



Étude de l'UEFA sur les blessures dans les clubs d'élite

# Rapport sur la saison 2013/14

**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

**Adresse 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 .....	5
2	Présentation .....	6
3	Interprétation des résultats .....	7
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 blessures musculaires/tendineuses.....	19
5.4.1	Incidence des blessures musculaires/tendineuses.....	21
5.4.2	Fardeau des blessures musculaires/tendineuses.....	21
5.4.3	Jours d'absence en raison de blessures musculaires/tendineuses.....	22
5.5	Tendances en matière de blessures articulaires/ligamentaires.....	23
5.5.1	Incidence des blessures articulaires/ligamentaires.....	25
5.5.2	Fardeau des blessures articulaires/ligamentaires.....	25
5.5.3	Jours d'absence en raison de blessures articulaires/ligamentaires.....	26
5.6	Tendances en matière de blessures à répétition.....	26
5.6.1	Taux de blessures à répétition (en %).....	27
6	Participation/disponibilité et absence de l'effectif .....	28
6.1	Participation/disponibilité de l'effectif.....	28
6.2	Absence de l'effectif.....	29
6.3	Nombre de séances d'entraînement/de matches manqués pour cause de blessure	
	32	
7	Analyses sur treize saisons .....	33

7.1 Incidence des blessures sur treize saisons ..... 33

## 1 Clubs participants

Le présent rapport contient les résultats pour l'ensemble de la saison 2013/14 (de juillet 2013 à mai 2014) et porte sur les 29 clubs suivants, qui ont fourni des données complètes durant la saison :

Belgique	 Club Bruges KV	 RSC Anderlecht		
Danemark	 FC Copenhagen			
Angleterre	 Arsenal FC	 Chelsea FC	 Liverpool LFC	 Manchester City FC
	 Manchester United FC	 Tottenham Hotspur FC		
France	 Olympique de Marseille	 Paris Saint-Germain FC		
Allemagne	 Bayer 04 Leverkusen	 BV Borussia 09 Dortmund	 FC Bayern Munich	 FC Schalke 04
Grèce	 Olympiacos FC	 Panathinaikos FC		
Italie	 AC Milan	 FC Internazionale Milano	 Juventus FC	 SSC Naples
Pays-Bas	 AFC Ajax	 PSV Eindhoven		
Portugal	 FC Porto	 SL Benfica		
Écosse	 Celtic FC			
Espagne	 FC Barcelone	 Real Madrid CF		
Ukraine	 FC Shakhtar Donetsk			

## 2 Présentation

Le présent rapport est divisé en neuf sections et contient 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, les blessures musculaires/tendineuses, les blessures articulaires/ligamentaires, les blessures à répétition, la participation/disponibilité de l'effectif et l'absence pour cause de blessure. Chaque section est subdivisée en quatre chapitres :

- **Tendances en matière de blessures** : nombre de blessures d'un type donné au cours de la saison et distribution relative en pourcentage du nombre total de blessures, compte tenu des 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 d'un type donné 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.
- **Jours d'absence** : nombre total de jours perdus en raison de blessures spécifiques ainsi que les périodes d'absence minimale, maximale et moyenne pour cette blessure.
- **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 : l'équipe A, qui compte 10 blessures en 5000 heures d'exposition, chaque blessure entraînant une absence de 10 jours en moyenne, présente un fardeau des blessures de 20 jours par 1000 heures d'exposition. L'équipe B, qui compte 20 blessures en 5000 heures d'exposition, chaque blessure entraînant une absence de 5 jours en moyenne, présente également un fardeau des blessures de 20 jours par 1000 heures d'exposition.

### 3 Interprétation des résultats

Lorsque vous comparerez les résultats de votre club avec ceux d'autres clubs participants, veuillez tenir compte des éléments suivants :

- 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 (à savoir le nombre de blessures), mais d'étudier également le fardeau des blessures (à savoir le nombre de blessures et leur gravité), la gravité des blessures et la disponibilité de l'effectif, car ces variables peuvent avoir un impact plus important sur les clubs.
- Dans le cas des joueurs encore blessés à la fin de la saison, nous avons utilisé soit leur date de retour estimée par le club, soit 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 valeurs approximatives ou des estimations.

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 à l'avenir. Vos commentaires sont les bienvenus.

Nous vous remercions de votre assistance et de votre soutien dans le cadre de cette étude durant la saison 2013/14. Nous nous réjouissons de poursuivre notre collaboration avec vous à l'avenir.

---

## 4 Exposition

Au total, 200 000 heures d'exposition ont été enregistrées durant la saison 2013/14, dont environ 170 000 heures d'entraînement (85%) et 30 000 heures de matches (15%). L'équipe X compte en tout 8 300 heures d'exposition, dont 7 421 heures d'entraînement (89%) et 879 heures de matches (11%).

En moyenne, les équipes ont suivi 213 séances d'entraînement et disputé 59 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 19,7 séances d'entraînement et 5,5 matches par mois, soit un ratio moyen entraînements/match de 3,6.

Figure 1. Nombre de séances d'entraînement par mois

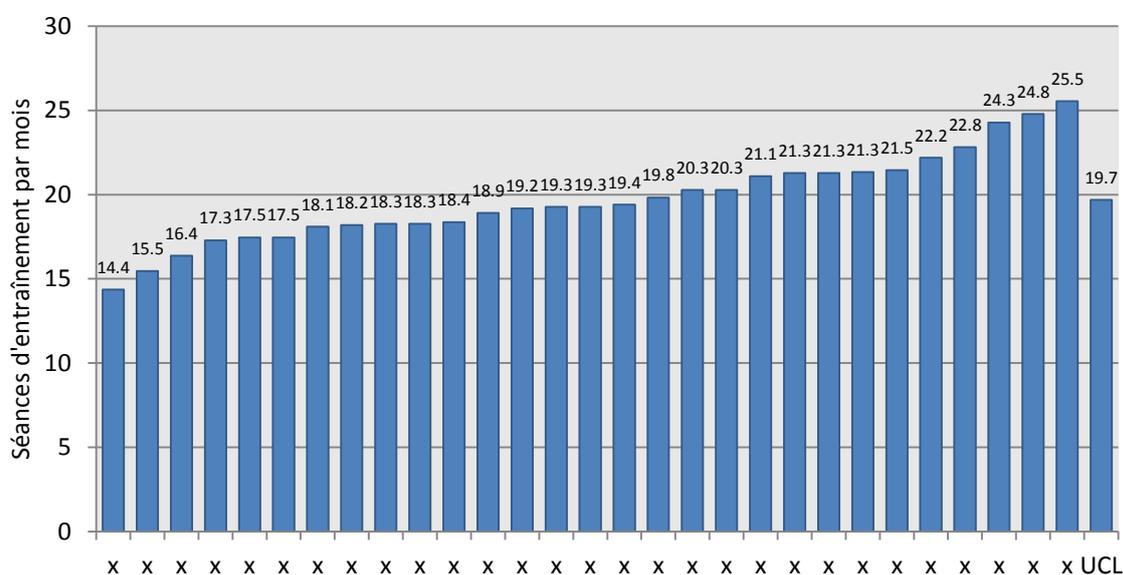


Figure 2. Nombre de matches par mois

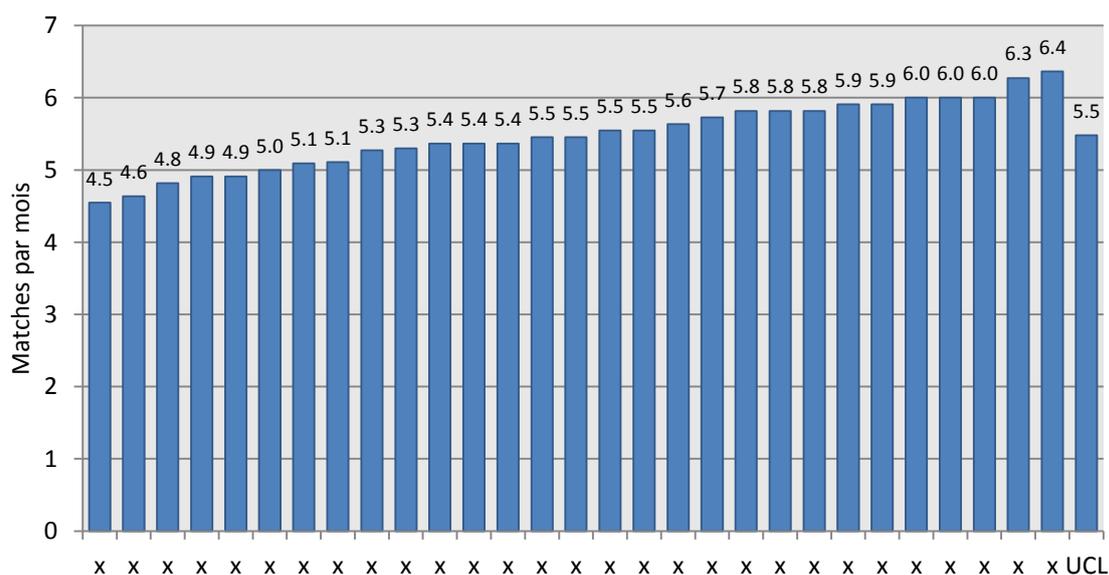


Figure 3. Ratio entraînements/match

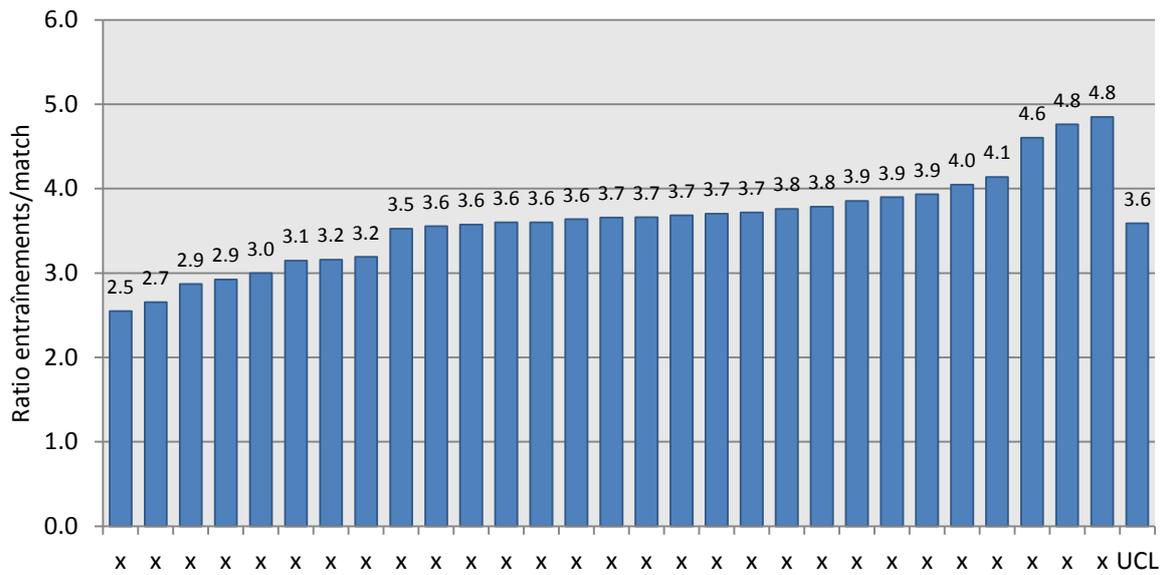
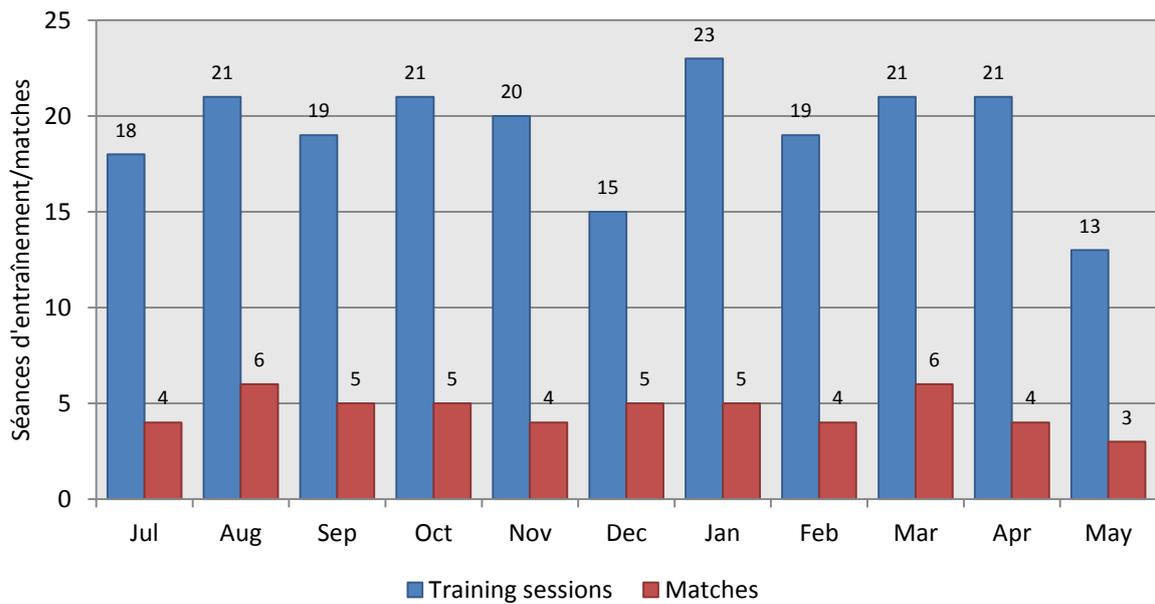


Figure 4. Nombre de séances d'entraînement (colonnes bleues) et de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison.



