



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

Rapport sur la saison 2014/15 Équipe X

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.

Le présent rapport a été produit au nom de la Commission médicale de l'UEFA par :
le Professeur Jan Ekstrand, MD, PhD, Université de Linköping,
premier vice-président de la Commission médicale de l'UEFA

Adresse de correspondance :

Groupe d'étude sur les blessures

Professeur Jan Ekstrand

Hertig Karlsgatan 13B

58221 Linköping

Suède

jan.ekstrand@telia.com

info.frg@telia.com

UEFA

Marc Vouillamoz

Chef Questions médicales et antidopage

marc.vouillamoz@uefa.ch

Mike Earl

Manager Questions médicales et antidopage

mike.earl@uefa.ch

46, route de Genève

1260 Nyon 2

Suisse

+41 848 00 27 27

+41 22 707 27 34 (fax)

Sommaire

1	Clubs participants	5
2	Présentation	5
3	Interprétation des résultats	6
4	Exposition.....	7
5	Tendances générales en matière de blessures	10
5.1	Tendances en matière de blessures à l'entraînement.....	13
5.1.1	Taux de 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.....	14
5.2	Tendances en matière de blessures lors de matches	15
5.2.1	Taux de 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	16
5.3	Tendances en matière de blessures graves.....	17
5.3.1	Taux de blessures graves.....	17
5.4	Tendances en matière de blessures musculaires/tendineuses.....	18
5.4.1	Taux de blessures musculaires/tendineuses	20
5.4.2	Fardeau des blessures musculaires/tendineuses	20
5.4.3	Jours d'absence en raison de blessures musculaires/tendineuses	21
5.5	Tendances en matière de blessures articulaires/ligamentaires.....	22
5.5.1	Taux de blessures articulaires/ligamentaires.....	24
5.5.2	Fardeau des blessures articulaires/ligamentaires.....	24
5.5.3	Jours d'absence en raison de blessures articulaires/ligamentaires.....	25
5.6	Tendances en matière de blessures à répétition.....	25
5.6.1	Taux de blessures à répétition (%)	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 14 saisons	32

7.1	Taux de blessures sur 14 saisons.....	33
7.2	Participation/disponibilité et absence de l'effectif sur 14 saisons	37

1 Clubs participants

Le présent rapport contient les résultats de la saison 2014/15 (de juillet à mai) pour les 23 clubs qui ont fourni des données complètes pendant au moins cinq mois. Les équipes suivantes ont été incluses :

AFC Ajax, Arsenal FC, Athletic Club, Bayer 04 Leverkusen, Borussia Dortmund, Chelsea FC, Club Atlético de Madrid, FC Barcelona, FC Basel 1893, FC Bayern München, FC Porto, FC Shakhtar Donetsk, FC Zenit, Galatasaray AŞ, Juventus, Liverpool FC, Manchester City FC, NK Maribor, Paris Saint-Germain, Real Madrid CF, RSC Anderlecht, SL Benfica, Sporting Clube de Portugal.

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, les blessures lors de matches, les blessures graves, les blessures musculaires/tendineuses, les blessures articulaires/ligamentaires, les blessures à répétition ainsi que la participation/disponibilité et l'absence de l'effectif. 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.
 - **Taux de blessures** : nombre de blessures par rapport au temps d'exposition, qui permet d'évaluer le taux de blessures individuel. Le taux de blessures est exprimé en nombre de blessures par 1000 heures d'exposition.
 - **Jours d'absence** : nombre total de jours perdus en raison de blessures spécifiques ainsi que l'absence minimale, maximale et moyenne pour ces blessures.
 - **Fardeau des blessures** : mesure combinée de la fréquence (taux de blessures) 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.
-

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, les taux de blessures présentés sont parfois basés 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 mineures. Il est donc important de ne pas considérer uniquement le taux de blessures global, mais également les données sur la gravité des blessures et la disponibilité de l'effectif, car ces variables peuvent avoir un impact plus important sur le club.
- Seuls les mois pour lesquels des données complètes ont été fournies ont été inclus dans cette analyse. Le nombre de mois pour lesquels des données ont été soumises peut donc varier d'une équipe à l'autre, ce qui peut influencer les statistiques relatives aux blessures établies dans le présent rapport.
- 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.

