0	0	3	0,9	0	0	5	1,1	0	0	8	1,0
Utilisation du bras/coude	0	0	2	0,6	0	0	3	0,7	0	0	5	0,6
Autre mécanisme aigu	0	0	6	1,7	1	4,8	9	2,0	1	2,9	15	1,9
Total	14	100	346	100	21	100	451	100	35	100	797	100

Tableau 4 Répartition des blessures de fatigue/traumatismes

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fatigue/surcharge	4	28,6	197	50,6	3	14,3	131	27,5	7	20,0	328	37,9
Traumatisme	10	71,4	192	49,4	18	85,7	345	72,5	28	80,0	537	62,1
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite, rapport sur la saison 2012/13

Tableau 5 Répartition des blessures avec et sans contact

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Absence de contact	11	78,6	323	83,0	13	61,9	296	62,2	24	68,6	619	71,6
Contact entre joueurs	3	21,4	64	16,5	8	38,1	177	37,2	11	31,4	241	27,9
Contact avec un objet	0	0	2	0,5	0	0	3	0,6	0	0	5	0,6
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Tableau 6 Gravité des blessures

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Blessures bénignes	1	7,1	5	1,3	0	0,0	1	0,2	1	2,9	6	0,7
Blessures mineures	3	21,4	73	18,8	8	38,1	60	12,6	11	31,4	133	15,4
Blessures légères	1	7,1	91	23,5	4	19,0	111	23,4	5	14,3	202	23,4
Blessures moyennement graves	8	57,1	154	39,7	6	28,6	205	43,2	14	40,0	359	41,6
Blessures graves	1	7,1	65	16,8	3	14,3	98	20,6	4	11,4	163	18,9
Total	14	100	388	100	21	100	475	100	35	100	863	100

Tableau 7 Taux de blessures à répétition

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	13	92,9	348	89,5	20	95,2	431	90,5	33	94,3	779	90,1
Blessure à répétition	1	7,1	40	10,3	1	4,8	45	9,5	2	5,7	85	9,8
Inconnu	0	0	1	0,3	0	0	0	0	0	0	1	0,1
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Tableau 8 Répartition mensuelle des blessures

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Juin	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Juillet	1	7,1	41	10,5	1	4,8	27	5,7	2	5,7	68	7,9
Août	1	7,1	51	13,1	0	0	48	10,1	1	2,9	99	11,4
Septembre	3	21,4	26	6,7	1	4,8	51	10,7	4	11,4	77	8,9
Octobre	0	0	28	7,2	2	9,5	58	12,2	2	5,7	86	9,9
Novembre	0	0	34	8,7	5	23,8	62	13,0	5	14,3	96	11,1
Décembre	3	21,4	37	9,5	2	9,5	44	9,2	5	14,3	81	9,4
Janvier	1	7,1	53	13,6	2	9,5	28	5,9	3	8,6	81	9,4
Février	2	14,3	29	7,5	0	0	41	8,6	2	5,7	70	8,1
	2	14,3	32	8,2	5	23,8	47	9,9	7	20,0	79	9,1
Avril	1	7,1	35	9,0	2	9,5	40	8,4	3	8,6	75	8,7
Mai	0	0	23	5,9	1	4,8	30	6,3	1	2,9	53	6,1
Total	14	100	389	100	21	100	476	100	35	100	865	100

Tableau 9 Survenance des blessures

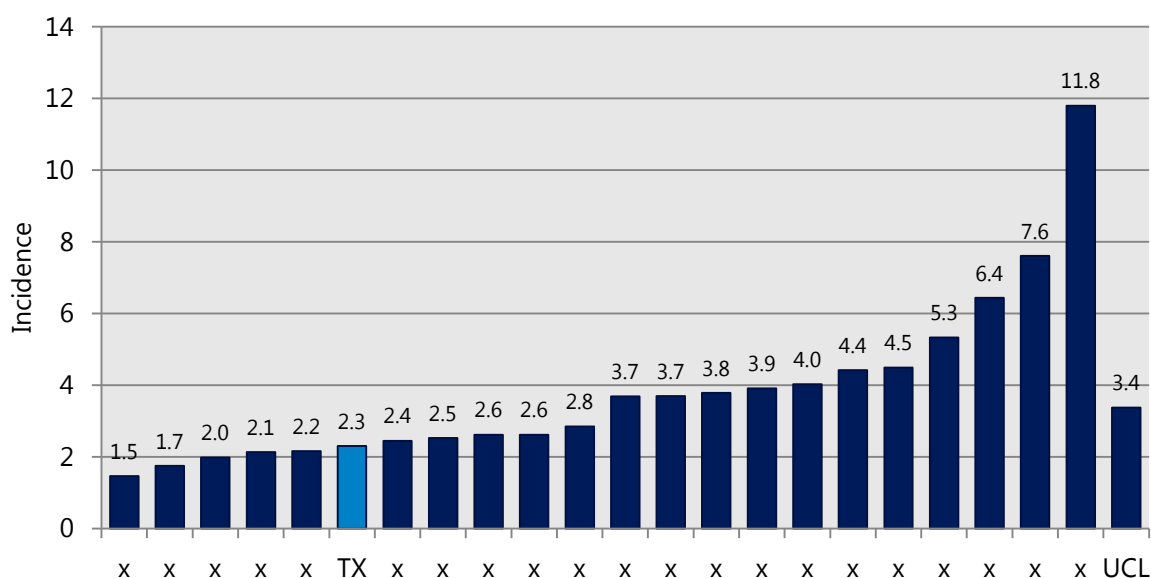
	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Équipe première	13	92,9	379	97,7	20	95,2	430	90,3	33	94,3	809	93,6
Équipe de réserve	1	7,1	0	0	0	0	17	3,6	1	2,9	17	2,0
Équipe nationale	0	0	9	2,3	1	4,8	29	6,1	1	2,9	38	4,4
Total	14	100	388	100	21	100	476	100	35	100	864	100

5.1 Tendances en matière de blessures à l'entraînement

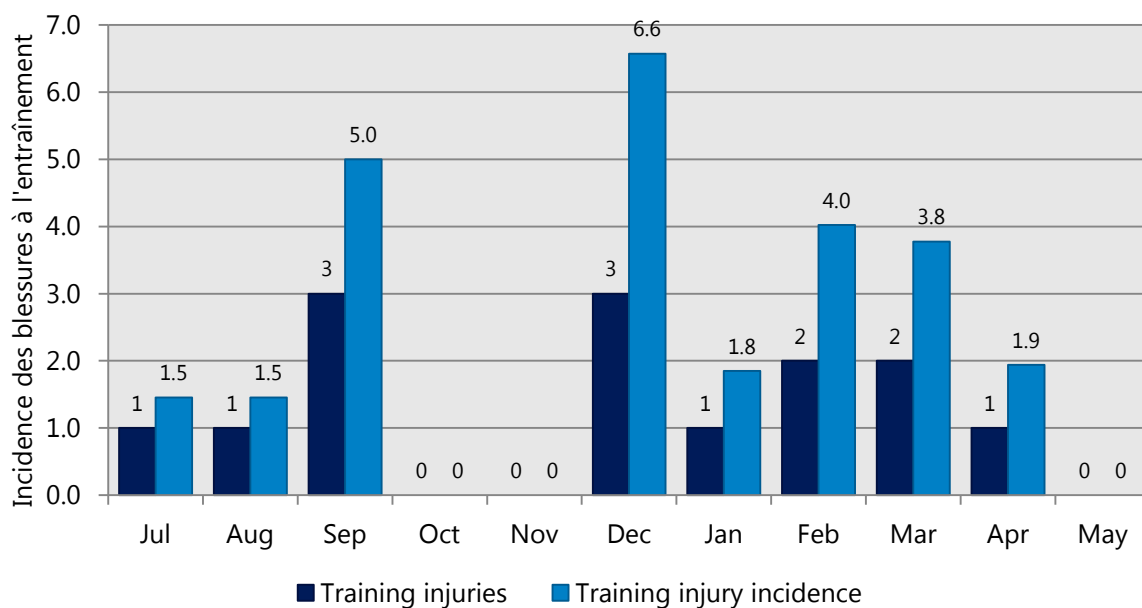
5.1.1 Incidence des blessures à l'entraînement

L'incidence moyenne des blessures à l'entraînement pour toutes les équipes a été de 3,4 blessures/1000 heures d'entraînement, avec des valeurs s'échelonnant entre 1,5 et 11,8.

Graphique 5 Incidence des blessures à l'entraînement



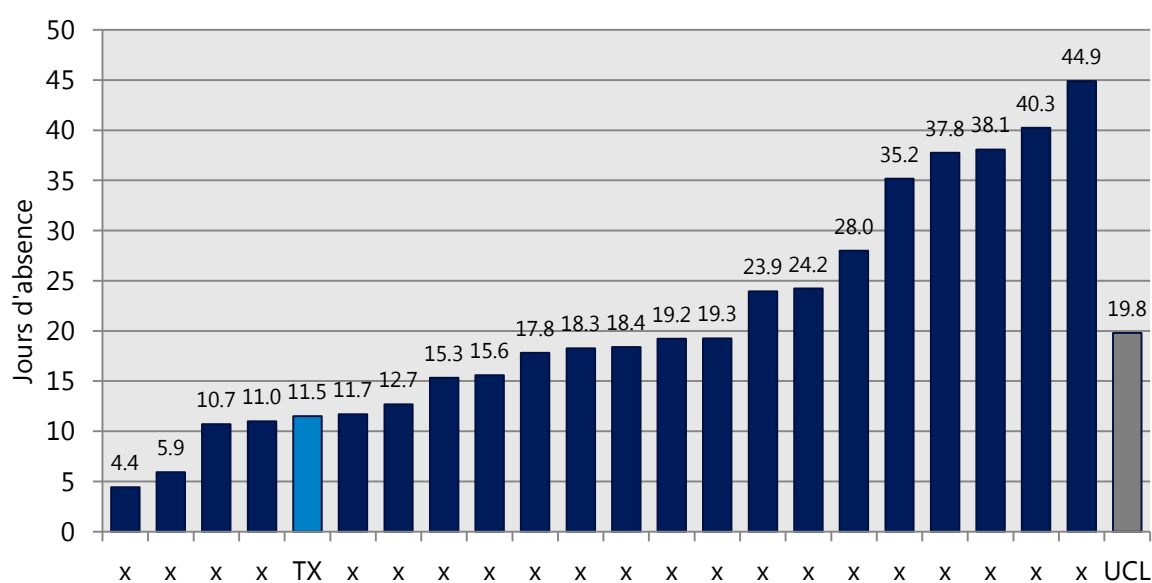
Graphique 6 Répartition mensuelle des blessures survenues à l'entraînement (colonnes bleu foncé) et incidence des blessures à l'entraînement (colonnes bleu clair) pour l'équipe X au cours de la saison.