## 5 Tendances générales en matière de blessures

Les tableaux ci-dessous montrent le nombre (N) et la distribution relative (en pourcentage) des différents types de blessure. Au total, 1324 blessures ont été incluses dans les analyses, dont 739 blessures survenues lors de matches (56 %) et 585 blessures subies à l'entraînement (44 %).

Les données concernant l'**équipe X** portent sur 24 blessures (8 lors de matches et 16 à l'entraînement), entre juillet et décembre.

Tableau 1 : Emplacement des blessures

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Tête/visage	0	0	6	1,1	0	0	20	2,8	0	0	26	2
Nuque/cervicales	0	0	4	0,7	0	0	1	0,1	0	0	5	0,4
Épaule/clavicule	0	0	10	1,8	0	0	27	3,7	0	0	37	2,9
Coude	0	0	1	0,2	0	0	1	0,1	0	0	2	0,2
Avant-bras	0	0	0	0	0	0	3	0,4	0	0	3	0,2
Poignet	0	0	0	0	0	0	1	0,1	0	0	1	0,1
Main/doigt/pouce	0	0	5	0,9	0	0	5	0,7	0	0	10	0,8
Sternum/côtes/haut du dos	0	0	8	1,4	0	0	5	0,7	0	0	13	1
Abdomen	0	0	12	2,1	0	0	8	1,1	0	0	20	1,6
Bas du dos/bassin/sacrum	0	0	31	5,5	0	0	27	3,7	0	0	58	4,5
Hanche/aîne	4	25	86	15,3	1	12,5	100	13,8	5	20,8	186	14,5
Cuisse	7	43,8	153	27,3	4	50	196	27	11	45,8	349	27,1
Genou	2	12,5	111	19,8	1	12,5	127	17,5	3	12,5	238	18,5
Jambe/tendon d'Achille	1	6,3	54	9,6	1	12,5	55	7,6	2	8,3	109	8,5
Cheville	0	0	56	10	1	12,5	106	14,6	1	4,2	162	12,6
Pied/orteil	2	12,5	24	4,3	0	0	44	6,1	2	8,3	68	5,3
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>561</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>726</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1287</b>	<b>100</b>

Tableau 2 : Types de blessure

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres		Équipe		Autres		Équipe X		Autres	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fracture	0	0	15	2,7	0	0	32	4,4	0	0	47	3,6
Autre lésion osseuse	0	0	3	0,5	0	0	7	1	0	0	10	0,8
Luxation/subluxation	0	0	4	0,7	0	0	14	1,9	0	0	18	1,4
Entorse/blessure ligamentaire	3	18,8	78	13,9	1	12,5	145	19,9	4	16,7	223	17,3
Ménisque/cartilage	0	0	22	3,9	0	0	17	2,3	0	0	39	3
Rupture	12	75	208	37,1	6	75	277	38,1	18	75	485	37,7
Blessure/rupture	0	0	57	10,2	1	12,5	31	4,3	1	4,2	88	6,8
Hématome/contusion/ecchymose	0	0	58	10,3	0	0	112	15,4	0	0	170	13,2
Abrasion	0	0	2	0,4	0	0	2	0,3	0	0	4	0,3
Lacération	0	0	5	0,9	0	0	5	0,7	0	0	10	0,8
Commotion cérébrale	0	0	1	0,2	0	0	14	1,9	0	0	15	1,2
Lésion nerveuse	0	0	5	0,9	0	0	0	0	0	0	5	0,4
Synovite/épanchement	0	0	21	3,7	0	0	23	3,2	0	0	44	3,4
Blessure de fatigue, indéterminée	0	0	52	9,3	0	0	33	4,5	0	0	85	6,6
Autre lésion	1	6,3	30	5,3	0	0	15	2,1	1	4,2	45	3,5
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>561</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>727</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1288</b>	<b>100</b>

Tableau 3 : Mécanismes de blessure

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Course/sprint	1	6,3	75	14,9	3	37,5	135	20	4	16,7	210	17,8
Torsion/tour	1	6,3	40	8	0	0	45	6,7	1	4,2	85	7,2
Tir	8	50	53	10,5	2	25	34	5	10	41,7	87	7,4
Passe/centre	0	0	29	5,8	0	0	21	3,1	0	0	50	4,2
Dribble	2	12,5	0	0	0	0	4	0,6	2	8,3	4	0,3
Saut/réception	0	0	35	7	0	0	39	5,8	0	0	74	6,3
Chute/plongeon	0	0	8	1,6	1	12,5	24	3,6	1	4,2	32	2,7
Étirement	0	0	14	2,8	0	0	29	4,3	0	0	43	3,7
Glissade	2	12,5	6	1,2	0	0	9	1,3	2	8,3	15	1,3
Fatigue/surcharge	0	0	111	22,1	0	0	76	11,3	0	0	187	15,9
Heurté par le ballon	0	0	13	2,6	0	0	2	0,3	0	0	15	1,3
Collision	0	0	33	6,6	0	0	61	9	0	0	94	8
Tête	0	0	3	0,6	0	0	5	0,7	0	0	8	0,7
Tacle subi	2	12,5	19	3,8	2	25	78	11,6	4	16,7	97	8,2
Tacle pratiqué	0	0	5	1	0	0	19	2,8	0	0	24	2
Coup de pied reçu	0	0	32	6,4	0	0	69	10,2	0	0	101	8,6
Tirs bloqués	0	0	13	2,6	0	0	7	1	0	0	20	1,7
Utilisation du bras/coude	0	0	0	0	0	0	9	1,3	0	0	9	0,8
Autre mécanisme aigu	0	0	14	2,8	0	0	9	1,3	0	0	23	2
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>503</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>675</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1178</b>	<b>100</b>

Tableau 4 : Répartition des blessures de fatigue/traumatismes

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fatigue/surcharge	13	81,3	227	40,5	6	75	183	25,2	19	79,2	410	31,8
Traumatisme	3	18,8	334	59,5	2	25	544	74,8	5	20,8	878	68,2
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>561</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>727</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1288</b>	<b>100</b>

Tableau 5 : Répartition des blessures avec et sans contact

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Absence de contact	14	87,5	432	77,1	6	75	432	59,4	20	83,3	864	67,1
Contact avec un joueur	2	12,5	113	20,2	2	25	290	39,9	4	16,7	403	31,3
Contact avec un objet	0	0	15	2,7	0	0	5	0,7	0	0	20	1,6
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>560</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>727</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1287</b>	<b>100</b>

Tableau 6 : Gravité des blessures

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres		Équipe		Autres		Équipe X		Autres	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	4	0,7	0	0	0	0	0	0	4	0,3
Blessures mineures	0	0	116	20,4	0	0	110	15	0	0	226	17,4
Blessures légères	0	0	151	26,5	1	12,5	192	26,3	1	4,2	343	26,4
Blessures moyennement	11	68,8	213	37,4	4	50	282	38,6	15	62,5	495	38,1
Blessures graves	5	31,3	85	14,9	3	37,5	147	20,1	8	33,3	232	17,8
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>569</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>731</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1300</b>	<b>100</b>

Tableau 7 : Taux de blessures à répétition

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	15	93,8	512	90	8	100	666	91,1	23	95,8	1178	90,6
Blessure à répétition	1	6,3	52	9,1	0	0	59	8,1	1	4,2	111	8,5
Inconnue	0	0	5	0,9	0	0	6	0,8	0	0	11	0,8
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>569</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>731</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1300</b>	<b>100</b>

Tableau 8 : Répartition mensuelle des blessures

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Juillet	3	18,8	52	9,1	0	0	48	6,6	3	12,5	100	7,7
Août	3	18,8	52	9,1	0	0	64	8,8	3	12,5	116	8,9
Septembre	1	6,3	63	11,1	0	0	81	11,1	1	4,2	144	11,1
Octobre	5	31,3	62	10,9	1	12,5	77	10,5	6	25	139	10,7
Novembre	1	6,3	60	10,5	2	25	81	11,1	3	12,5	141	10,8
Décembre	0	0	40	7	0	0	80	10,9	0	0	120	9,2
Janvier	1	6,3	59	10,4	1	12,5	66	9	2	8,3	125	9,6
Février	0	0	58	10,2	2	25	59	8,1	2	8,3	117	9
Mars	1	6,3	55	9,7	1	12,5	93	12,7	2	8,3	148	11,4
Avril	1	6,3	42	7,4	1	12,5	53	7,3	2	8,3	95	7,3
Mai	0	0	26	4,6	0	0	29	4	0	0	55	4,2
Juin	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>569</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>731</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1300</b>	<b>100</b>

Tableau 9 : Survenance des blessures

	Formation				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Équipe première	16	100	548	97,7	8	100	636	87,2	24	100	1 184	91,8
Équipe de réserve	0	0	3	0,5	0	0	49	6,7	0	0	52	4
Équipe nationale	0	0	10	1,8	0	0	44	6	0	0	54	4,2
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	<b>561</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>729</b>	<b>100</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>1290</b>	<b>100</b>