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 de recherche sur le football si vous avez des questions au sujet de l'interprétation des résultats.

4 Exposition

Au total, 176,000 heures d'exposition ont été enregistrées durant la saison 2014/15, dont environ 150,000 heures d'entraînement (86%) et 25,000 heures de match (14%). L'équipe x a compté au total 8,631 heures d'exposition, dont 7,455 heures d'entraînement (86%) et 1,176 heures de match (14%).

En moyenne, les équipes ont suivi 231 séances d'entraînement et disputé 61 matches au cours de la période examinée. 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 22 séances d'entraînement et 5.7 matches par mois, soit un ratio moyen d'exposition entre les entraînements et les matches de 5.7 heures d'entraînement pour chaque heure de match.

Figure 1. Nombre de séances d'entraînement par mois

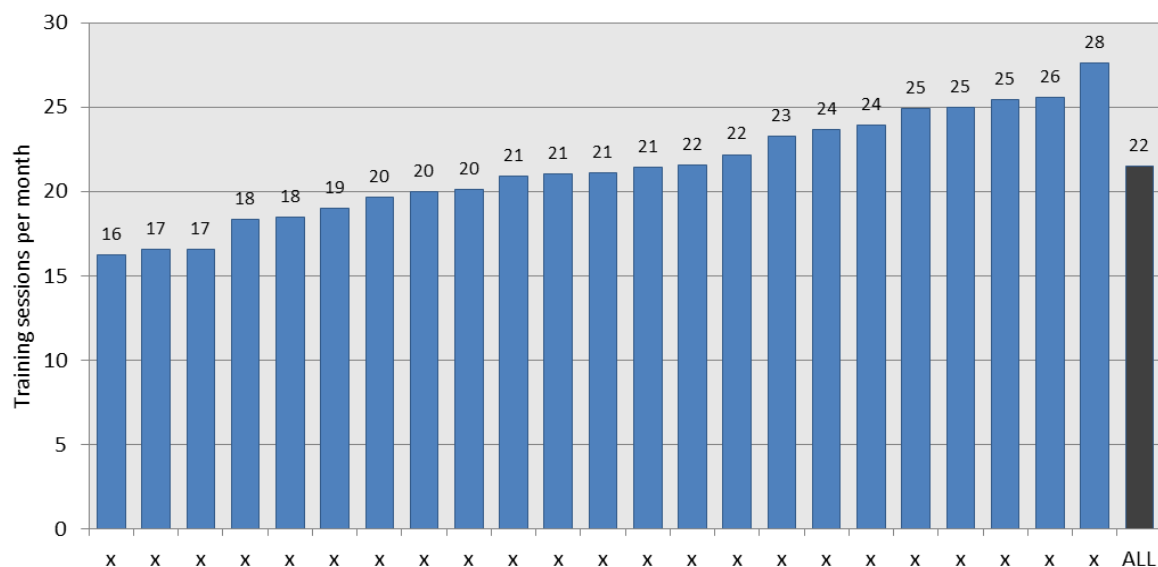


Figure 2. Nombre de matches par mois

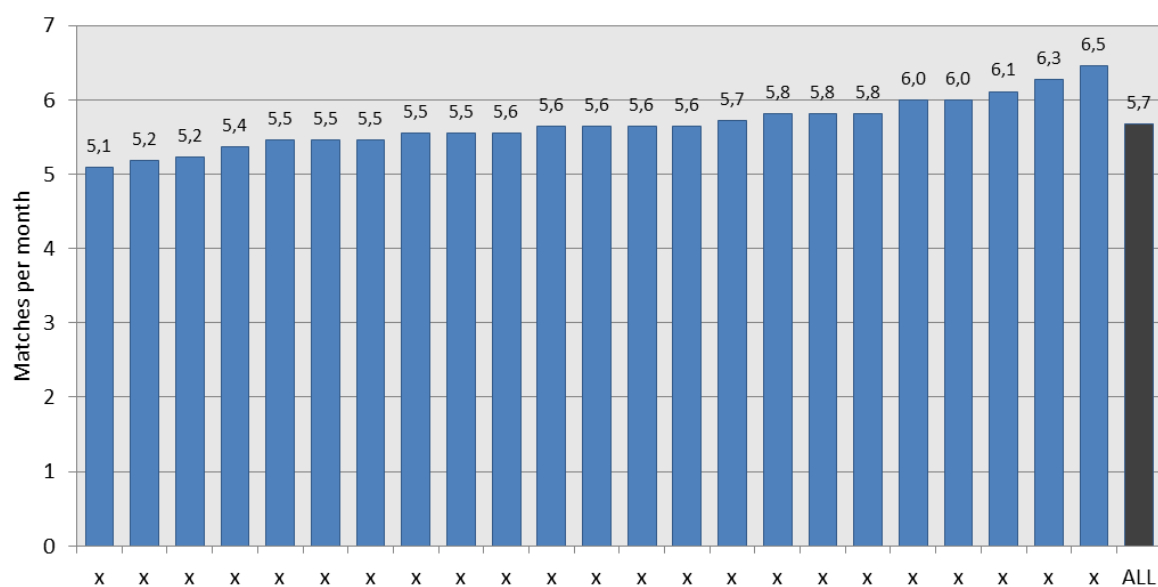


Figure 3. Ratio entre les heures d'entraînement et les heures de match

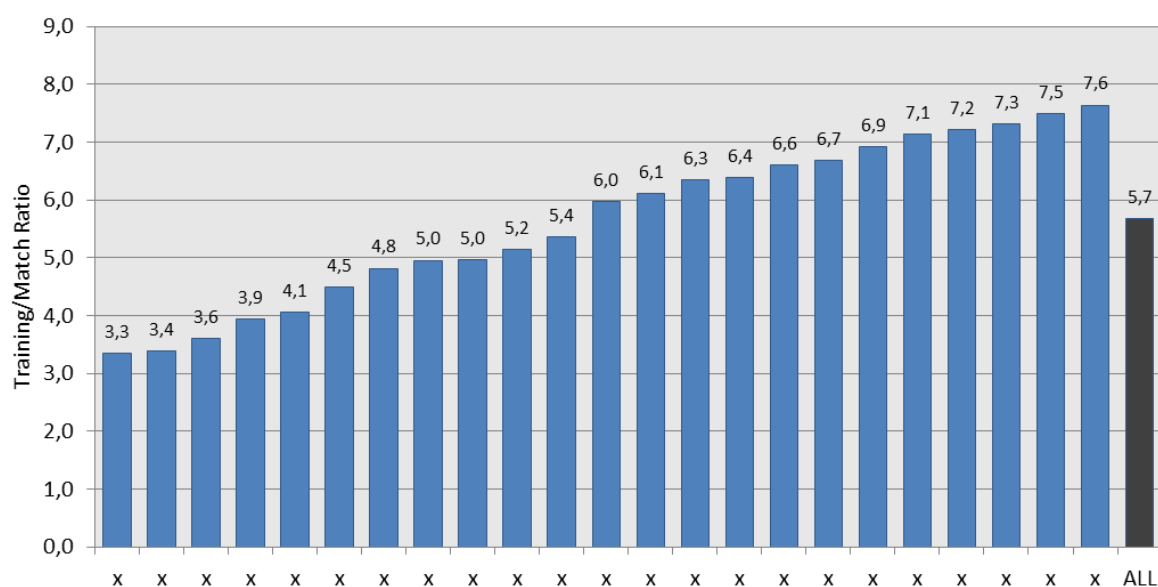
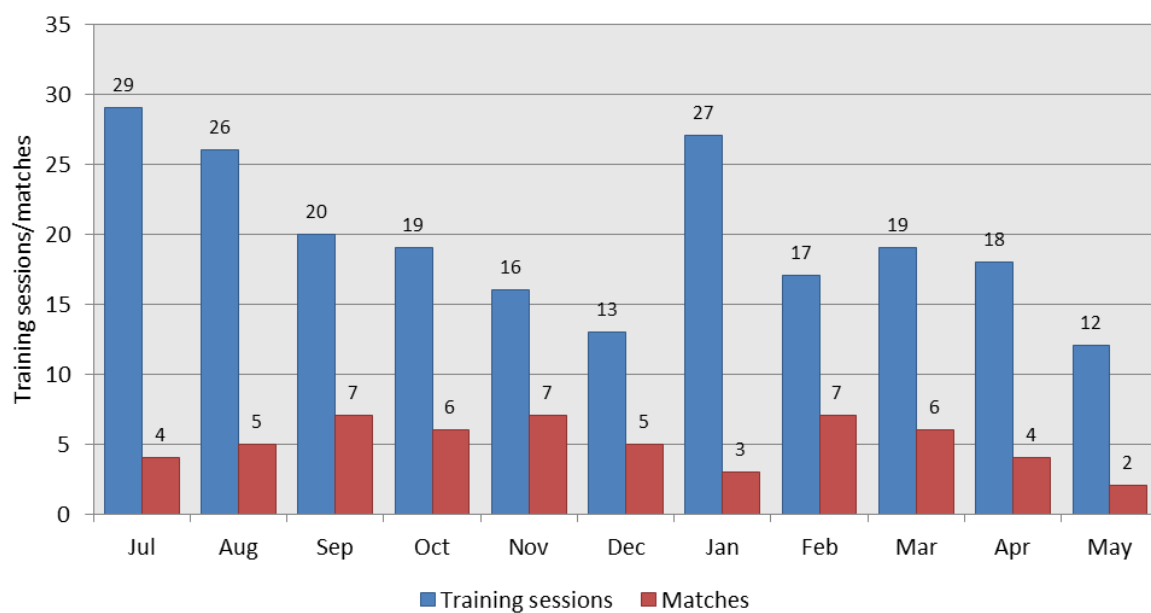