5.1.2 Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement

L'absence moyenne au sein des équipes en raison de blessures survenues à l'entraînement était de 20 jours, avec des valeurs s'échelonnant entre 4 et 45 jours.

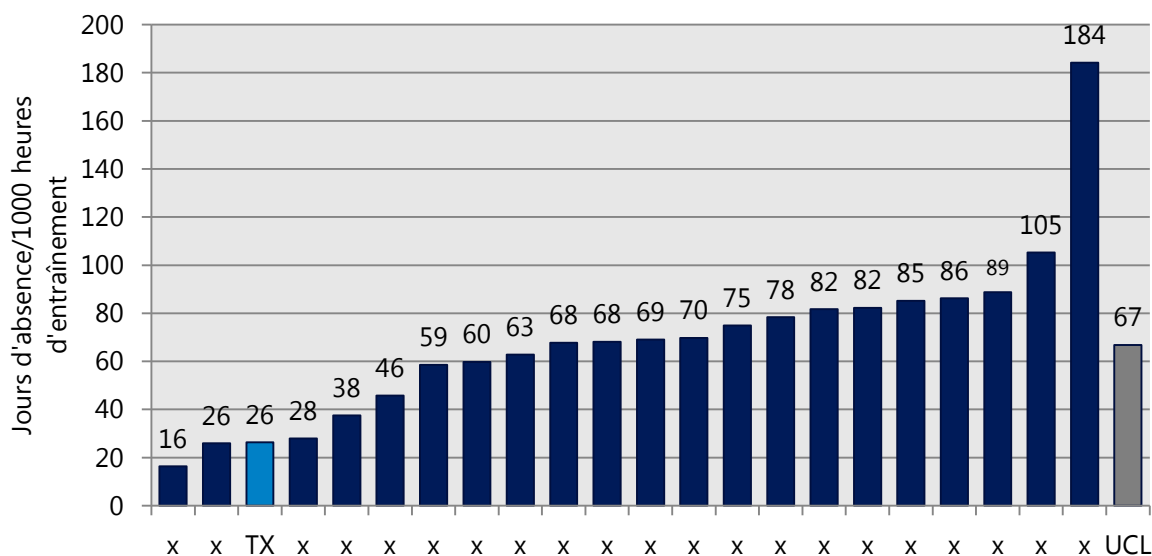
Graphique 7 Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement



5.1.3 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement

Le fardeau des blessures était de 67 jours d'absence/1000 heures d'entraînement, avec des valeurs s'échelonnant de 16,3 à 184,1.

Graphique 8 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement

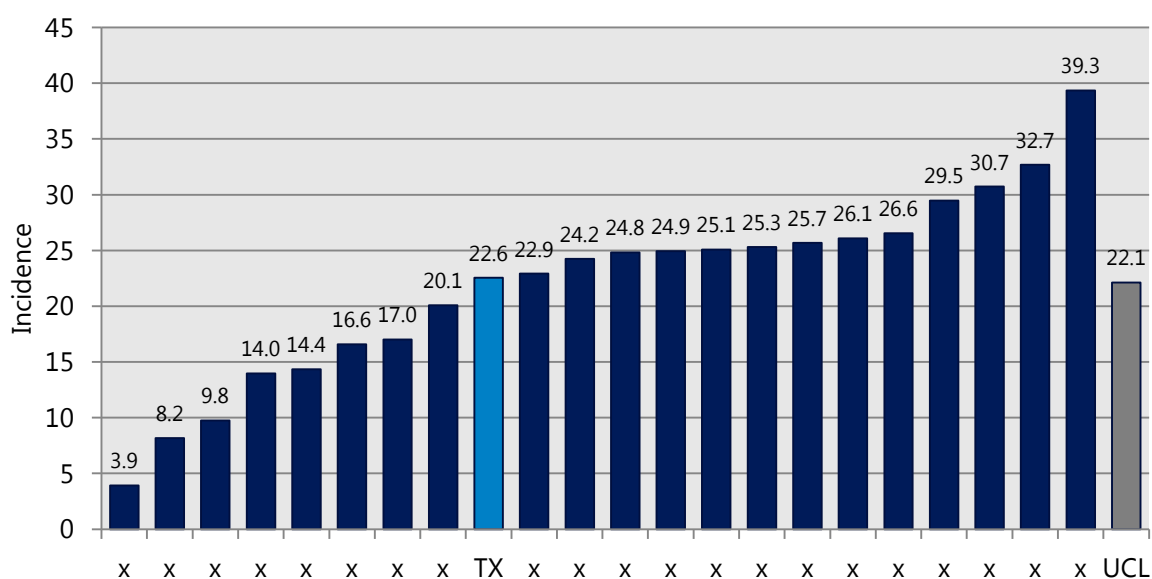


5.2 Tendances en matière de blessures lors de matches

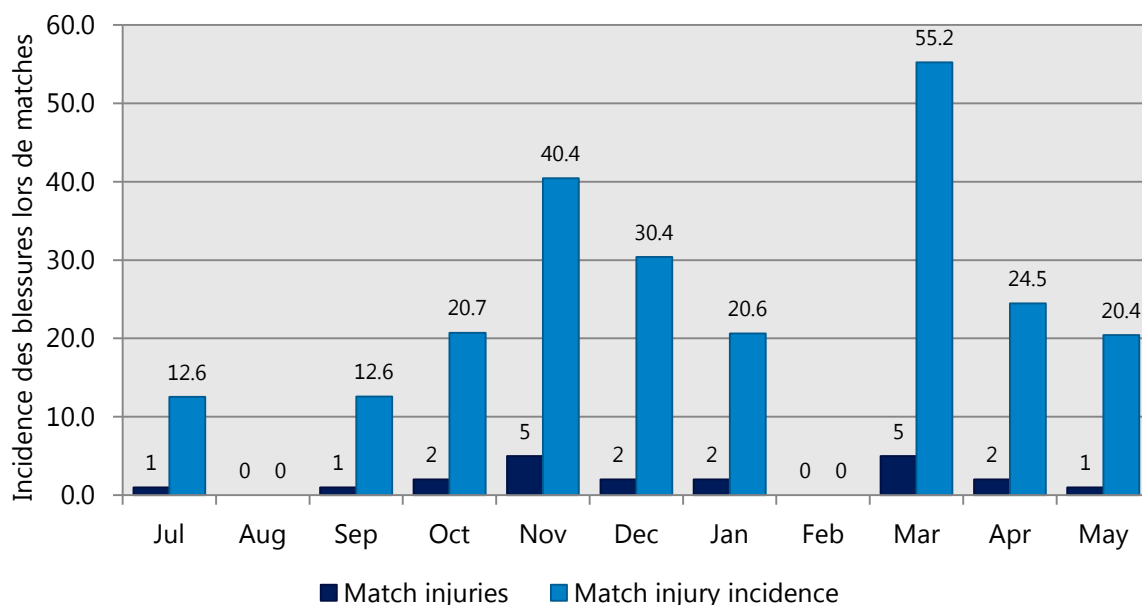
5.2.1 Incidence des blessures lors de matches

L'incidence moyenne des blessures lors de matches pour toutes les équipes a été de 22 blessures/1000 heures de matches, avec des valeurs s'échelonnant entre 4 et 39.

Graphique 9 Incidence des blessures lors de matches



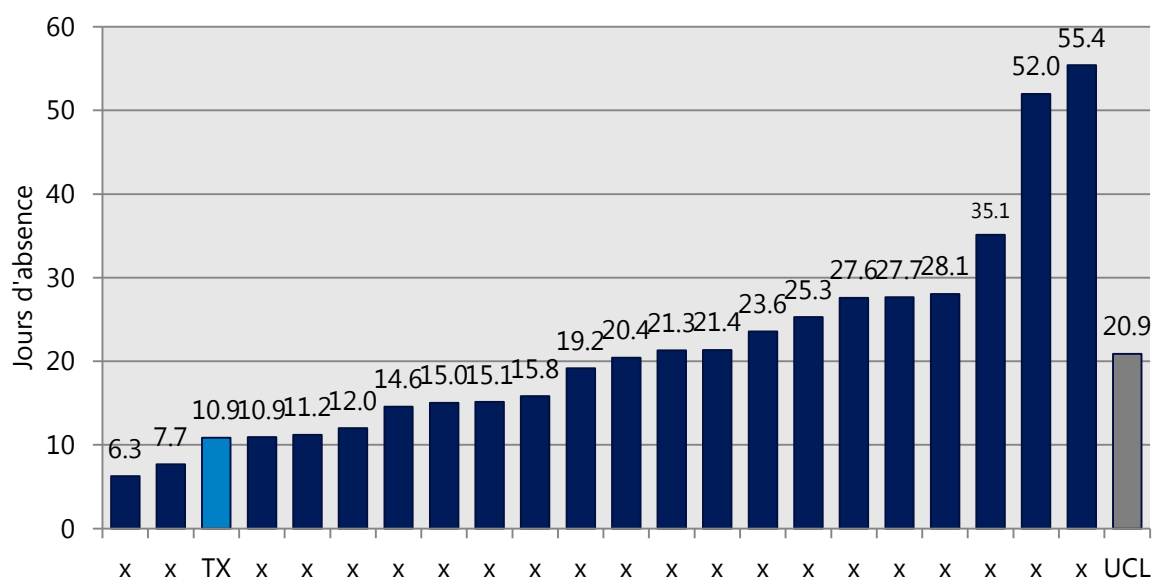
Graphique 10 Répartition mensuelle des blessures survenues lors de matches (colonnes bleu foncé) et incidence des blessures lors de matches (colonnes bleu clair) pour l'équipe X au cours de la saison.



5.2.2 Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches

L'absence moyenne au sein des équipes en raison de blessures survenues lors de matches était de 21 jours, avec des valeurs s'échelonnant entre 6 et 55 jours.