## 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 0,6 et 7,7.

Figure 5. Incidence des blessures à l'entraînement

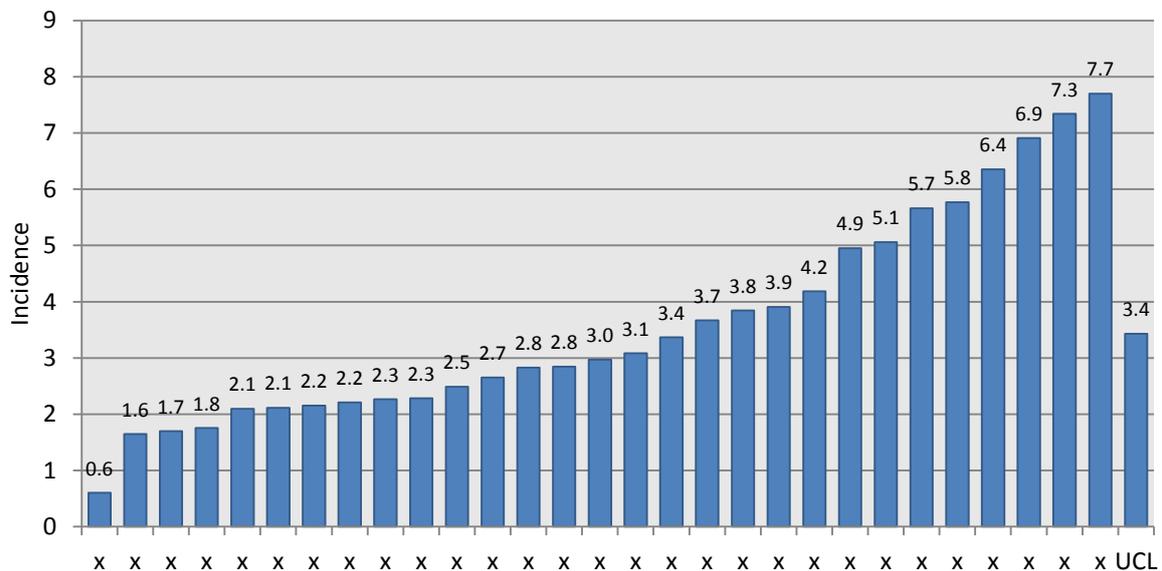
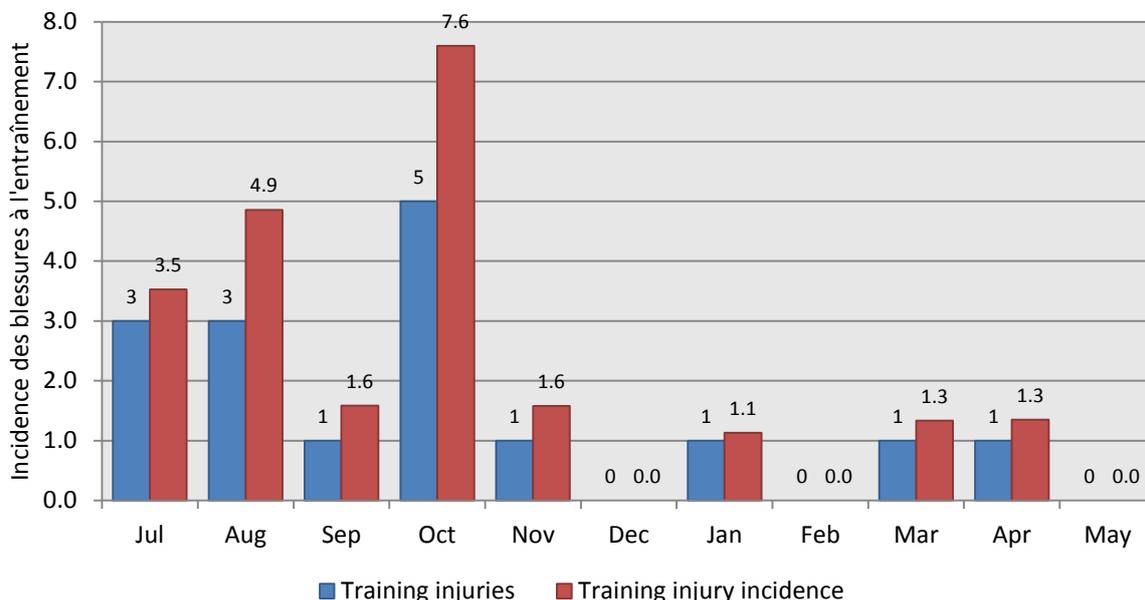


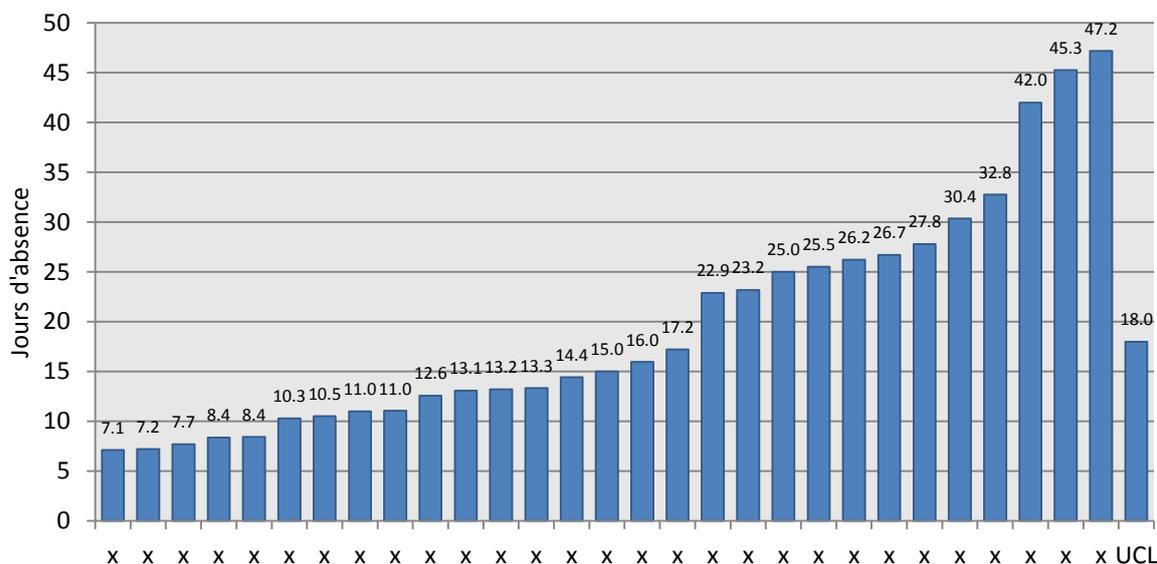
Figure 6. Répartition mensuelle des blessures survenues à l'entraînement (colonnes bleues) et incidence des blessures à l'entraînement (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison.



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

L'absence moyenne en raison de blessures survenues à l'entraînement était de 18 jours, avec des valeurs s'échelonnant entre 7,1 et 47,2 jours, selon les équipes.

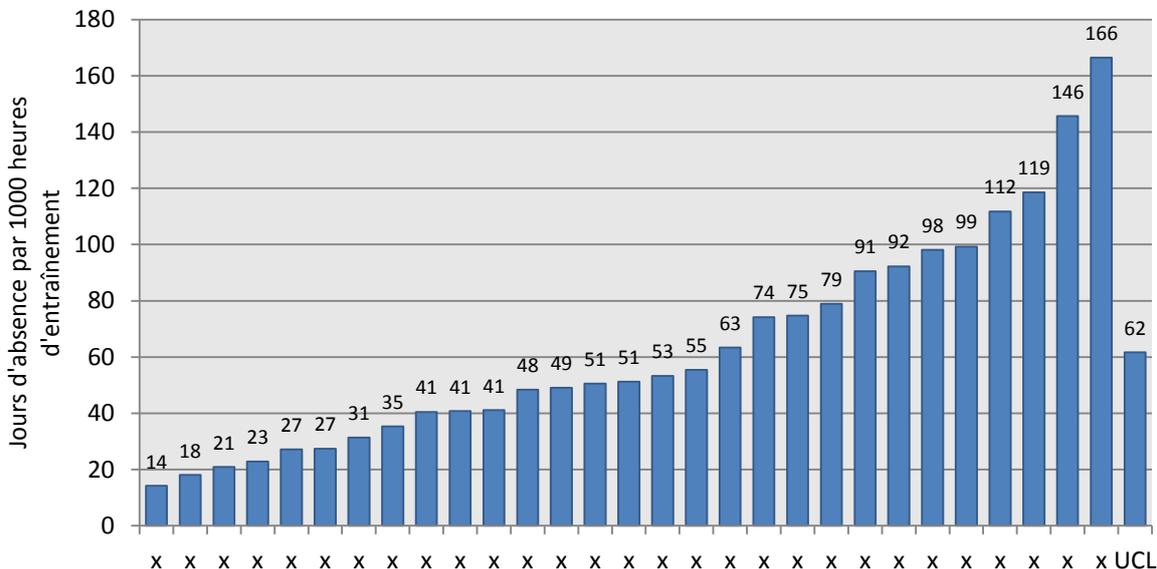
Figure 7. Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement



### 5.1.3 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement

Le fardeau moyen des blessures survenues à l'entraînement était de 62 jours d'absence/1000 heures d'entraînement, avec des valeurs s'échelonnant de 14 à 166.

Figure 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 23,2 blessures/1000 heures de matches, avec des valeurs s'échelonnant entre 9,1 et 47,9.

Figure 9. Incidence des blessures lors de matches

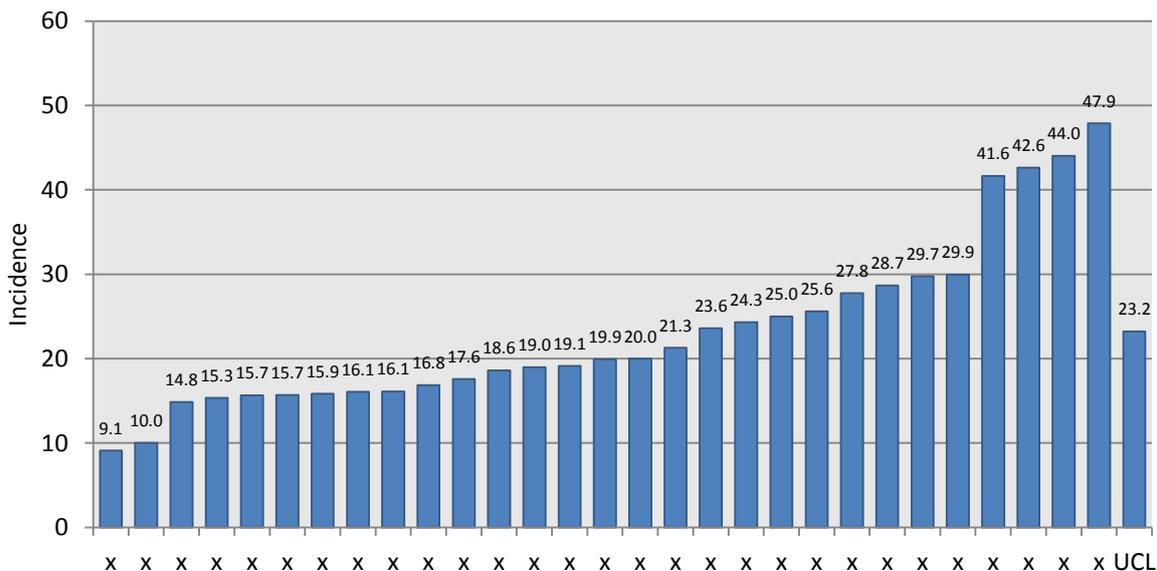
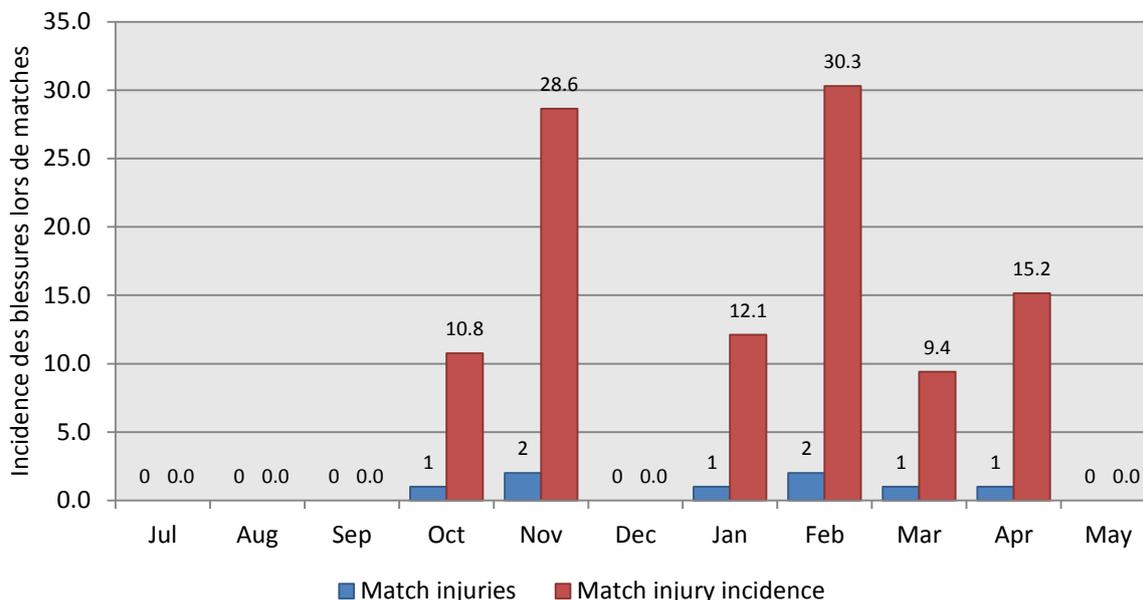