Figure 4. Nombre de séances d'entraînement (colonnes bleues) et de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison



5 Tendances générales en matière de blessures

Les tableaux ci-dessous montrent le nombre (N) et la proportion (%) des différentes blessures. Au total, 939 blessures ont été enregistrées, dont 405 blessures survenues à l'entraînement (43%) et 534 lors des matches (57%). Il y a eu 149 blessures graves (16%), 378 blessures musculaires/tendineuses (40%) et 138 blessures articulaires/ligamentaires (15%).

L'équipe x a subi 27 blessures (16 blessures à l'entraînement et 11 blessures lors de matches) au cours de la saison, y compris 4 blessures graves, 11 blessures musculaires/tendineuses et 1 blessures articulaires/ligamentaires.

Tableau 1 : Emplacement des blessures

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Head/face	0	0,0	3	,8	1	9,1	16	3,1	1	4,2	19	2,1
Neck/cervical spine	0	0,0	1	,3	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	,1
Shoulder/clavícula	0	0,0	7	1,8	0	0,0	16	3,1	0	0,0	23	2,5
Elbow	1	7,7	1	,3	0	0,0	1	,2	1	4,2	2	,2
Forearm	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	,2	0	0,0	1	,1
Hand/finger/thumb	0	0,0	6	1,5	0	0,0	4	,8	0	0,0	10	1,1
Sternum/ribs/upper back	0	0,0	4	1,0	0	0,0	6	1,1	0	0,0	10	1,1
Abdomen	0	0,0	2	,5	0	0,0	3	,6	0	0,0	5	,5
Lower back/pelvis/sacrum	0	0,0	29	7,4	0	0,0	24	4,6	0	0,0	53	5,8
Hip/groin	1	7,7	70	17,9	1	9,1	55	10,5	2	8,3	125	13,7
Thigh	7	53,8	111	28,3	4	36,4	162	31,0	11	45,8	273	29,8
Knee	2	15,4	58	14,8	1	9,1	65	12,4	3	12,5	123	13,4
Lower leg/Achilles tendon	1	7,7	45	11,5	0	0,0	65	12,4	1	4,2	110	12,0
Ankle	0	0,0	39	9,9	2	18,2	73	14,0	2	8,3	112	12,2
Foot/toe	1	7,7	16	4,1	2	18,2	32	6,1	3	12,5	48	5,2
Total	13	100,0	392	100,0	11	100,0	523	100,0	24	100,0	915	100,0