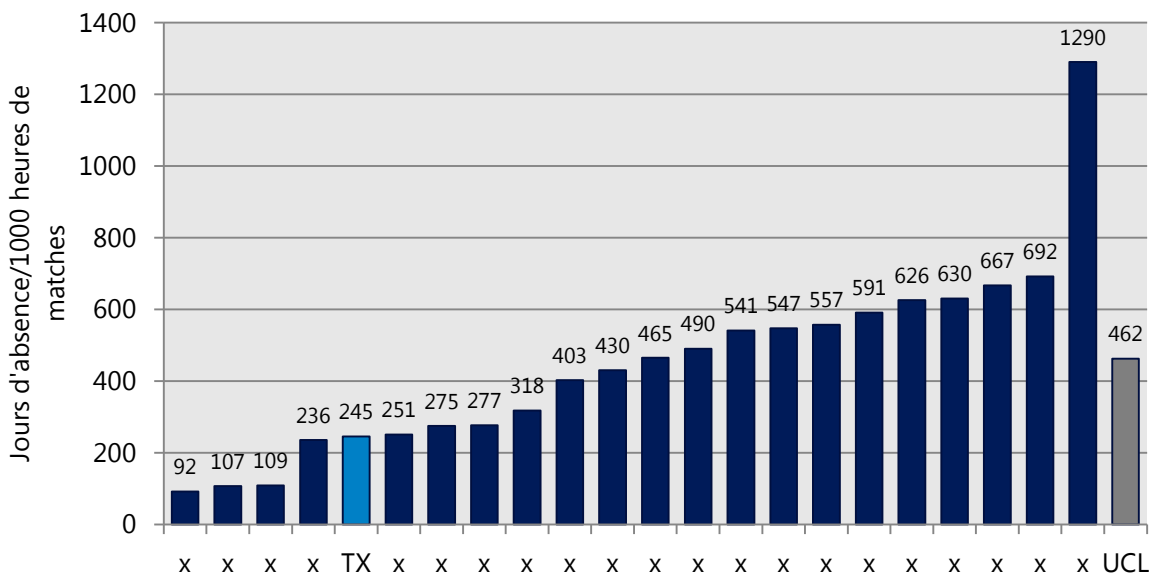
Graphique 11 Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches



5.2.3 Fardeau des blessures survenues lors de matches

Le fardeau des blessures était de 462,3 jours d'absence/1000 heures de matches, avec des valeurs s'échelonnant de 91,6 à 1290,5.

Graphique 12 Fardeau des blessures survenues lors de matches



5.3 Tendances en matière de blessures graves

Les blessures entraînant plus de quatre semaines d'absence des terrains sont classées comme graves.

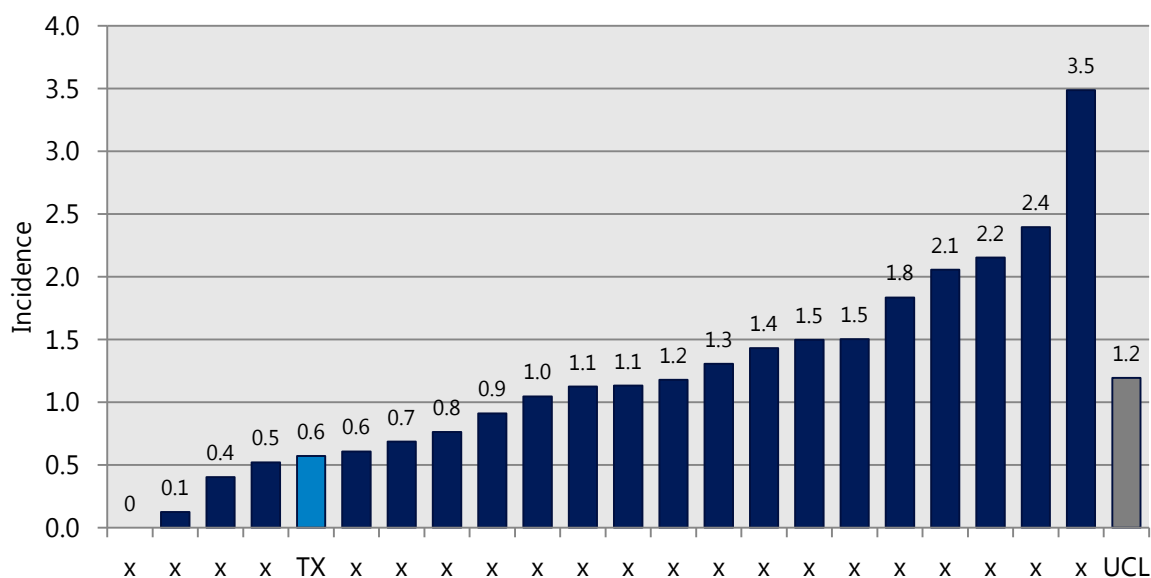
Tableau 10 Diagnostic des blessures graves

Code OSICS 10	Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
		N	%	N	%
TMHB	Élongation du muscle biceps fémoral de degré 1 à 2	3	75,0	12	7,4
AFTX	Fracture du talus	1	25,0	0	0

5.3.1 Incidence des blessures graves

L'incidence moyenne des blessures graves pour toutes les équipes était de 1,2 blessure/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant entre 0 et 3,5.

Graphique 13 Incidence des blessures graves



5.4 Tendances en matière de claquages musculaires/tendineux

Tableau 11 Diagnostic des claquages musculaires/tendineux

Code OSICS 10	Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
		N	%	N	%
TMHB	Élongation du muscle biceps fémoral de degré 1 à 2	8	72,7	85	25,6
GMYP	Points gâchettes ilio-psoas	1	9,1	0	0
TMAL	Déchirure du long adducteur	1	9,1	34	10,2
TMQS	Déchirure du muscle droit antérieur	1	9,1	26	7,8
Total		11	100	332	100

Tableau 12 Mécanismes des claquages musculaires/tendineux

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	8	72,7	126	40,6
Torsion/tour	0	0	24	7,7
Tir	2	18,2	36	11,6
Passe/centre	0	0	27	8,7
Dribble	0	0	4	1,3
Saut/réception	0	0	17	5,5
Chute/plongeon	0	0	2	0,6
Étirement	0	0	7	2,3
Glissade	0	0	6	1,9
Fatigue/surcharge	1	9,1	36	11,6
Collision	0	0	6	1,9
Tacle subi	0	0	4	1,3
Coup de pied	0	0	7	2,3
Blocage	0	0	1	0,3
Autre mécanisme aigu	0	0	7	2,3
Total	11	100	310	100

Tableau 13 Claquages musculaires/tendineux avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	11	100	313	94,3
Contact entre joueurs	0	0	19	5,7
Contact avec un objet	0	0	0	0
Total	11	100	332	100

Tableau 14 Gravité des claquages musculaires/tendineux

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	0	0
Blessures mineures	0	0	30	9,1
Blessures légères	1	9,1	58	17,5
Blessures moyennement graves	7	63,6	190	57,4
Blessures graves	3	27,3	53	16,0
Total	11	100	331	100

Tableau 15 Taux de blessures à répétition des claquages musculaires/tendineux

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	9	81,8	298	89,8
Blessure à répétition	2	18,2	34	10,2
Total	11	100	332	100

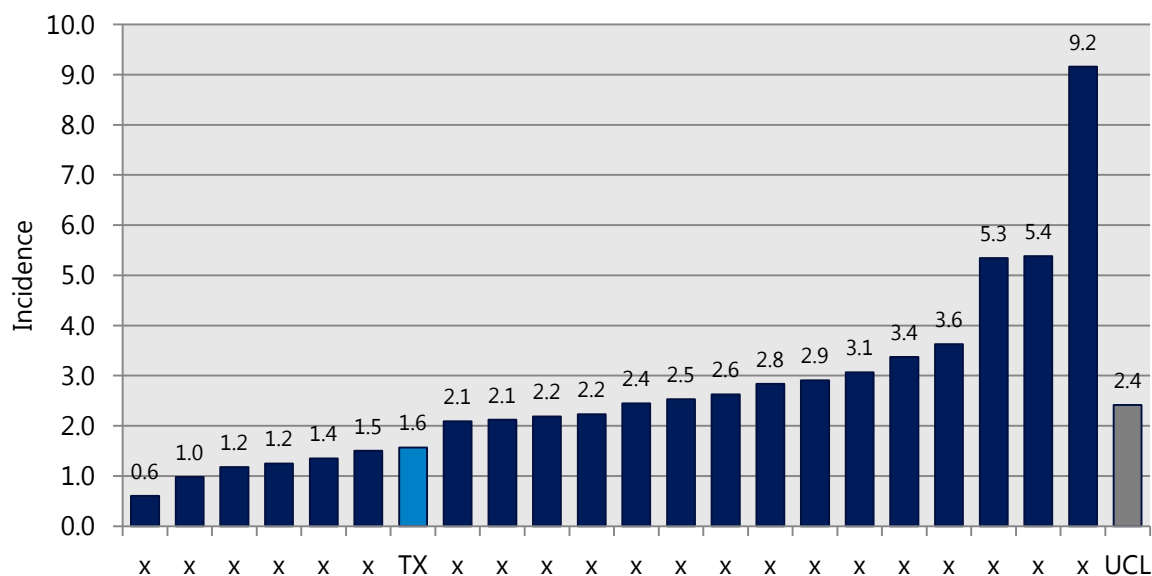
Tableau 16 Répartition mensuelle des claquages musculaires/tendineux

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juin	0	0	0	0
Juillet	0	0	23	6,9
Août	1	9,1	29	8,7
Septembre	0	0	34	10,2
Octobre	1	9,1	40	12,0
Novembre	1	9,1	38	11,4
Décembre	1	9,1	31	9,3
Janvier	2	18,2	29	8,7
Février	0	0	25	7,5
Mars	4	36,4	33	9,9
Avril	1	9,1	30	9,0
Mai	0	0	20	6,0
Total	11	100	332	100

5.4.1 Incidence des claquages musculaires/tendineux

L'incidence des claquages musculaires/tendineux pour toutes les équipes était de 2,4 blessures/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant entre 0,6 et 9,2.

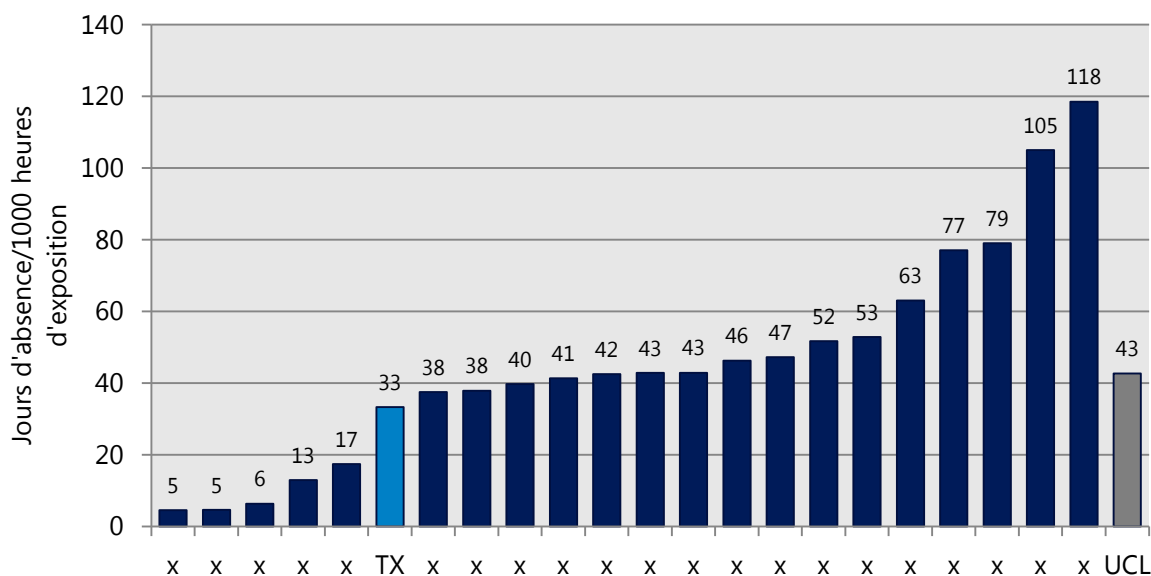
Graphique 14 Incidence des claquages musculaires/tendineux



5.4.2 Fardeau des claquages musculaires/tendineux

Le fardeau moyen des claquages musculaires/tendineux était de 42,7 jours d'absence/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant de 4,5 à 118,0.