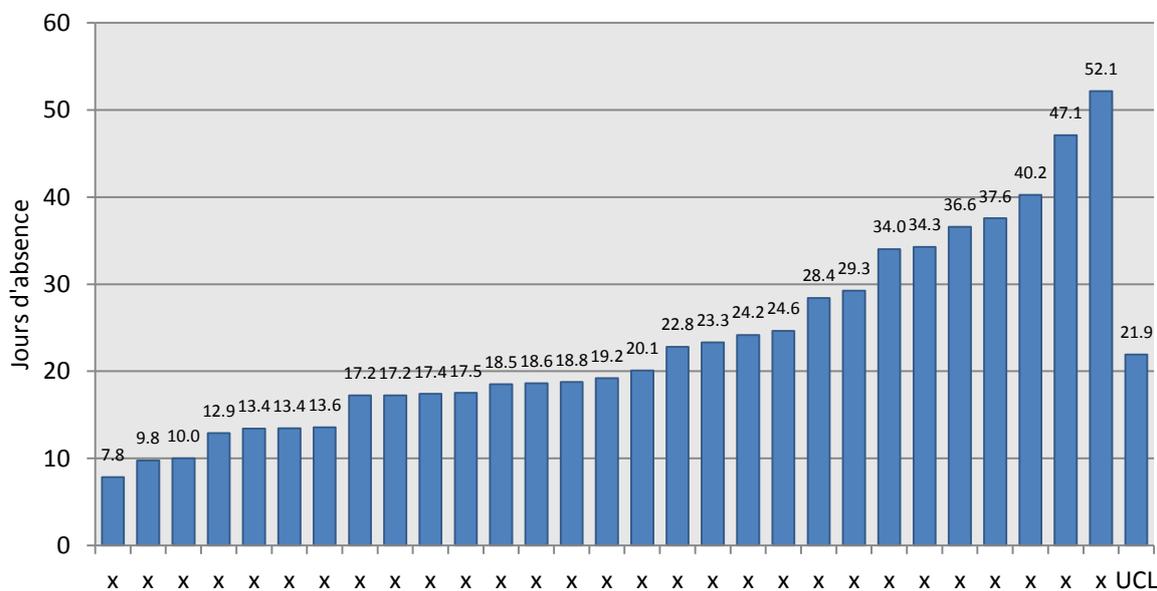
Figure 10. Répartition mensuelle des blessures survenues lors de matches (colonnes bleues) et incidence des blessures lors de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison.



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

L'absence moyenne en raison de blessures survenues lors de matches était de 21,9 jours, avec des valeurs s'échelonnant entre 7,8 et 52,1 jours, selon les équipes.

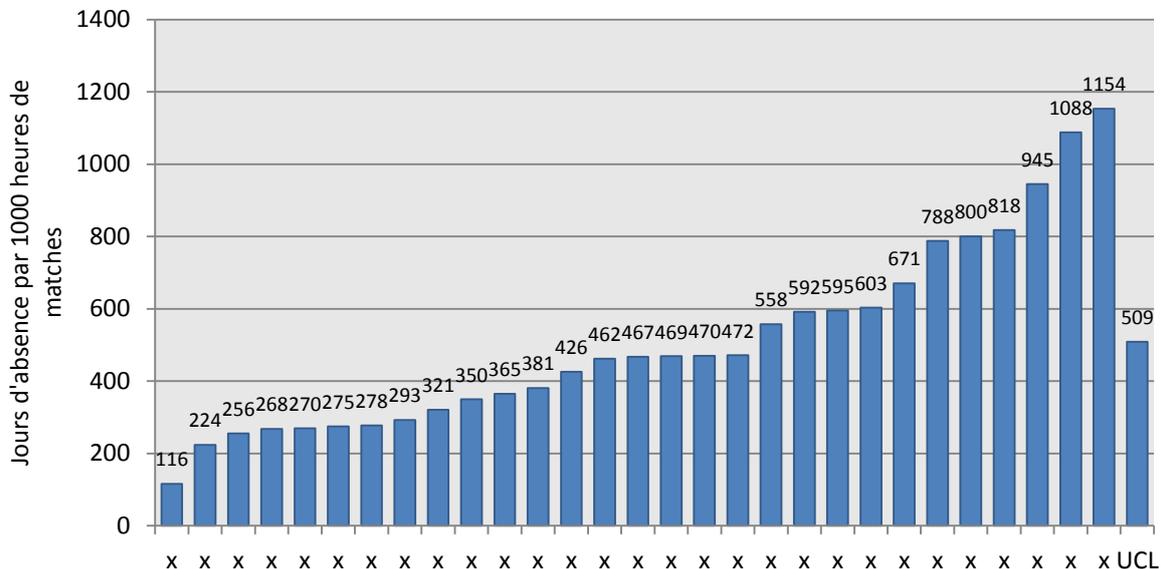
Figure 11. Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches



### 5.2.3 Fardeau des blessures survenues lors de matches

Le fardeau moyen des blessures lors de matches était de 509 jours d'absence/1000 heures de matches, avec des valeurs s'échelonnant de 116 à 1 154.

Figure 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.

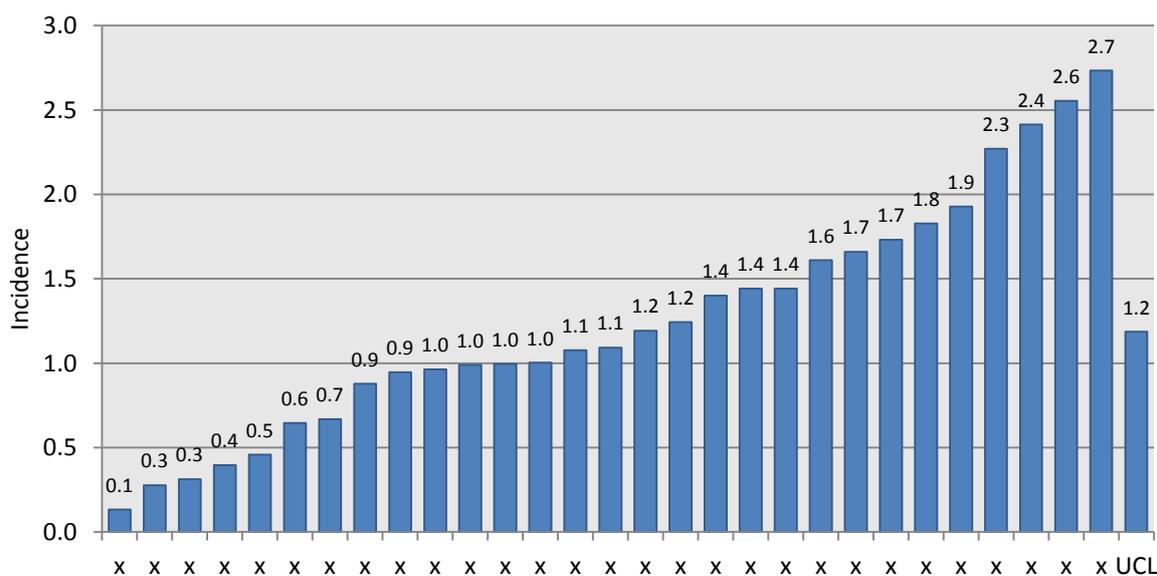
Tableau 10 : Diagnostic des blessures graves

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[GTHS] Pubalgie	1	12,5	1	0,4
[TMHB] Claquage du biceps fémoral, degré 1-2	1	12,5	19	8,2
[KJMR] Rupture du LLI du genou	1	12,5	4	1,7
[FJFX] Entorse de l'articulation de Chopart (hors articulations MTP et IP)	1	12,5	0	0
[TMQS] Claquage du muscle droit antérieur	4	50	13	5,6

#### 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 0,1 et 2,7.

Figure 13. Incidence des blessures graves



## 5.4 Tendances en matière de blessures musculaires/tendineuses

Tableau 11 : Diagnostic des blessures musculaires/tendineuses

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[TMAM] Claquage du grand adducteur	1	5,6	5	1
[FJPR] Rupture du fascia plantaire	1	5,6	0	0
[QMSX] Blessure/déchirure du soléaire	2	11,1	32	6,6
[TMAL] Claquage du long adducteur	3	16,7	44	9,1
[TMHB] Claquage du biceps fémoral, degré 1-2	4	22,2	100	20,6
[TMQS] Claquage du muscle droit antérieur	7	38,9	45	9,3
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>485</b>	<b>100</b>

Tableau 12 : Mécanismes des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	4	22,2	178	39,5
Torsion/tour	1	5,6	32	7,1
Tir	9	50	62	13,7
Passe/centre	0	0	36	8
Dribble	1	5,6	3	0,7
Saut/réception	0	0	17	3,8
Chute/plongeon	1	5,6	4	0,9
Étirement	0	0	33	7,3
Glissade	2	11,1	8	1,8
Fatigue/surcharge	0	0	43	9,5
Heurté par le ballon	0	0	1	0,2
Collision	0	0	7	1,6
Tête	0	0	1	0,2
Tacle subi	0	0	5	1,1
Tacle pratiqué	0	0	6	1,3
Coup de pied reçu	0	0	3	0,7
Tirs bloqués	0	0	2	0,4
Autre mécanisme aigu	0	0	10	2,2
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>451</b>	<b>100</b>

Tableau 13 : Blessures musculaires/tendineuses avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	18	100	453	93,6
Contact avec un joueur	0	0	30	6,2
Contact avec un objet	0	0	1	0,2
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>484</b>	<b>100</b>

Tableau 14 : Gravité des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	0	0
Blessures mineures	0	0	51	10,5
Blessures légères	1	5,6	120	24,7
Blessures moyennement graves	12	66,7	243	50,1
Blessures graves	5	27,8	71	14,6
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>485</b>	<b>100</b>

Tableau 15 : Taux de blessures musculaires/tendineuses à répétition

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	18	100	444	91,5
Blessure à répétition	0	0	39	8
Inconnue	0	0	2	0,4
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>485</b>	<b>100</b>

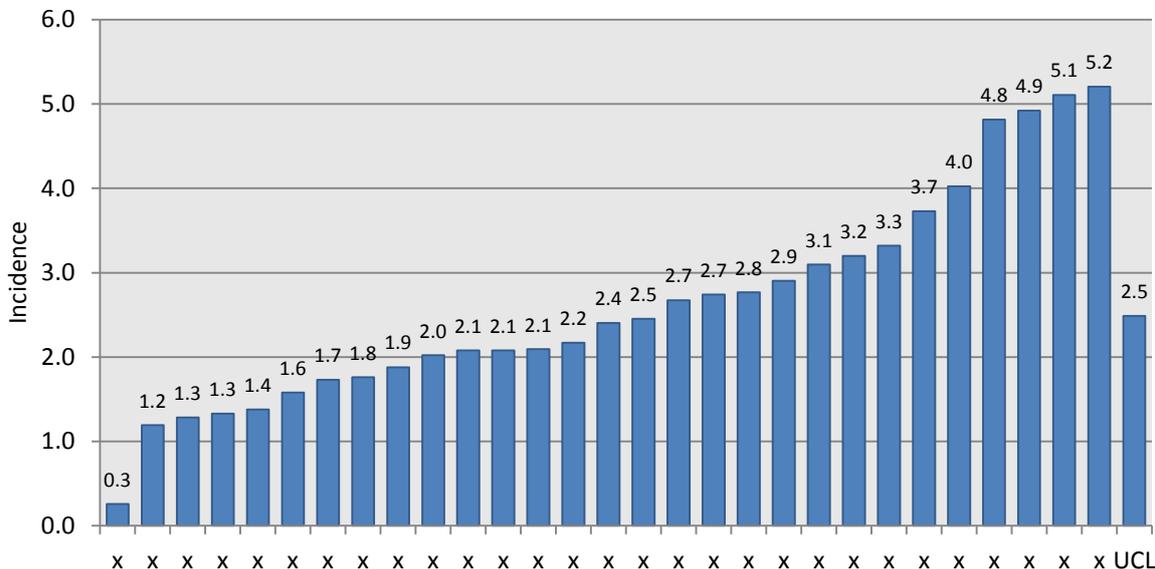
Tableau 16 : Répartition mensuelle des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juillet	3	16,7	31	6,4
Août	2	11,1	44	9,1
Septembre	1	5,6	62	12,8
Octobre	4	22,2	63	13
Novembre	3	16,7	48	9,9
Décembre	0	0	54	11,1
Janvier	2	11,1	39	8
Février	2	11,1	35	7,2
Mars	1	5,6	61	12,6
Avril	0	0	34	7
Mai	0	0	14	2,9
Juin	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>485</b>	<b>100</b>