Tableau 2 : Types de blessure

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fracture	1	7,7	8	2,0	0	0,0	26	5,0	1	4,0	34	3,7
Other bone injury	0	0,0	1	,3	0	0,0	1	,2	0	0,0	2	,2
Dislocation/subluxation	0	0,0	7	1,8	0	0,0	14	2,7	0	0,0	21	2,3
Ligament injury	4	30,8	44	11,2	4	33,3	86	16,5	8	32,0	130	14,2
Meniscus/cartilage	0	0,0	26	6,6	1	8,3	12	2,3	1	4,0	38	4,2
Muscle injury/cramps	6	46,2	151	38,5	5	41,7	216	41,4	11	44,0	367	40,2
Tendon injury/rupture/tendinosis	1	7,7	33	8,4	2	16,7	20	3,8	3	12,0	53	5,8
Haematoma/contusion/bruise	0	0,0	34	8,7	0	0,0	70	13,4	0	0,0	104	11,4
Laceration	0	0,0	1	,3	0	0,0	7	1,3	0	0,0	8	,9
Concussion	0	0,0	0	0,0	0	0,0	7	1,3	0	0,0	7	,8
Nerve injury	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	,2	0	0,0	1	,1
Synovitis/effusion	0	0,0	10	2,6	0	0,0	7	1,3	0	0,0	17	1,9
Overuse unspec	0	0,0	61	15,6	0	0,0	45	8,6	0	0,0	106	11,6
Other injury	1	7,7	16	4,1	0	0,0	9	1,7	1	4,0	25	2,7
Dental Injury	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	,2	0	0,0	1	,1
Total	13	100,0	392	100,0	12	100,0	522	100,0	25	100,0	914	100,0

Tableau 3 : Mécanisme de blessure

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Running/sprinting	5	27,8	70	21,2	6	27,3	114	24,4	11	27,5	184	23,1
Twisting/turning	1	5,6	20	6,1	1	4,5	33	7,1	2	5,0	53	6,6
Shooting	4	22,2	41	12,4	1	4,5	26	5,6	5	12,5	67	8,4
Passing/crossing	0	0,0	14	4,2	1	4,5	17	3,6	1	2,5	31	3,9
Dribbling	0	0,0	1	,3	0	0,0	3	,6	0	0,0	4	,5
Jumping/landing	1	5,6	15	4,5	4	18,2	32	6,8	5	12,5	47	5,9
Falling/diving	0	0,0	5	1,5	0	0,0	9	1,9	0	0,0	14	1,8
Stretching	1	5,6	11	3,3	0	0,0	5	1,1	1	2,5	16	2,0
Sliding	0	0,0	12	3,6	1	4,5	13	2,8	1	2,5	25	3,1
Overuse	0	0,0	70	21,2	2	9,1	46	9,8	2	5,0	116	14,5
Hit by ball	1	5,6	4	1,2	0	0,0	1	,2	1	2,5	5	,6
Collision	0	0,0	9	2,7	2	9,1	31	6,6	2	5,0	40	5,0
Heading	0	0,0	2	,6	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	,3
Tackled	0	0,0	23	7,0	2	9,1	81	17,3	2	5,0	104	13,0
Tackling	0	0,0	5	1,5	1	4,5	14	3,0	1	2,5	19	2,4
Kicked	1	5,6	18	5,5	0	0,0	24	5,1	1	2,5	42	5,3
Blocked	1	5,6	4	1,2	0	0,0	4	,9	1	2,5	8	1,0
Use of arm/elbow	0	0,0	0	0,0	0	0,0	8	1,7	0	0,0	8	1,0
Other acute mechanism	3	16,7	6	1,8	1	4,5	7	1,5	4	10,0	13	1,6
Total	18	100,0	330	100,0	22	100,0	468	100,0	40	100,0	798	100,0

Tableau 4 : Répartition des blessures de fatigue/traumatismes

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Overuse	9	42,9	174	45,3	7	23,3	150	29,8	16	31,4	324	36,5
Trauma	12	57,1	210	54,7	23	76,7	354	70,2	35	68,6	564	63,5
Total	21	100,0	384	100,0	30	100,0	504	100,0	51	100,0	888	100,0

Tableau 5 : Répartition des blessures avec et sans contact

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Non-contact	12	92,3	323	82,4	9	42,9	342	66,7	21	61,8	665	73,5
Contact player	1	7,7	66	16,8	12	57,1	169	32,9	13	38,2	235	26,0
Contact object	0	0,0	3	,8	0	0,0	2	,4	0	0,0	5	,6
Total	13	100,0	392	100,0	21	100,0	513	100,0	34	100,0	905	100,0