Graphique 15 Fardeau des claquages musculaires/tendineux



5.4.3 Jours d'absence en raison de claquages musculaires/tendineux

Tableau 17 Jours d'absence en raison de claquages musculaires/tendineux

Code OSICS 10	Diagnostic	Claquages											
		Équipe X						Autres équipes					
		N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.
TMHB	Élongation du muscle biceps fémoral de degré 1 à 2	8	179	22,4	18,0	5	42	85	1404	16,5	14,0	1	62
GMYP	Points gâchettes ilio-psoas	1	15	15,0	15,0	15	15	0					
TMAL	Déchirure du long adducteur	1	16	16,0	16,0	16	16	34	510	15,0	11,0	1	64
TMQS	Déchirure du muscle droit antérieur	1	24	24,0	24,0	24	24	26	522	20,1	14,0	2	90
Total		11	234	21,3	18,0	5	42	332	5759	17,3	12,0	1	138

N = nombre de blessures dans chaque catégorie

Total = nombre total de jours d'absence pour cause de blessure (montre les conséquences pour l'équipe)

Moy. = valeur moyenne des jours d'absence par blessure (date de guérison escomptée)

Méd. = valeur médiane des jours d'absence pour toutes les blessures de la catégorie (date de guérison escomptée)

Min. = absence la plus courte pour une blessure

Max. = absence la plus longue pour une blessure

5.5 Tendances en matière d'entorses articulaires/ligamentaires

Tableau 18 Diagnostic des entorses articulaires/ligamentaires

Code OSICS 10	Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
		N	%	N	%
		AJLA	Entorse au ligament talo-fibulaire antérieur		
Total	43	100	131	100	

Tableau 19 Mécanismes des entorses articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	0	0	1	0,8
Torsion/tour	1	16,7	19	14,8
Tir	0	0	3	2,3
Passe/centre	0	0	2	1,6
Dribble	0	0	5	3,9
Saut/réception	1	16,7	15	11,7
Chute/plongeon	0	0	5	3,9
Glissade	2	33,3	6	4,7
Fatigue/surcharge	0	0	2	1,6
Heurté par le ballon	0	0	1	0,8
Collision	0	0	9	7,0
Tacle subi	0	0	37	28,9
Tacle pratiqué	0	0	7	5,5
Coup de pied	2	33,3	8	6,3
Blocage	0	0	5	3,9
Autre mécanisme aigu	0	0	3	2,3
Total	6	100	128	100

Tableau 20 Entorses articulaires/ligamentaires avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	4	66,7	48	36,6
Contact entre joueurs	2	33,3	81	61,8
Contact avec un objet	0	0	2	1,5
Total	6	100	131	100

Tableau 21 Gravité des entorses articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	1	16,7	1	0,8
Blessures mineures	1	16,7	19	14,5
Blessures légères	1	16,7	32	24,4
Blessures moyennement graves	3	50,0	45	34,4
Blessures graves	0	0	34	26,0
Total	6	100	131	100

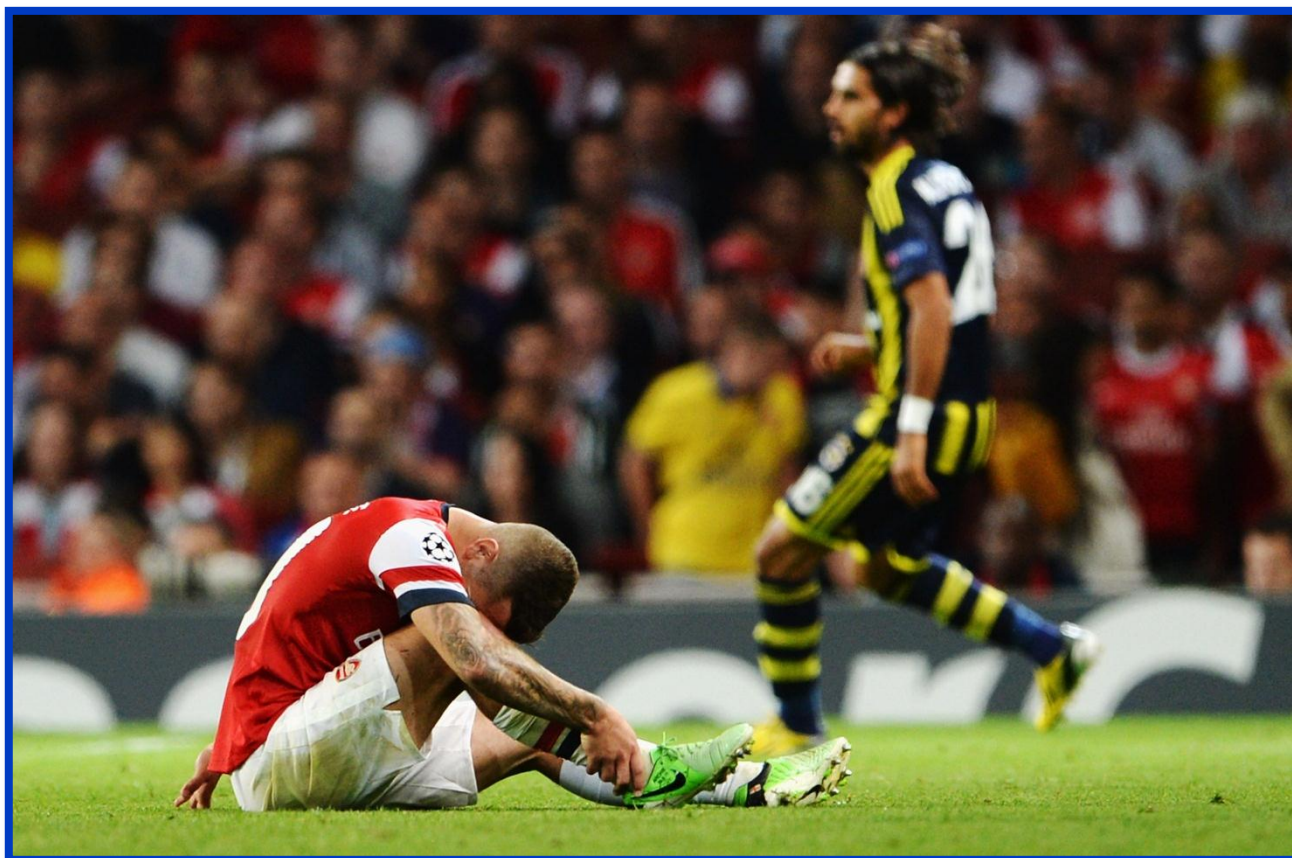
Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite, rapport sur la saison 2012/13

Tableau 22 Taux de blessures à répétition des entorses articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	6	100,0	124	94,7
Blessure à répétition	0	0	7	5,3
Total	6	100	131	100

Tableau 23 Répartition mensuelle des entorses articulaires/ligamentaires

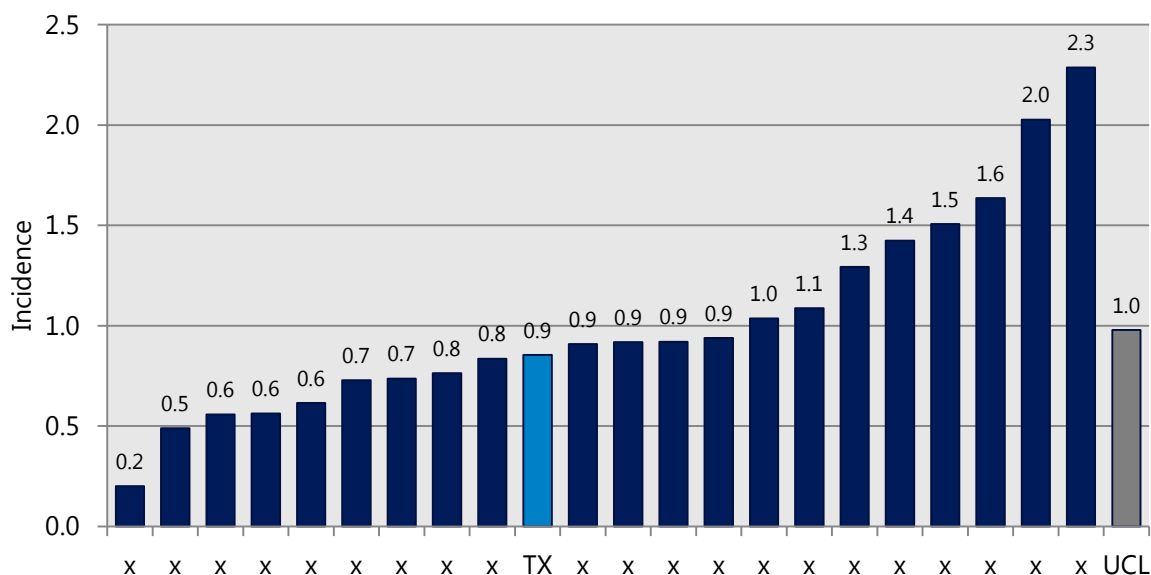
	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juin	0	0	0	0
Juillet	2	33,3	16	12,2
Août	0	0	17	13,0
Septembre	1	16,7	13	9,9
Octobre	0	0	10	7,6
Novembre	0	0	14	10,7
Décembre	0	0	10	7,6
Janvier	0	0	11	8,4
Février	0	0	13	9,9
Mars	1	16,7	10	7,6
Avril	1	16,7	10	7,6
Mai	1	16,7	7	5,3
Total	6	100	131	100



5.5.1 Incidence des entorses articulaires/ligamentaires

L'incidence moyenne des entorses articulaires/ligamentaires était de 1,0 blessure/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant entre 0,2 et 2,3.