### 5.4.1 Incidence des blessures musculaires/tendineuses

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

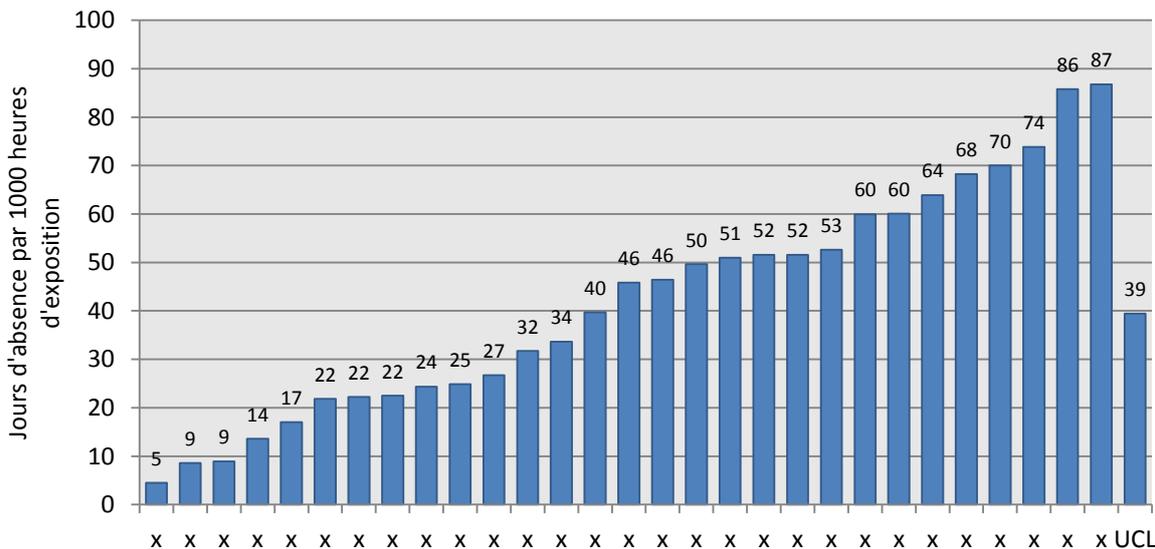
Figure 14. Incidence des blessures musculaires/tendineuses



### 5.4.2 Fardeau des blessures musculaires/tendineuses

Le fardeau moyen des blessures musculaires/tendineuses était de 39 jours d'absence/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant de 5 à 87.

Figure 15. Fardeau des blessures musculaires/tendineuses



### 5.4.3 Jours d'absence en raison de blessures musculaires/tendineuses

Tableau 17 : Jours d'absence en raison de blessures musculaires/tendineuses

Diagnostic	Blessures musculaires/tendineuses											
	Équipe X						Autres équipes					
	N	Tota l	Moy .	Méd .	Min .	Max .	N	Tota l	Moy .	Méd .	Min .	Max .
[TMAM] Claquage du grand adducteur	1	21	21	21	21	21	5	55	11	9	1	24
[FJPR] Rupture du fascia plantaire	1	8	8	8	8	8	0					
[QMSX] Blessure/déchirure du soléaire	2	36	18	18	12	24	32	638	19,9	19	2	43
[TMAL] Claquage du long adducteur	3	28	9,3	10	4	14	44	708	16,1	12	3	62
[TMHB] Claquage du biceps fémoral, degré	4	86	21,5	18,5	17	32	100	1955	19,6	15,5	2	99
[TMQS] Claquage du muscle droit antérieur	7	249	35,6	31	14	85	45	976	21,7	18	4	97
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>428</b>	<b>23,8</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>85</b>	<b>48</b>	<b>7553</b>	<b>15,6</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>101</b>

N = nombre de blessures dans chaque catégorie

Total = nombre total de jours d'absence en raison de blessures (conséquences pour l'équipe)

Moy. = valeur moyenne des jours d'absence par blessure (temps de récupération escompté)

Méd. = valeur médiane des jours d'absence pour toutes les blessures de la catégorie (temps de récupération escompté)

Min. = absence la plus courte pour une blessure

Max. = absence la plus longue pour une blessure

## 5.5 Tendances en matière de blessures articulaires/ligamentaires

Tableau 18 : Diagnostic des blessures articulaires/ligamentaires

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[KJMR] Rupture du LLI du genou	1	25	4	1,8
[FJFX] Entorse de l'articulation de Chopart (hors articulations MTP et IP)	1	25	0	0
[KJLL] Claquage/rupture du LLE	2	50	7	3,1
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>223</b>	<b>100</b>

Tableau 19 : Mécanismes des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	0	0	5	2,3
Torsion/tour	0	0	36	16,4
Tir	0	0	5	2,3
Passe/centre	0	0	4	1,8
Dribble	1	25	1	0,5
Saut/réception	0	0	31	14,2
Chute/plongeon	0	0	12	5,5
Étirement	0	0	2	0,9
Glissade	0	0	5	2,3
Fatigue/surcharge	0	0	3	1,4
Heurté par le ballon	0	0	7	3,2
Collision	0	0	13	5,9
Tête	0	0	1	0,5
Tacle subi	3	75	48	21,9
Tacle pratiqué	0	0	11	5
Coup de pied reçu	0	0	19	8,7
Tirs bloqués	0	0	9	4,1
Autre mécanisme aigu	0	0	7	3,2
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>219</b>	<b>100</b>

Tableau 20 : Blessures articulaires/ligamentaires avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	1	25	88	39,5
Contact avec un joueur	3	75	128	57,4
Contact avec un objet	0	0	7	3,1
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>223</b>	<b>100</b>

Tableau 21 : Gravité des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	0	0
Blessures mineures	0	0	33	14,8
Blessures légères	0	0	48	21,5
Blessures moyennement graves	2	50	88	39,5
Blessures graves	2	50	54	24,2
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>223</b>	<b>100</b>

Tableau 22 : Taux de blessures articulaires/ligamentaires à répétition

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	3	75	210	94,2
Blessure à répétition	1	25	12	5,4
Inconnue	0	0	1	0,4
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>223</b>	<b>100</b>

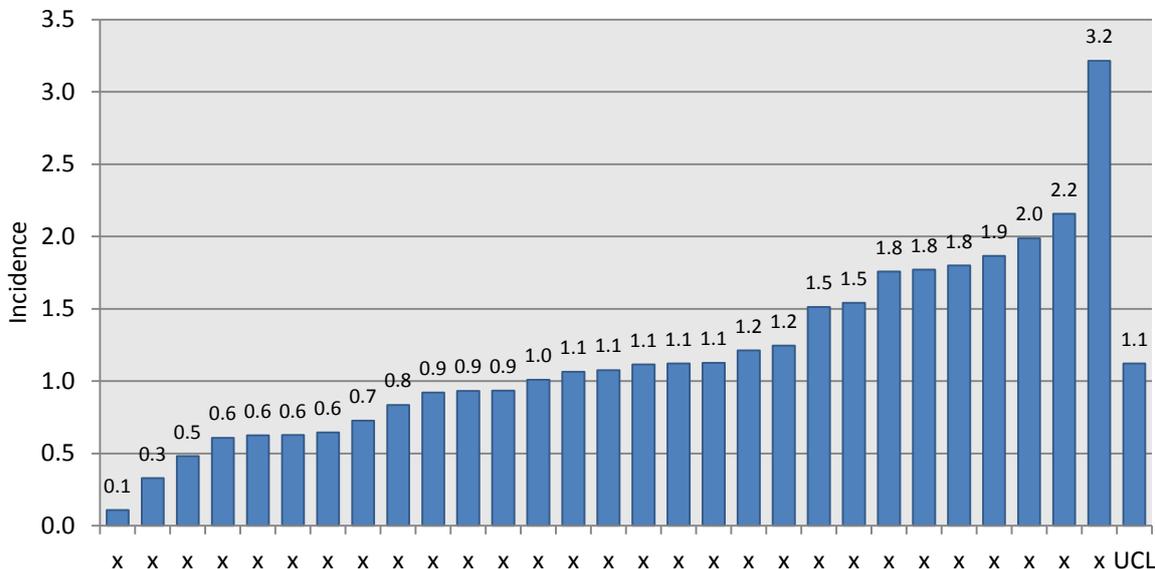
Tableau 23 : Répartition mensuelle des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juillet	0	0	24	10,8
Août	1	25	27	12,1
Septembre	0	0	21	9,4
Octobre	0	0	22	9,9
Novembre	0	0	26	11,7
Décembre	0	0	20	9
Janvier	0	0	26	11,7
Février	0	0	10	4,5
Mars	1	25	26	11,7
Avril	2	50	11	4,9
Mai	0	0	10	4,5
Juin	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	<b>223</b>	<b>100</b>

### 5.5.1 Incidence des blessures articulaires/ligamentaires

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

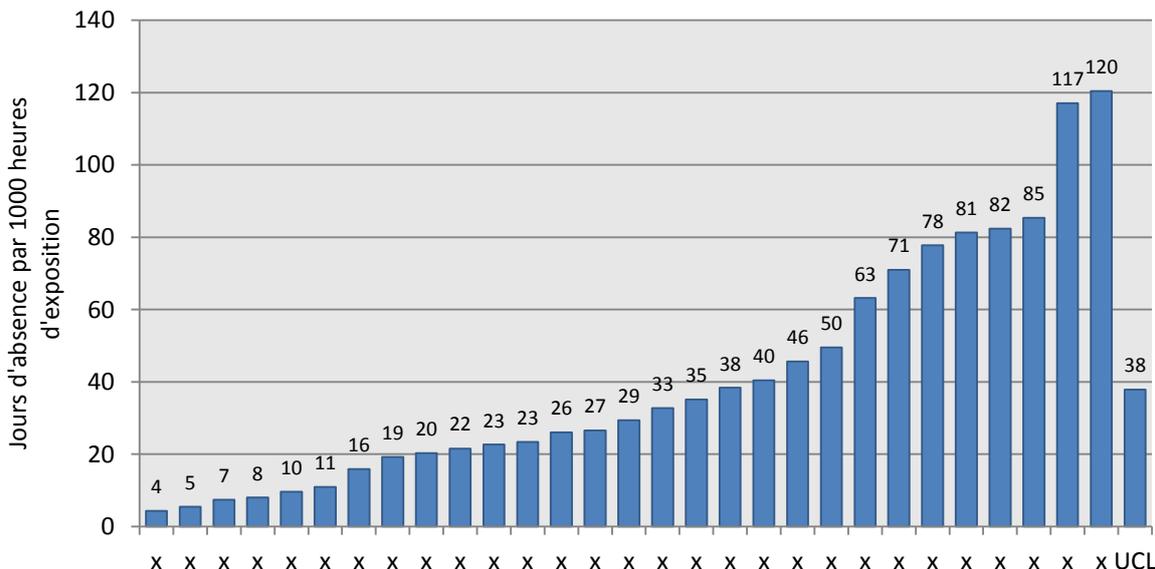
Figure 16. Incidence des blessures articulaires/ligamentaires



### 5.5.2 Fardeau des blessures articulaires/ligamentaires

Le fardeau moyen des blessures articulaires/ligamentaires était de 38 jours d'absence/1000 heures d'exposition, avec des valeurs s'échelonnant de 4 à 120.