Tableau 6 : Gravité des blessures

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Slight [0 days]	1	7,7	3	,8	0	0,0	2	,4	1	2,9	5	,6
Minimal [1-3 days]	3	23,1	85	21,7	8	38,1	85	16,6	11	32,4	170	18,8
Mild [4-7 days]	3	23,1	94	24,0	3	14,3	124	24,2	6	17,6	218	24,1
Moderate [8-28 days]	4	30,8	151	38,5	7	33,3	217	42,3	11	32,4	368	40,7
Severe [>28 days]	2	15,4	59	15,1	3	14,3	85	16,6	5	14,7	144	15,9
Total	13	100,0	392	100,0	21	100,0	513	100,0	34	100,0	905	100,0

Tableau 7 : Taux de blessures à répétition

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
No re-injury	17	100,0	345	88,9	21	91,3	467	91,4	38	95,0	812	90,3
Re-injury	0	0,0	43	11,1	2	8,7	44	8,6	2	5,0	87	9,7
Total	17	100,0	388	100,0	23	100,0	511	100,0	40	100,0	899	100,0

Tableau 8 : Répartition mensuelle des blessures

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
July	4	30,8	32	8,2	1	2,5	15	3,0	5	9,4	47	5,3
August	1	7,7	41	10,5	3	7,5	44	8,9	4	7,5	85	9,6
September	3	23,1	49	12,5	1	2,5	48	9,7	4	7,5	97	10,9
October	1	7,7	49	12,5	3	7,5	57	11,5	4	7,5	106	12,0
November	0	0,0	40	10,2	7	17,5	54	10,9	7	13,2	94	10,6
December	0	0,0	28	7,1	6	15,0	45	9,1	6	11,3	73	8,2
January	2	15,4	45	11,5	4	10,0	53	10,7	6	11,3	98	11,1
February	0	0,0	29	7,4	5	12,5	49	9,9	5	9,4	78	8,8
March	1	7,7	25	6,4	3	7,5	48	9,7	4	7,5	73	8,2
April	1	7,7	36	9,2	4	10,0	55	11,1	5	9,4	91	10,3
May	0	0,0	18	4,6	3	7,5	26	5,3	3	5,7	44	5,0
Total	13	100,0	392	100,0	40	100,0	494	100,0	53	100,0	886	100,0

Tableau 9 : Survenance des blessures

	Training				Match play				Total			
	Team X		Other teams		Team X		Other teams		Team X		Other teams	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
First team	8	88,9	312	93,1	30	83,3	393	88,5	38	84,4	705	90,5
Reserve team	0	0,0	1	,3	6	16,7	24	5,4	6	13,3	25	3,2
National team	1	11,1	22	6,6	0	0,0	27	6,1	1	2,2	49	6,3
Total	9	100,0	335	100,0	36	100,0	444	100,0	45	100,0	779	100,0

5.1 Tendances en matière de blessures à l'entraînement

5.1.1 Taux de blessures à l'entraînement

L'incidence moyenne des blessures à l'entraînement pour toutes les équipes a été de 2.7 blessures par 1000 heures d'entraînement, avec des valeurs variant entre 0.3 et 6.3.