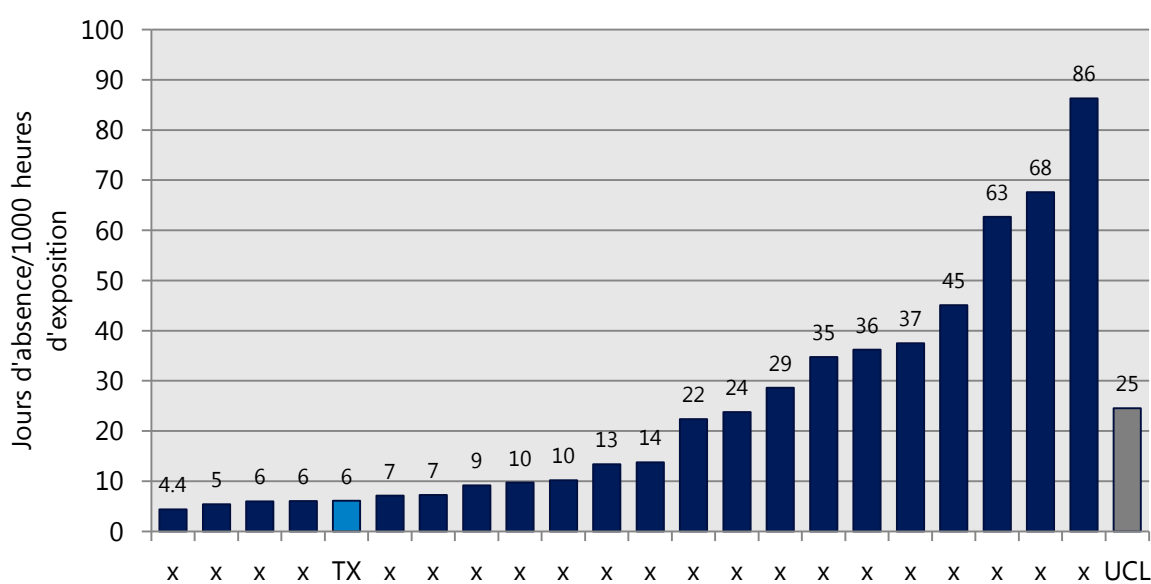
Graphique 16 Incidence des entorses articulaires/ligamentaires



5.5.2 Fardeau des entorses articulaires/ligamentaires

Le fardeau moyen des entorses articulaires/ligamentaires était de 24,6 jours d'absence/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant de 4,4 à 86,3.

Graphique 17 Fardeau des entorses articulaires/ligamentaires



5.5.3 Jours d'absence en raison d'entorses articulaires/ligamentaires

Tableau 24 Jours d'absence en raison d'entorses articulaires/ligamentaires

Code OSICS 10	Diagnostic	Entorses											
		Équipe X					Autres équipes						
		N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.
AJLA	Entorse au ligament talo-fibulaire antérieur	6	43	7,2	6,0	0	21	23	334	14,5	9,0	1	50
Total		6	43	7,2	6,0	0	21	131	3393	25,9	11,0	0	254

N = nombre de blessures dans chaque catégorie

Total = nombre total de jours d'absence pour blessure (montre les conséquences pour l'équipe)

Moy. = valeur moyenne des jours d'absence par blessure (date de guérison escomptée)

Méd. = valeur médiane des jours d'absence pour toutes les blessures de la catégorie (date de guérison escomptée)

Min. = absence la plus courte pour une blessure

Max. = absence la plus longue pour une blessure

5.6 Tendances en matière de blessures à répétition

Tableau 25 Diagnostic des blessures à répétition

Code OSICS 10	Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
		N	%	N	%
TMHB	Élongation du muscle biceps fémoral de degré 1 à 2	2	100	14	16,5
Total		2	100	85	100

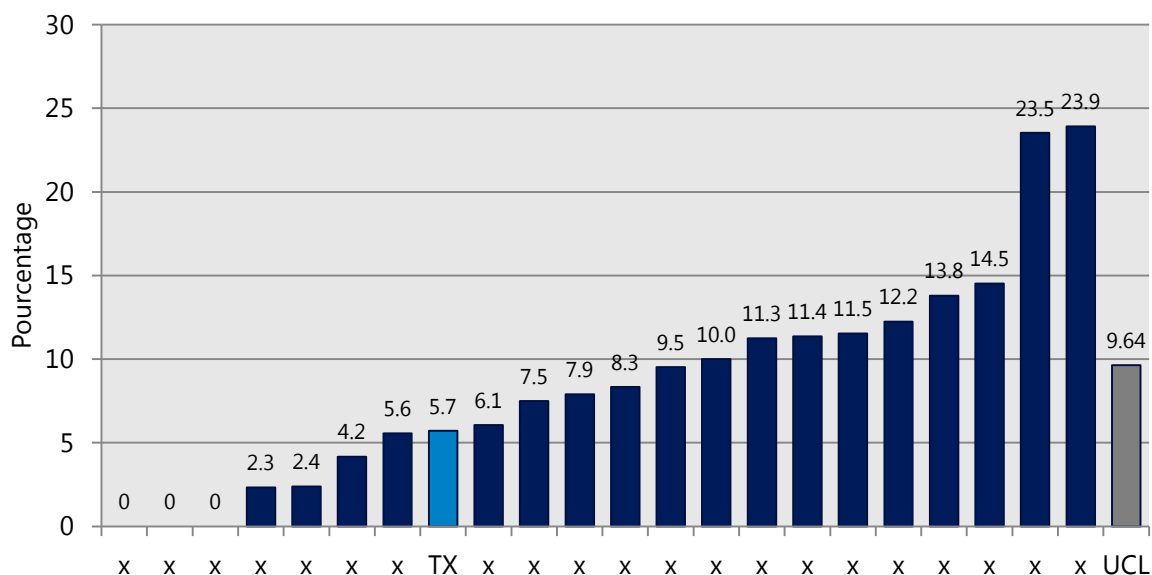
Tableau 26 Gravité des blessures à répétition

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	0	0
Blessures mineures	0	0	6	7,1
Blessures légères	1	50,0	18	21,4
Blessures moyennement graves	1	50,0	36	42,9
Blessures graves	0	0	24	28,6
Total	2	100	84	100

5.6.1 Taux de blessures à répétition (en %)

En moyenne, 9,6% des blessures subies étaient des blessures à répétition, avec des valeurs s'échelonnant de 0 % à 23,9 % en fonction des clubs.

Graphique 18 Taux de blessures à répétition (en %)



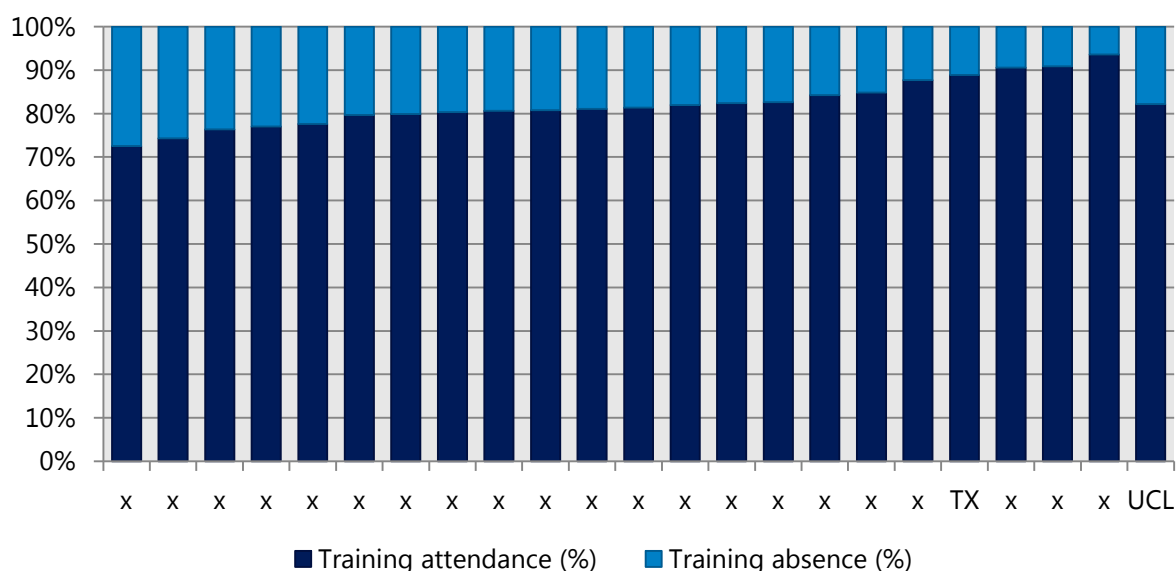
6 Participation/disponibilité et absence de l'effectif

Les données figurant dans tous les tableaux de cette section sont indiquées en pourcentages.

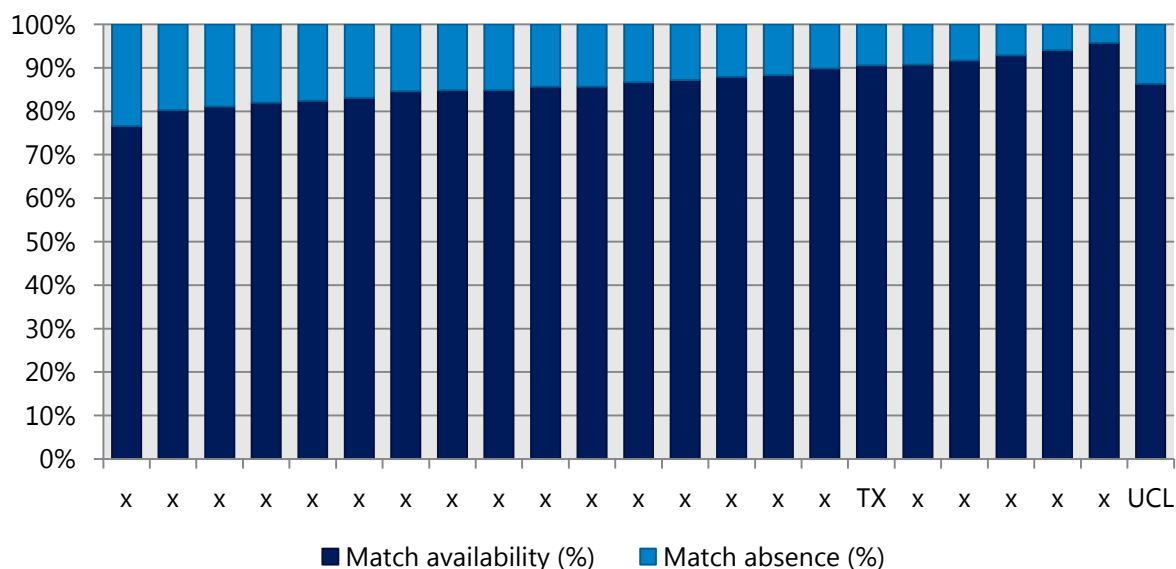
6.1 Participation/disponibilité de l'effectif

La participation/disponibilité de l'effectif se réfère au pourcentage moyen de joueurs qui participaient à chaque séance d'entraînement ou étaient disponibles pour être sélectionnés pour des matches au cours de la saison. Une participation/disponibilité de 100 % signifie qu'aucun joueur n'était absent pour cause de blessure, de maladie ou pour toute autre motif, et qu'aucun joueur n'a été convoqué en équipe nationale.