Figure 17. Fardeau des blessures articulaires/ligamentaires



### 5.5.3 Jours d'absence en raison de blessures articulaires/ligamentaires

Tableau 24 : Jours d'absence en raison de blessures articulaires/ligamentaires

Diagnostic	Blessures articulaires/ligamentaires											
	Équipe X						Autres équipes					
	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.
[KJMR] Rupture du LLI du genou	1	62	62	62	62	62	4	301	75,3	75	57	94
[FJFX] Entorse de l'articulation de Chopart	1	286	286	286	286	286	0					
[KJLL] Claquage/rupture du LLE	2	31	15,5	15,5	15	16	7	96	13,7	13	1	32
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>379</b>	<b>94,8</b>	<b>39</b>	<b>15</b>	<b>286</b>	<b>223</b>	<b>7289</b>	<b>32,7</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>270</b>

### 5.6 Tendances en matière de blessures à répétition

Tableau 25 : Diagnostic des blessures à répétition

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[KJLL] Claquage/rupture du LLE	1	100	0	0
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

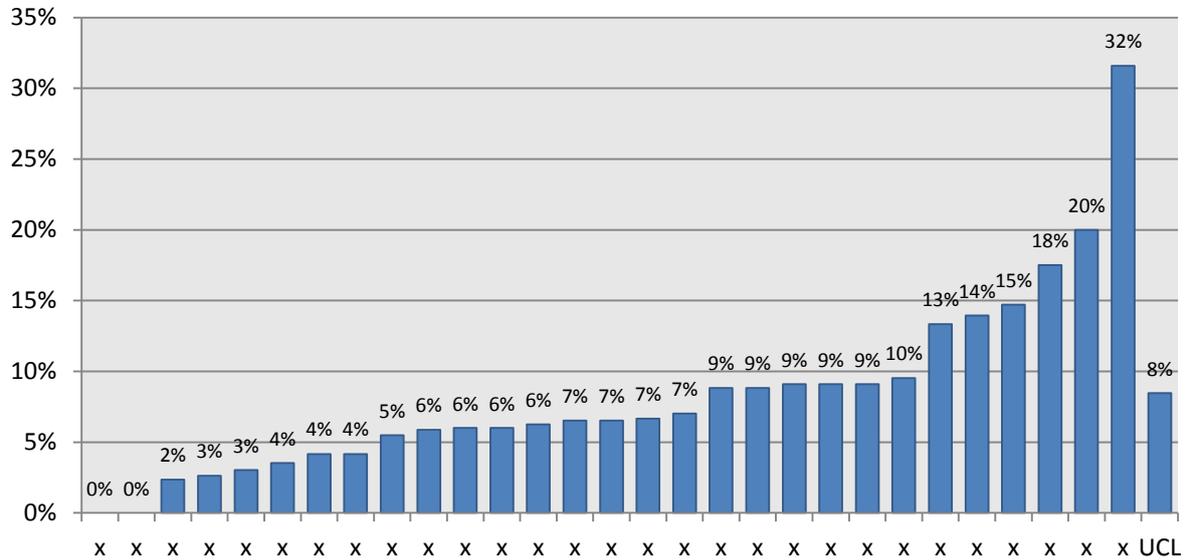
Tableau 26 : Gravité des blessures à répétition

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes	0	0	0	0
Blessures mineures	0	0	17	15,3
Blessures légères	0	0	21	18,9
Blessures moyennement graves	1	100	46	41,4
Blessures graves	0	0	27	24,3
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

### 5.6.1 Taux de blessures à répétition (en %)

En moyenne, 8 % des blessures subies étaient des blessures à répétition, avec des valeurs s'échelonnant de 0 % à 32 %.

Figure 18. Taux de blessures à répétition



## 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 ont participé à chaque séance d'entraînement ou étaient disponibles pour être sélectionnés pour des matches au cours de la saison. Une participation/disponibilité de 100 % signifierait qu'aucun joueur n'a été absent pour cause de blessure, de maladie, de convocation en équipe nationale ou pour tout autre motif.

Figure 19. Participation de l'effectif à l'entraînement

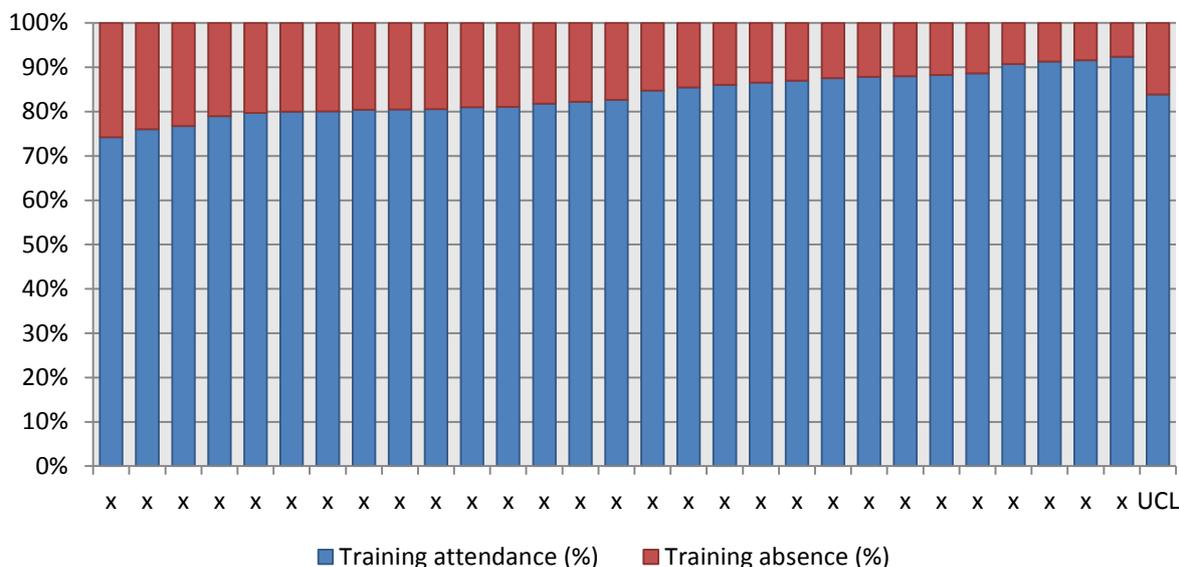


Figure 20. Disponibilité de l'effectif pour des matches

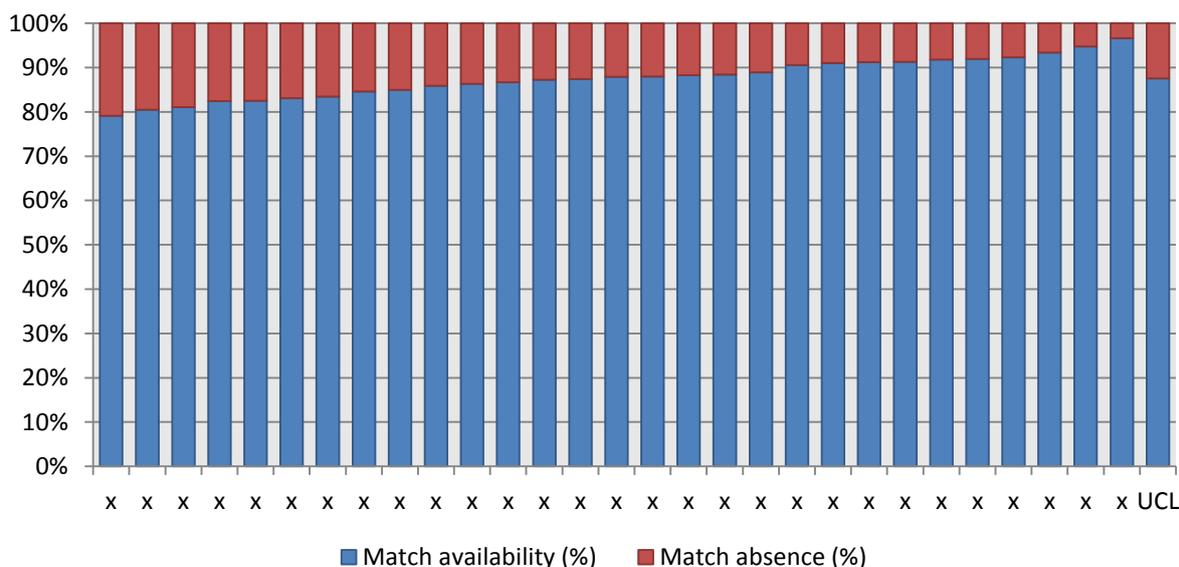
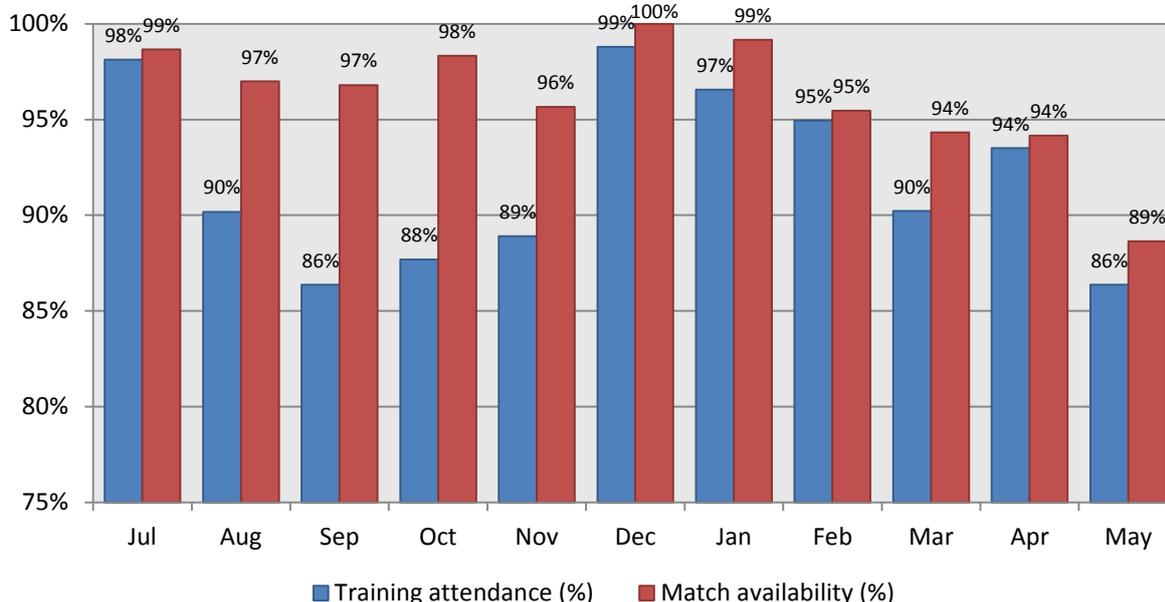


Figure 21. Participation globale de l'effectif à l'entraînement (colonnes bleues) et disponibilité pour des matches (colonnes rouges) de l'équipe X au cours de la saison



## 6.2 Absence de l'effectif

Les chiffres ci-dessous montrent la répartition des absences des joueurs en fonction des motifs (blessure, maladie, convocation en équipe nationale ou autre motif) au cours de la saison.

Figure 22. Motifs d'absence aux séances d'entraînement

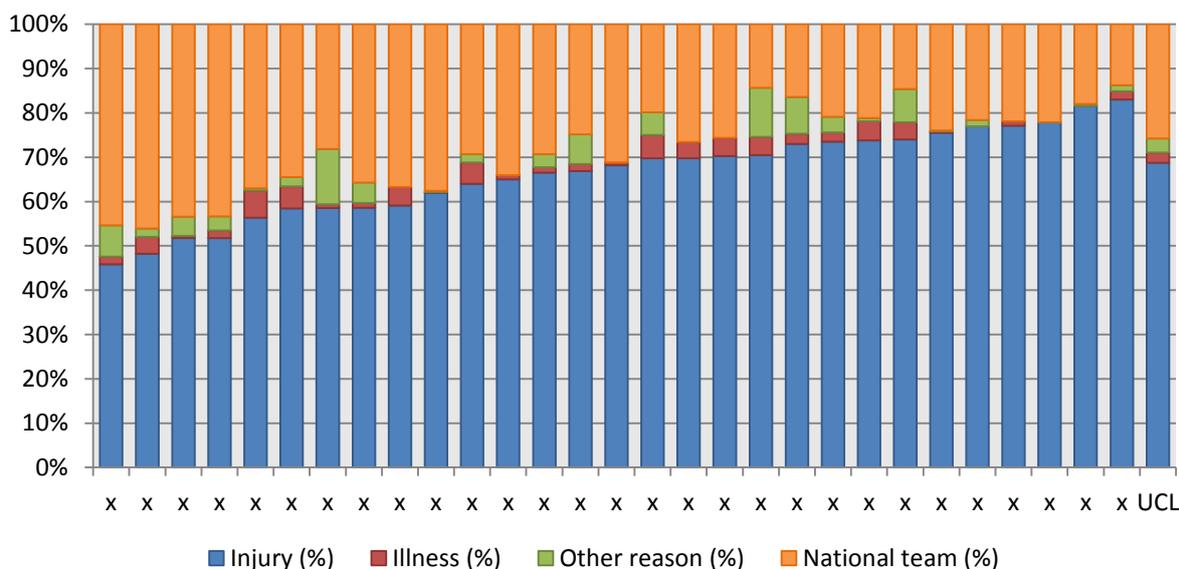




Figure 24. Motifs d'absence aux séances d'entraînement de l'équipe X au cours de la saison