Figure 5. Taux de blessure à l'entraînement

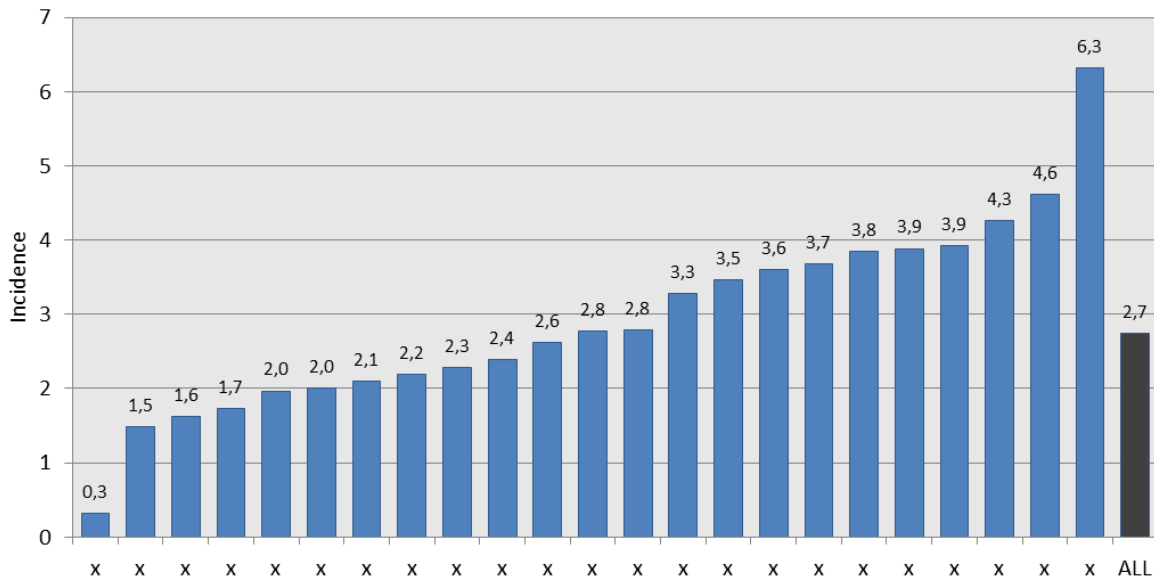
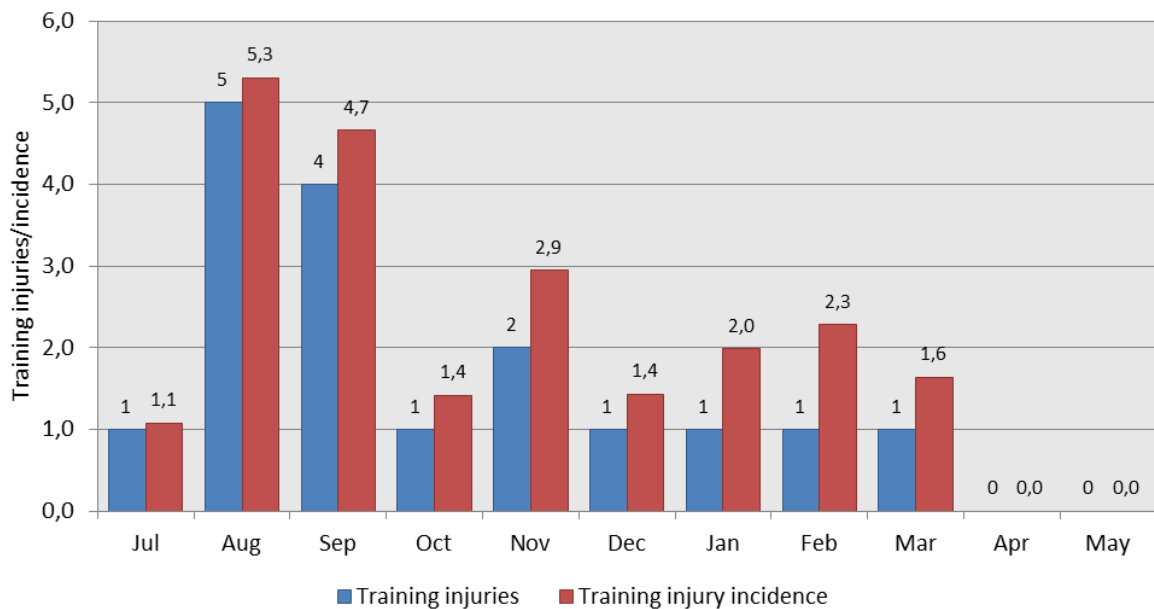