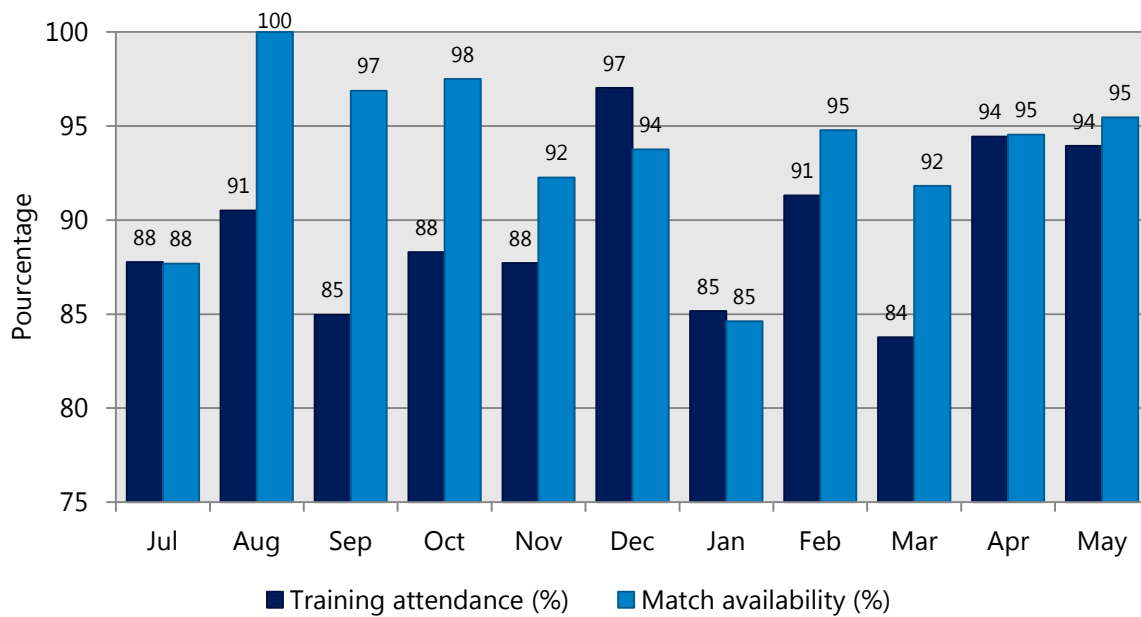
Graphique 19 Participation de l'effectif à l'entraînement en %



Graphique 20 Disponibilité de l'effectif pour des matches en %



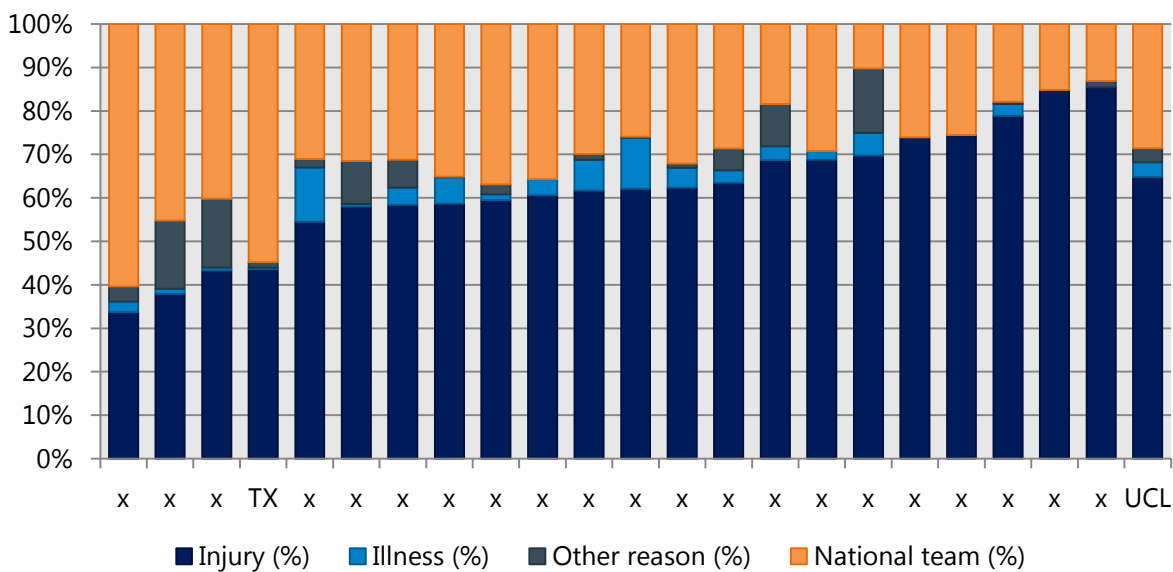
Graphique 21 Participation globale de l'effectif à l'entraînement (colonnes bleu foncé) et disponibilité pour des matches (colonnes bleu clair) de l'équipe X au cours de la saison.



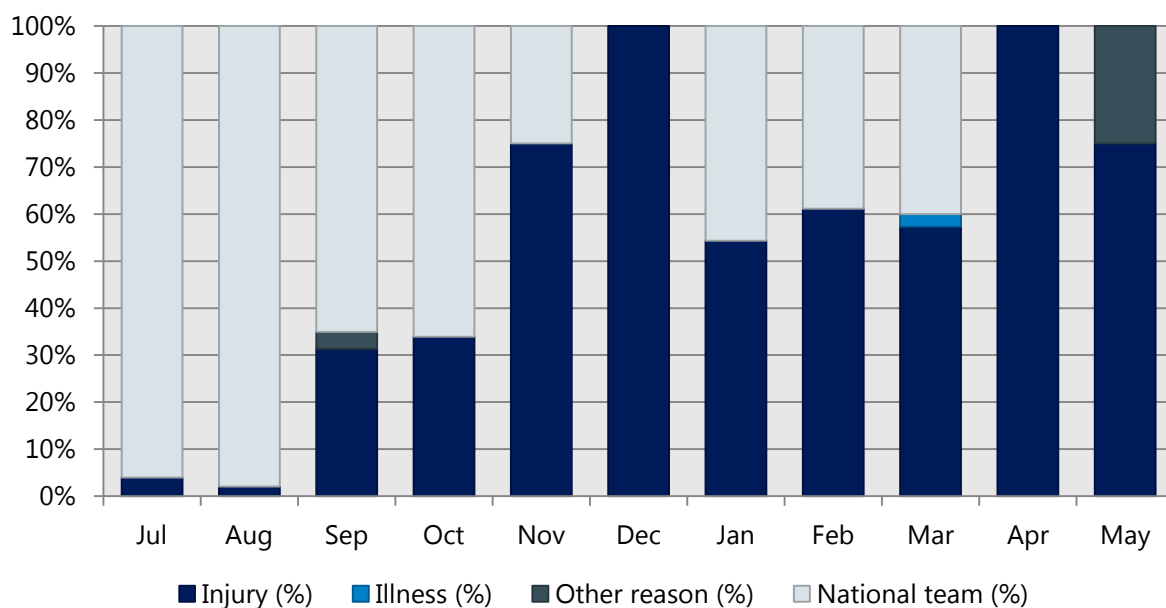
6.2 Absence de l'effectif

Les chiffres ci-dessous montrent la répartition des absences des joueurs pour cause de blessure, de maladie, d'une convocation en équipe nationale ou d'un autre motif au cours de la saison.

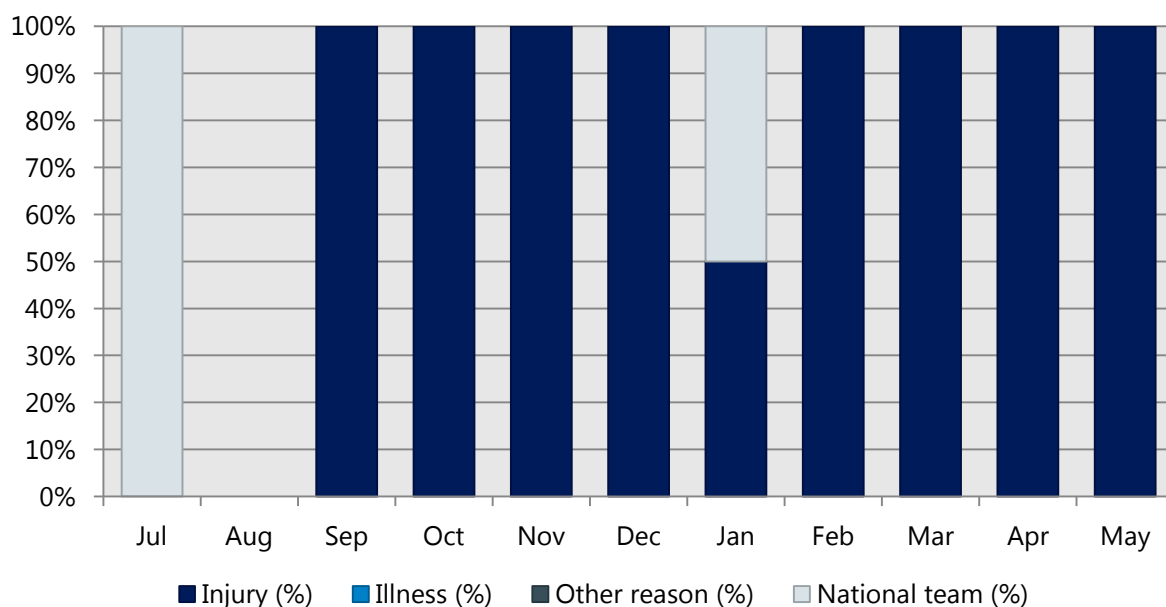
Graphique 22 Motifs d'absence lors des séances d'entraînement



Graphique 24 Motifs d'absence lors des séances d'entraînement de l'équipe X au cours de la saison