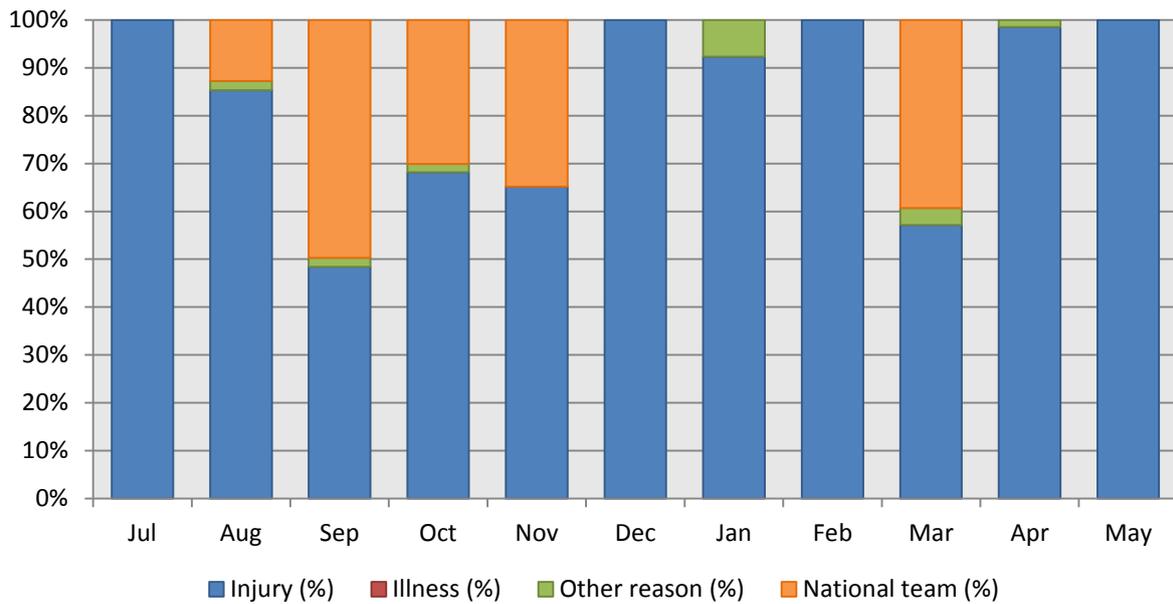
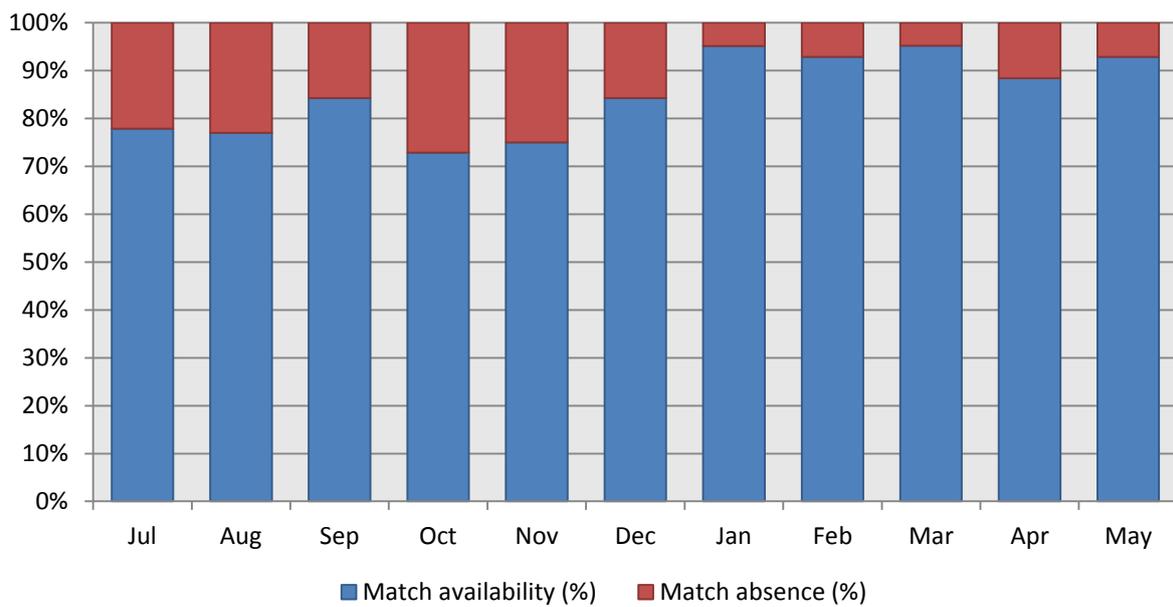


Figure 25. Motifs d'absence aux matches de l'équipe X au cours de la saison



### 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 2,2 séances d'entraînement et 0,6 matches chaque mois pour cause de blessure. Les données spécifiques à chaque club sont présentées ci-dessous.

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

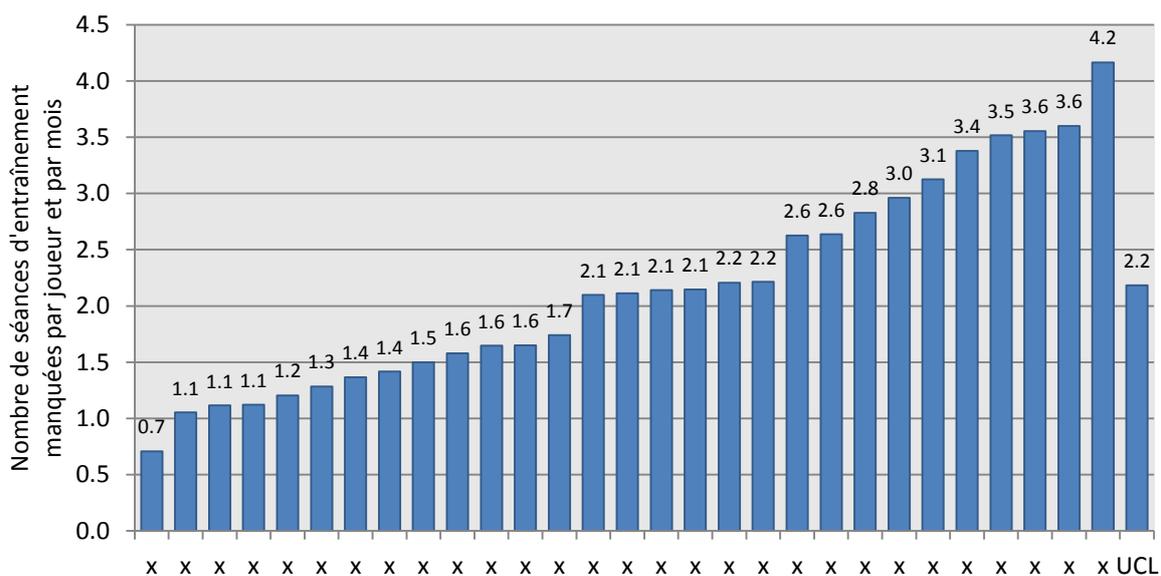
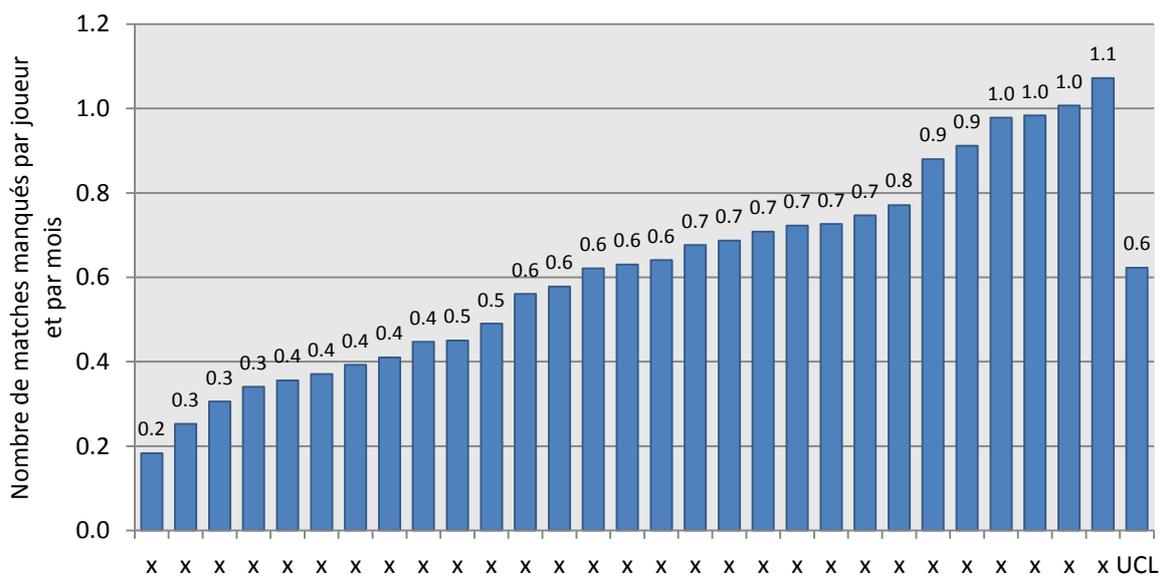


Figure 27. Nombre de matches manqués par joueur et par mois pour cause de blessure



## 7 Analyses sur treize saisons

Sur treize saisons, l'étude sur les blessures de l'UEFA a enregistré quelque 10 000 blessures lors de 1 400 000 heures d'exposition. Au total, 37 équipes de douze pays différents ont participé à l'une ou l'autre étude durant cette période. Cette section contient les résultats basés sur les données récoltées au cours des treize saisons de l'étude.

### 7.1 Incidence des blessures sur treize saisons

L'incidence des blessures pour chaque saison est indiquée pour l'équipe X (colonnes bleues), et la moyenne de l'ensemble des équipes (ligne rouge) est également mentionnée à titre de comparaison.

Figure 28. Incidence des blessures à l'entraînement (treize saisons)

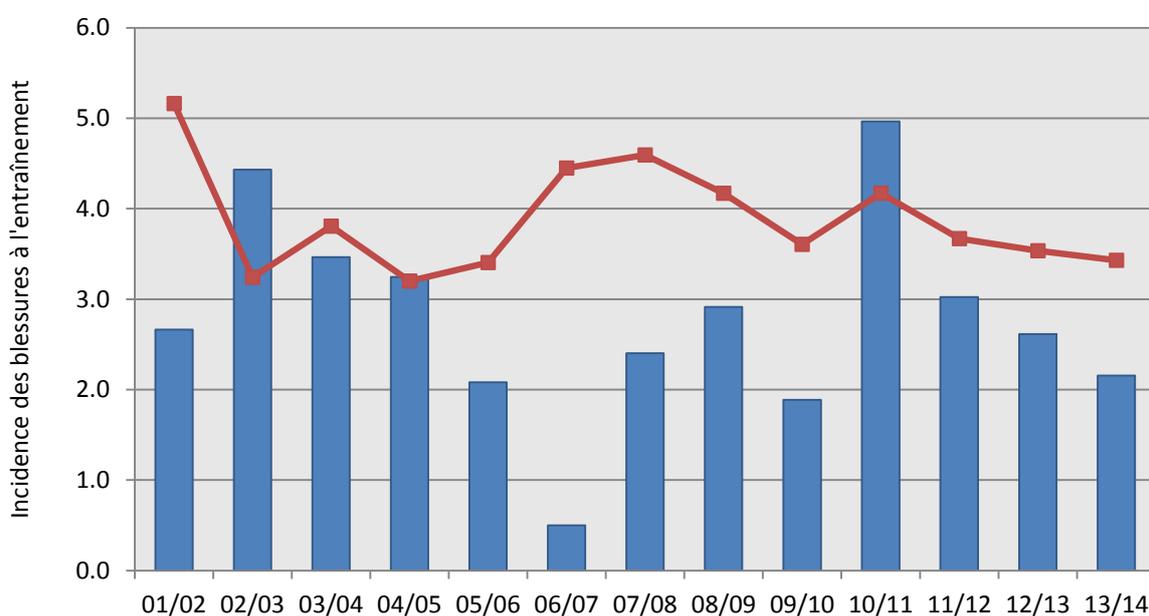


Figure 29. Incidence des blessures lors de matches (treize saisons)