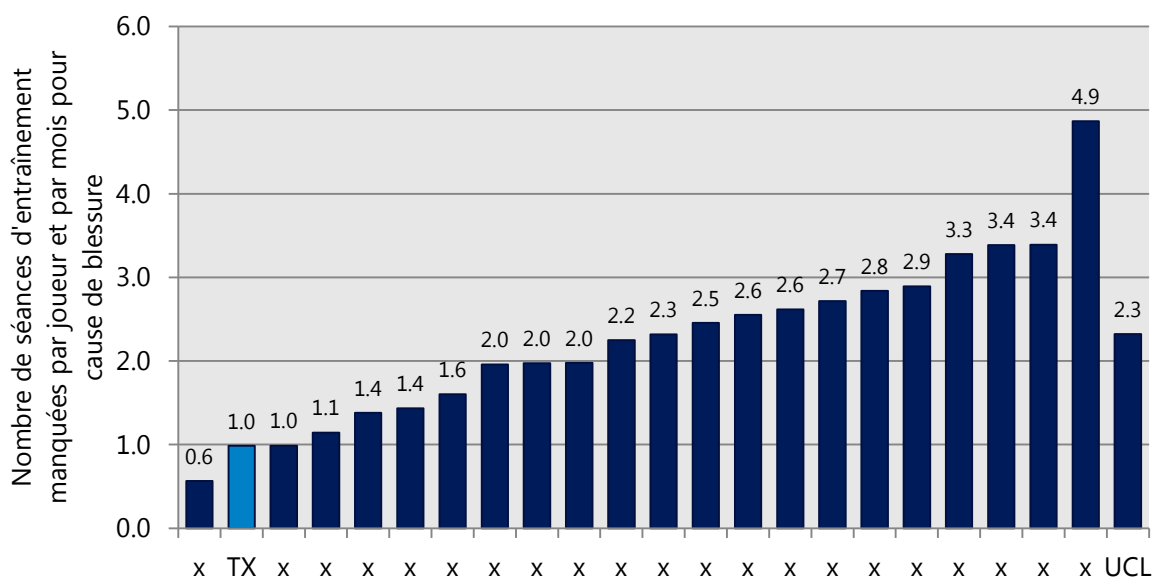
Graphique 25 Motifs d'absence lors des matches de l'équipe X au cours de la saison



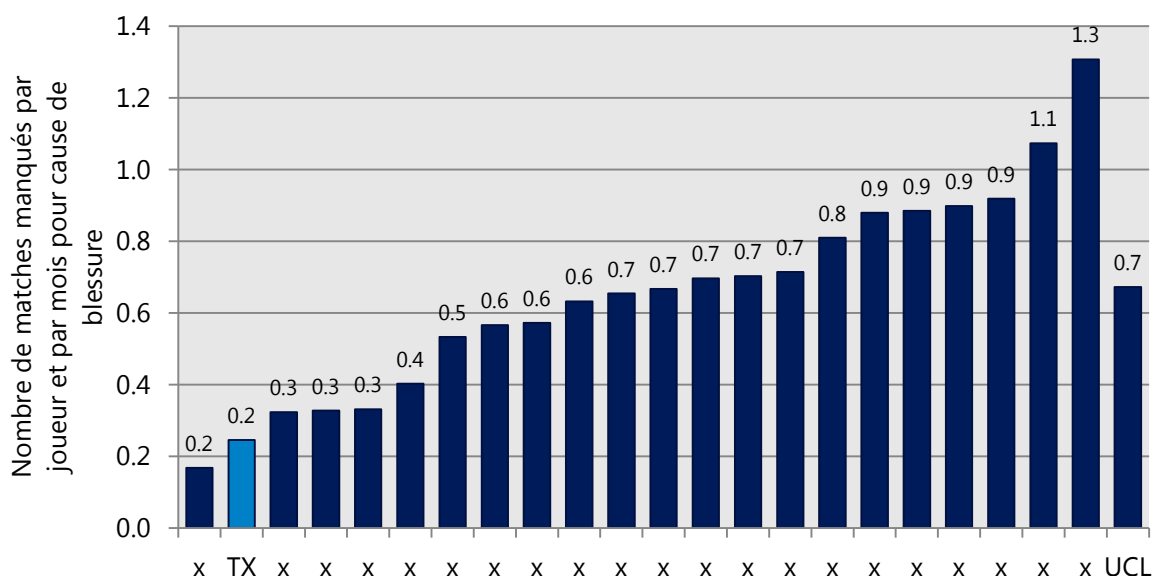
6.3 Nombre de séances d'entraînement/de matches manqués pour cause de blessure

Les conséquences des blessures ont également été évaluées en termes de nombre de séances d'entraînement et de matches manqués par les joueurs au cours de la saison. En moyenne, sur l'ensemble des clubs, chaque joueur a manqué 2,3 séances d'entraînement et 0,7 match chaque mois pour cause de blessure. Les données spécifiques à chaque club sont présentées ci-dessous.

Graphique 26 Nombre de séances d'entraînement manquées par joueur et par mois pour cause de blessure



Graphique 27 Nombre de matches manqués par joueur et par mois pour cause de blessure



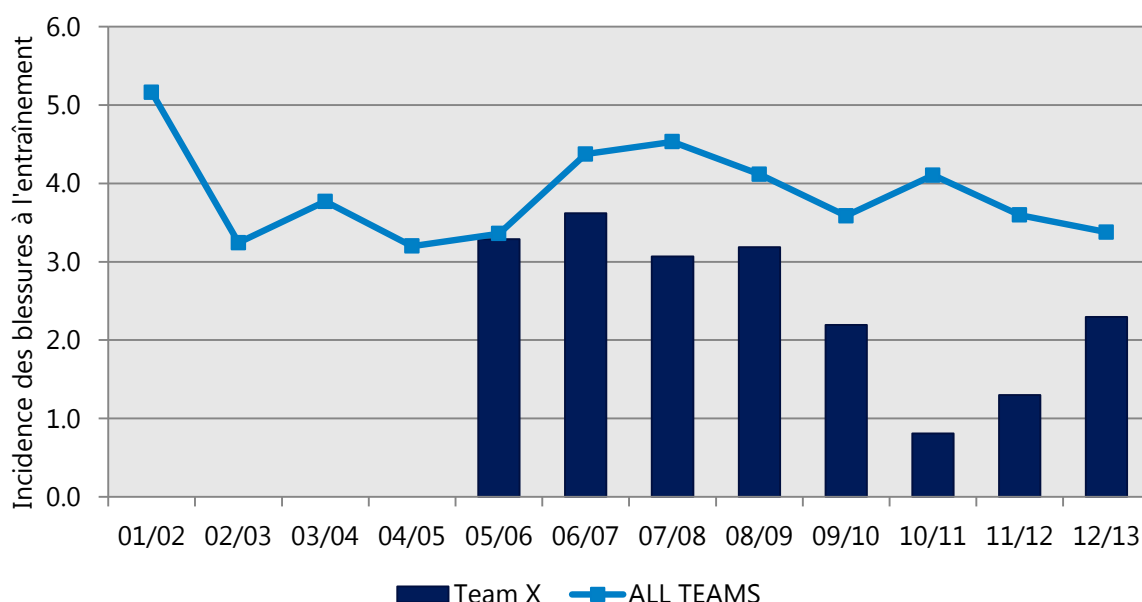
7 Analyses sur douze saisons

Au total, environ 8921 blessures ont été enregistrées lors de l'étude, au cours de 105 720 heures d'exposition sur douze saisons. Trente équipes de dix pays différents ont participé à cette étude à un moment donné durant cette période. La présente section contient les résultats basés sur les données récoltées au cours des douze saisons de l'étude.

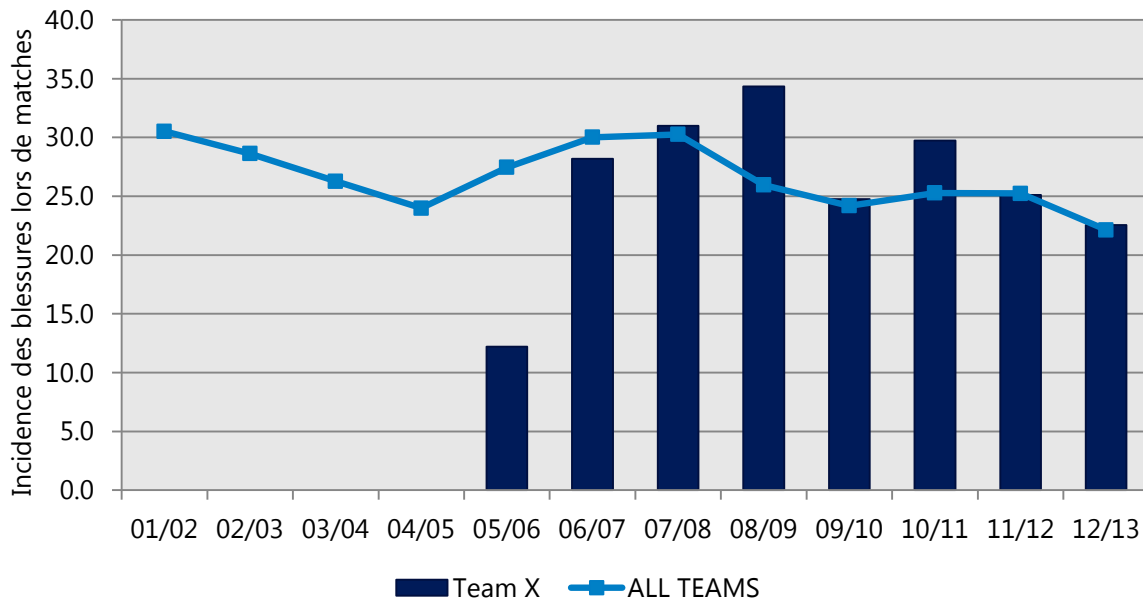
7.1 Incidence des blessures sur douze saisons

L'incidence des blessures pour chaque saison est indiquée pour votre club (colonnes bleu foncé), et la moyenne de l'ensemble des équipes (ligne brisée bleu clair) est également mentionnée à titre de comparaison.

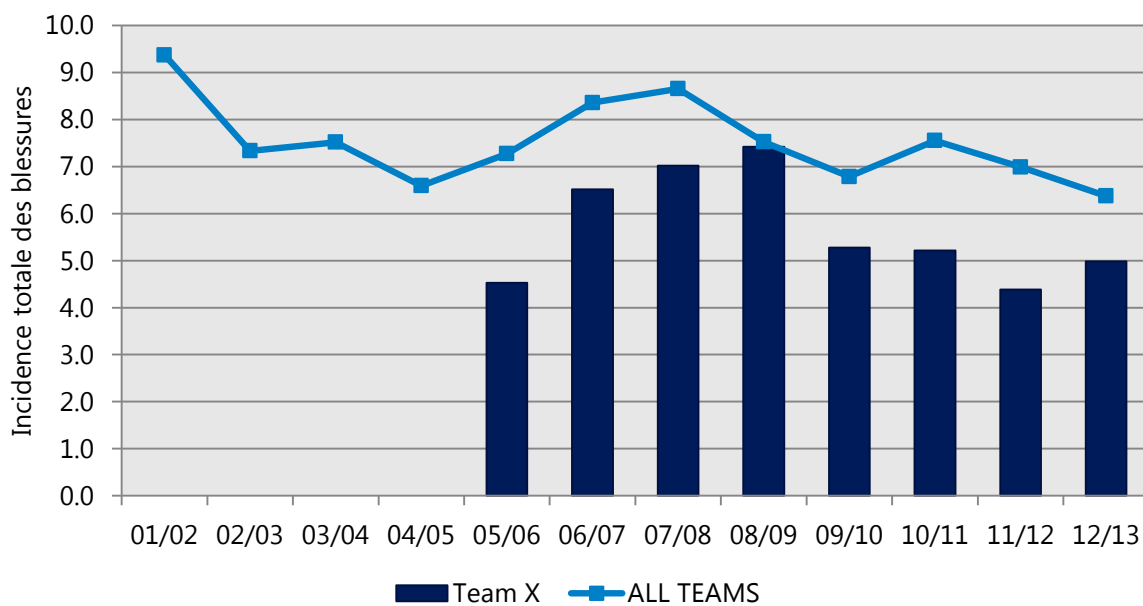
Graphique 28 Incidence des blessures à l'entraînement (douze saisons)



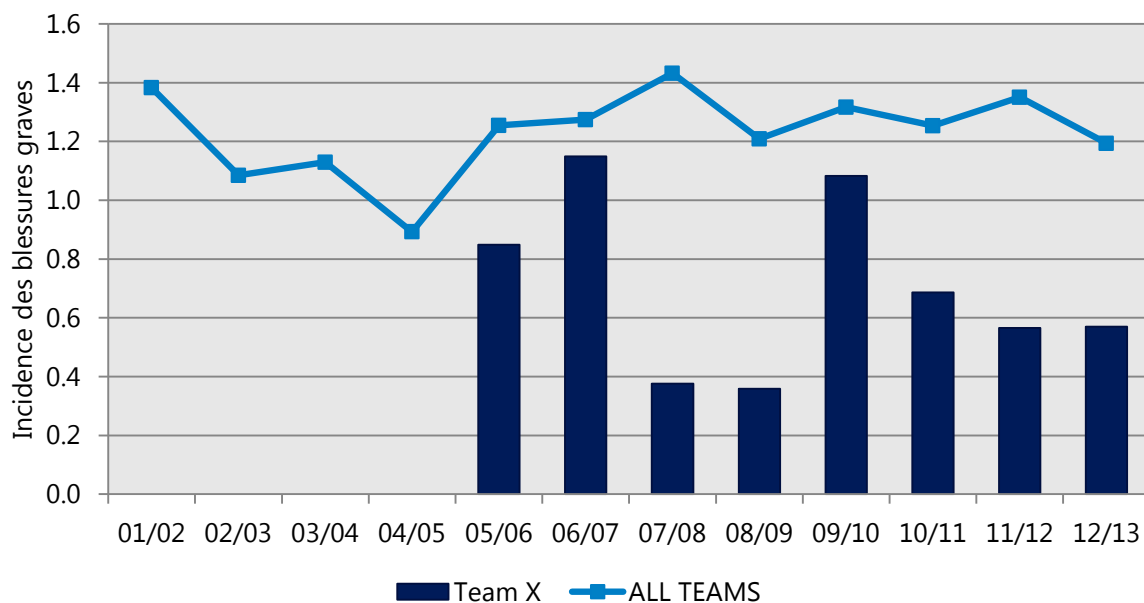
Graphique 29 Incidence des blessures lors de matches (douze saisons)



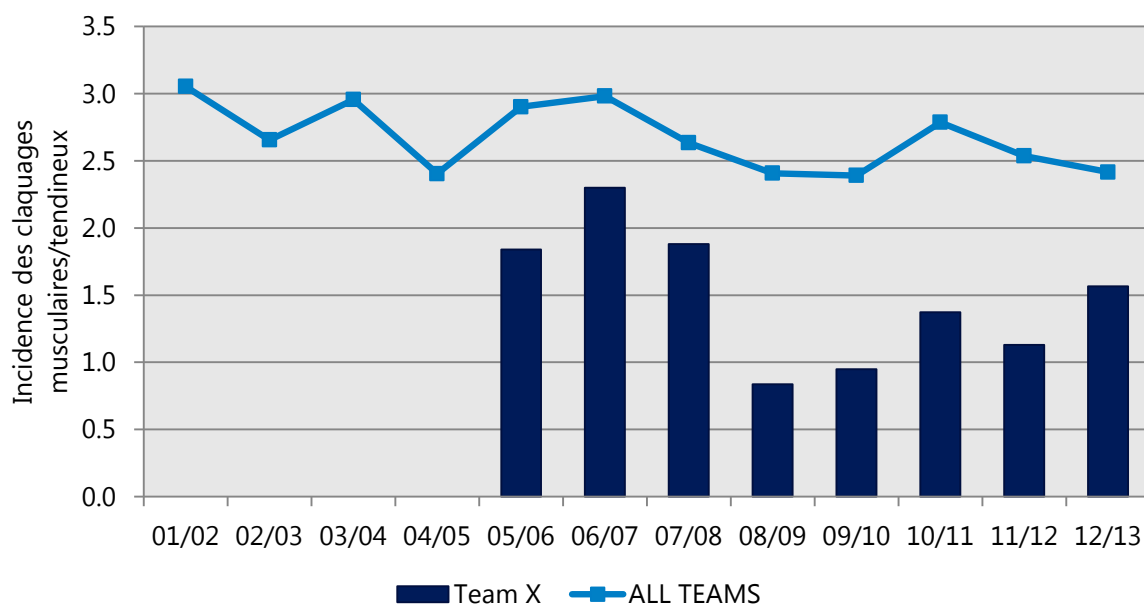
Graphique 30 Incidence totale des blessures (douze saisons)



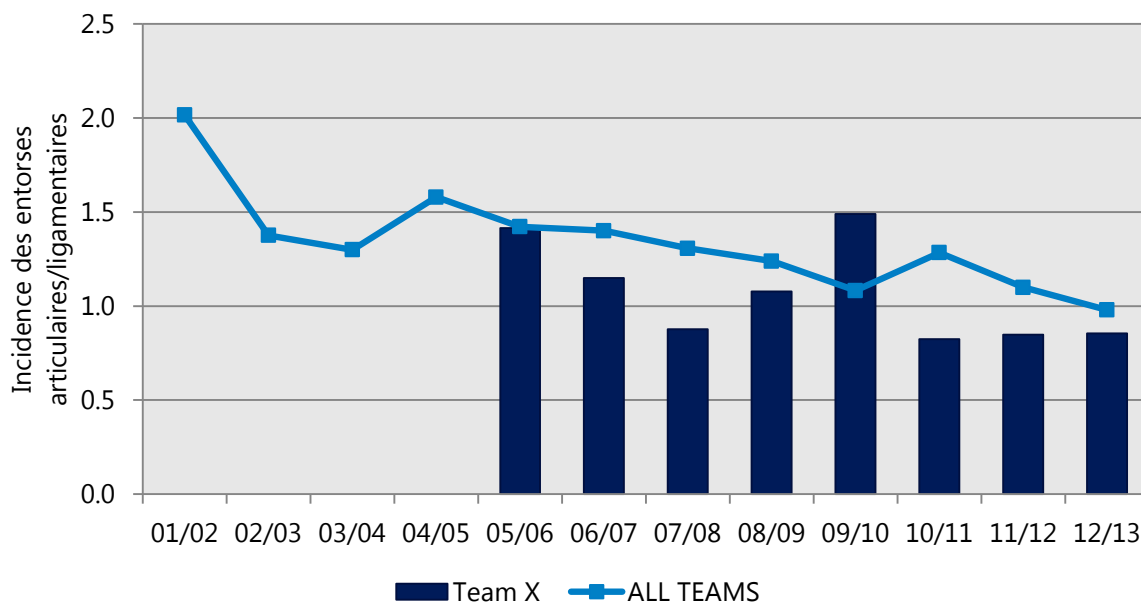
Graphique 31 Incidence des blessures graves (absence >4 semaines) (douze saisons)



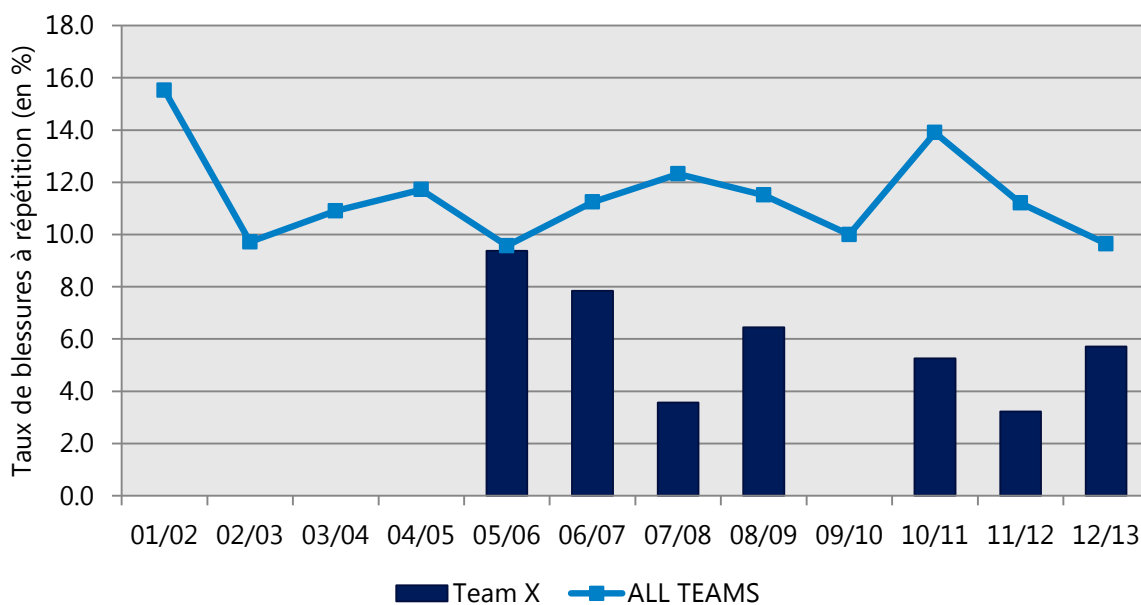
Graphique 32 Incidence des claquages musculaires/tendineux (douze saisons)



Graphique 33 Incidence des entorses articulaires/ligamentaires (douze saisons)



Graphique 34 Taux de blessures à répétition (en %) (douze saisons)







UEFA
ROUTE DE GENÈVE 46
CH-1260 NYON 2
SWITZERLAND
TELEPHONE: +41 848 00 27 27
TELEFAX: +41 848 01 27 27
UEFA.com

WE CARE ABOUT FOOTBALL