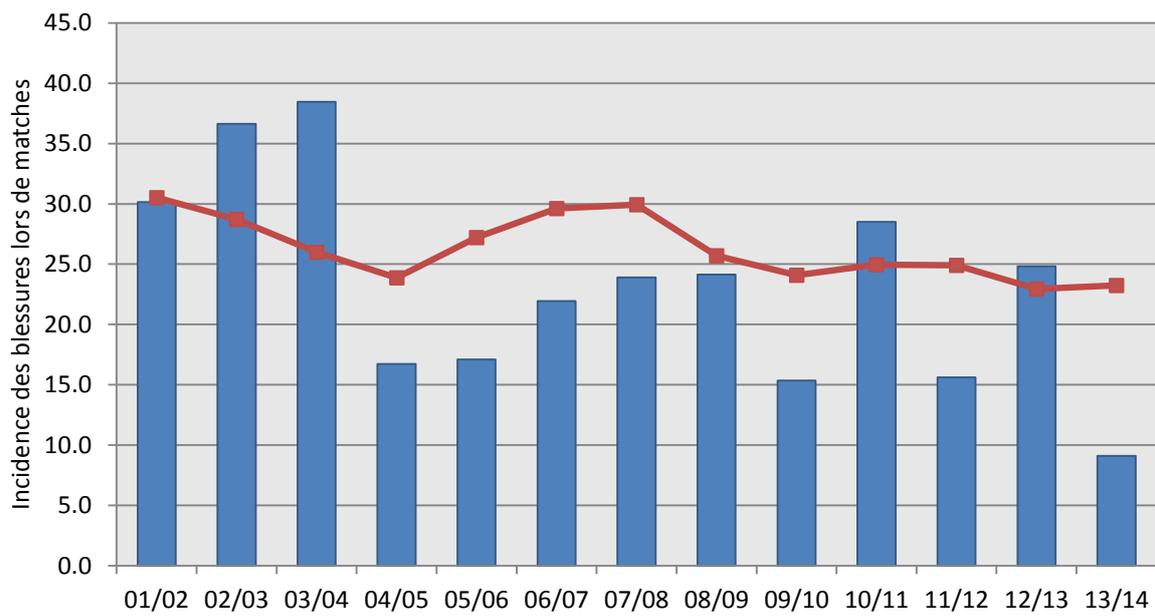


Figure 30. Incidence totale des blessures (treize saisons)

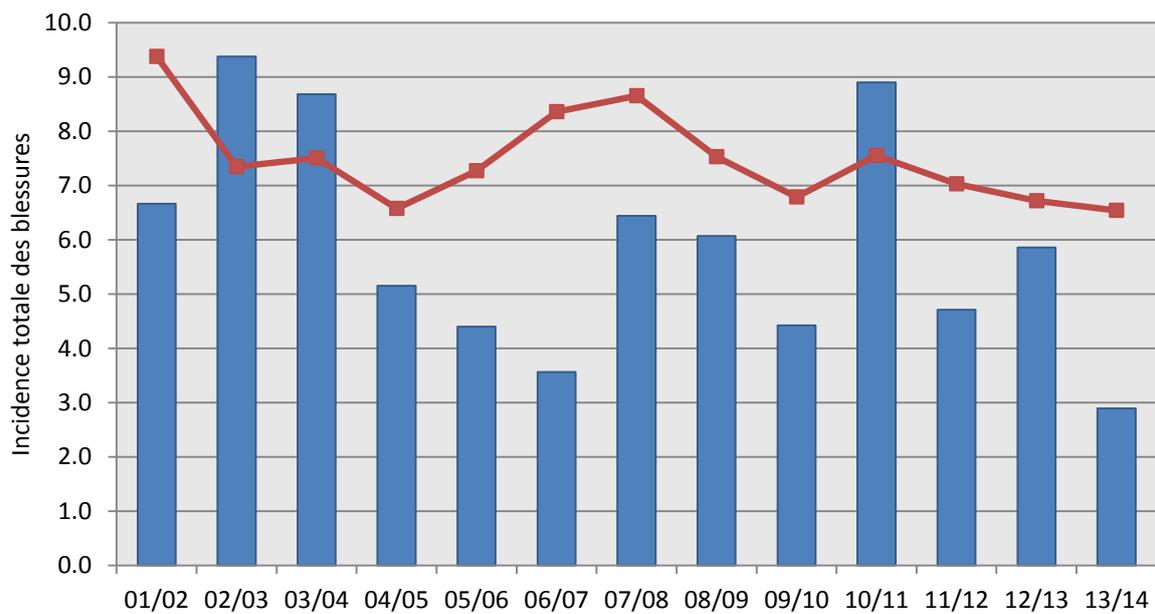


Figure 31. Incidence des blessures graves (absence supérieure à 4 semaines) (treize saisons)

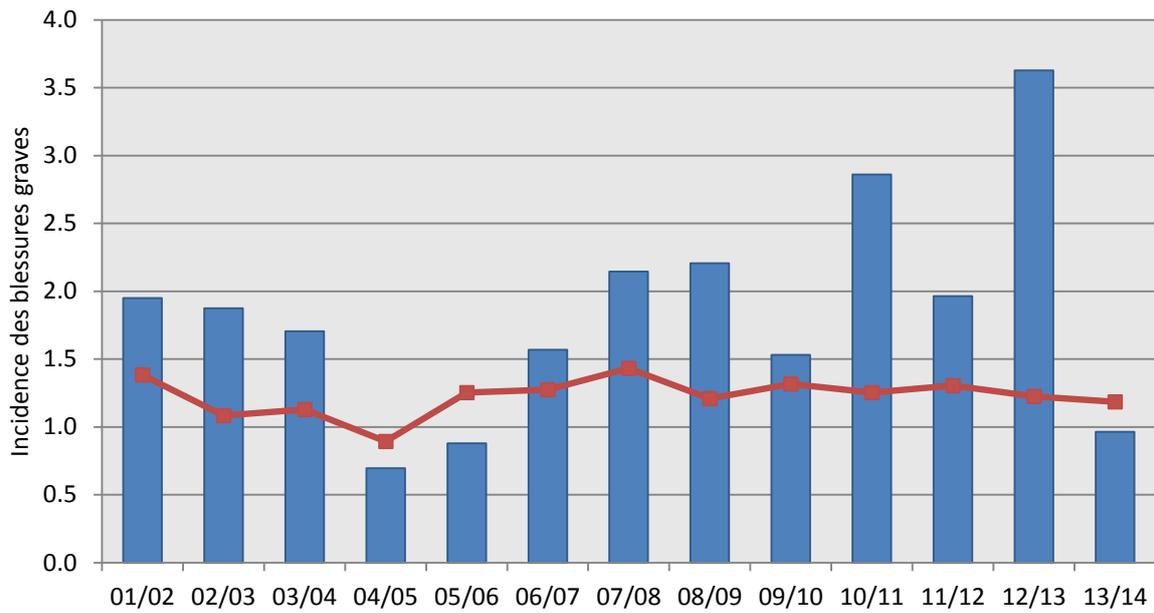


Figure 32. Incidence des blessures musculaires/tendineuses (treize saisons)

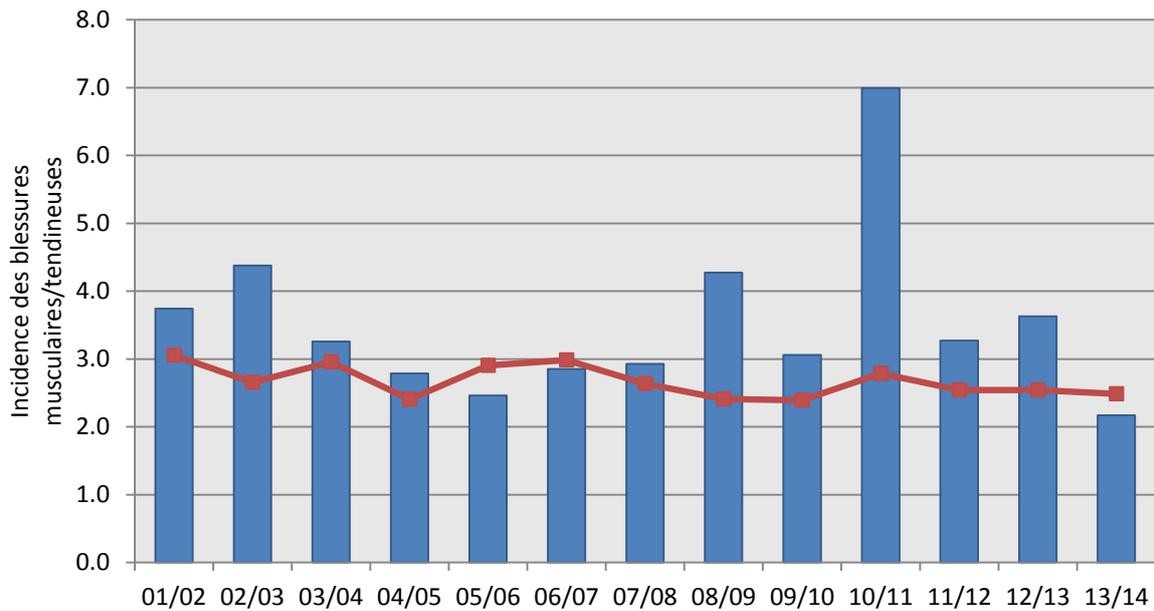


Figure 33. Incidence des blessures articulaires/ligamentaires (treize saisons)

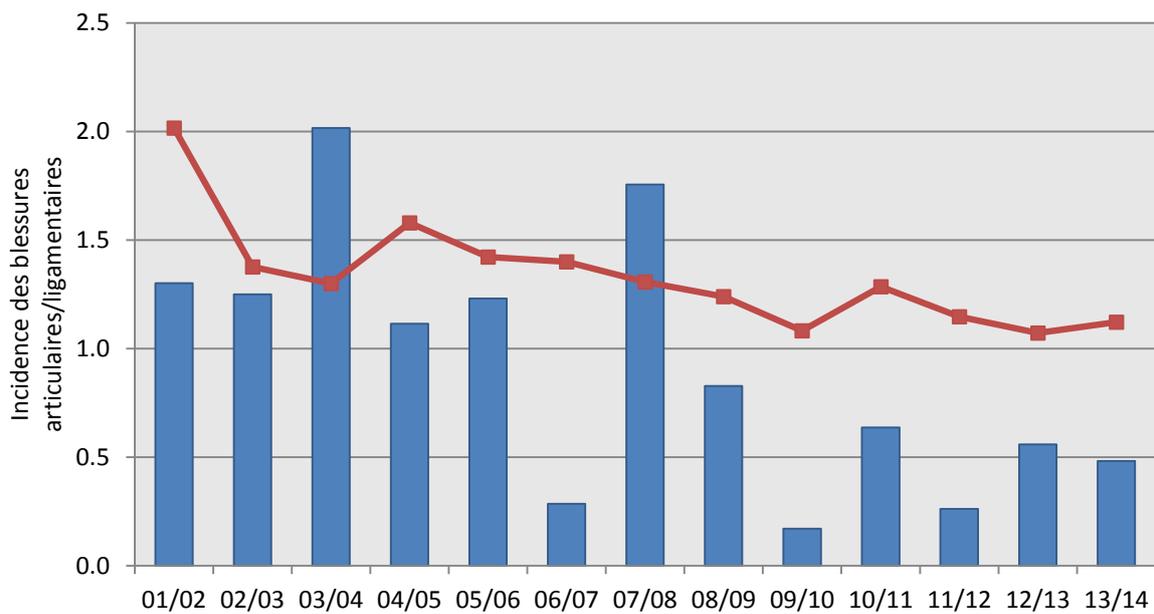


Figure 34. Taux de blessures à répétition (treize saisons)