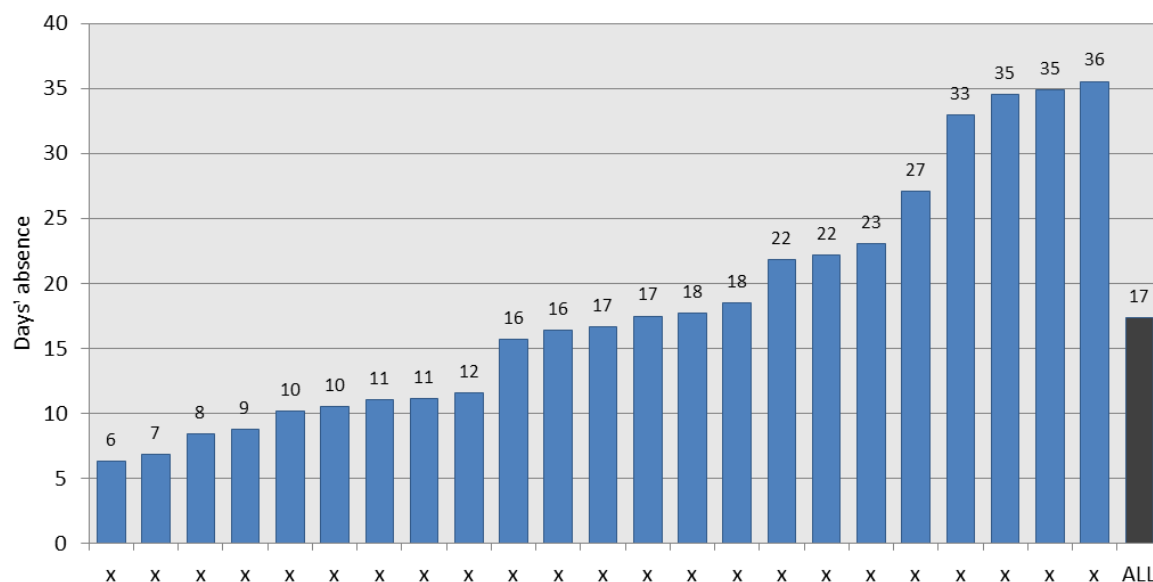
Figure 6. Répartition mensuelle des blessures survenues à l'entraînement (colonnes bleues) et taux de blessures à l'entraînement (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison.



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 a été de 17 jours, avec des valeurs variant entre 6 et 36 jours.

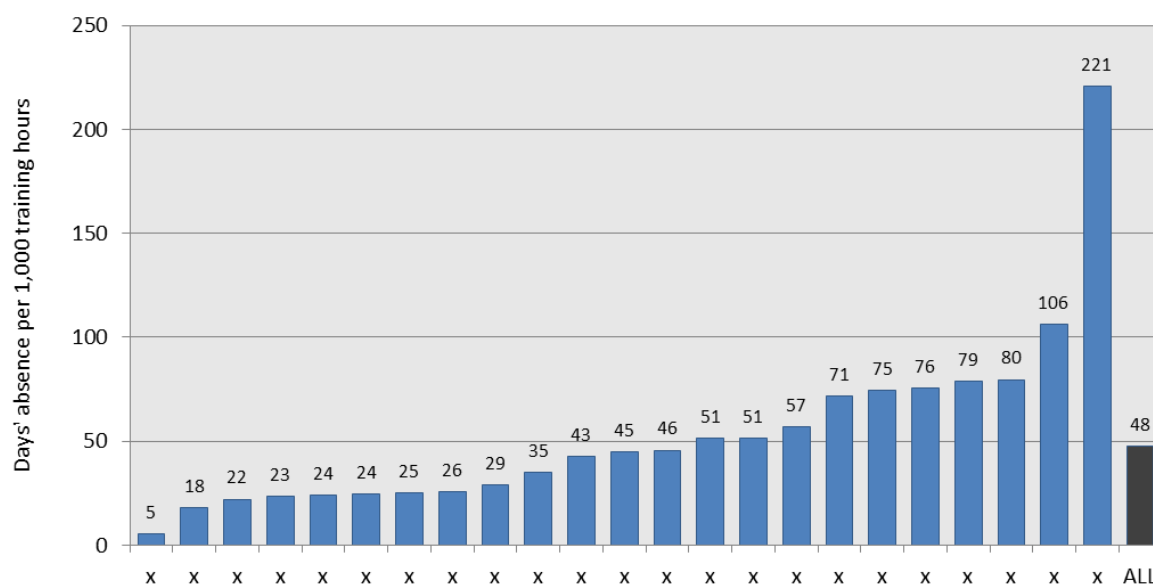
Figure 7. Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement



5.1.3 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement

En moyenne, le fardeau des blessures survenues à l'entraînement a été de 48 jours d'absence par 1000 heures d'entraînement, avec des valeurs variant entre 5 et 221.

Figure 8. Fardeau des blessures survenues à l'entraînement



5.2 Tendances en matière de blessures lors de matches

5.2.1 Taux de blessures lors de matches

Le taux moyen de blessures lors de matches pour toutes les équipes a été de 21 blessures par 1000 heures de matches, avec des valeurs variant entre 9 et 40.

Figure 9. Taux de blessures lors de matches

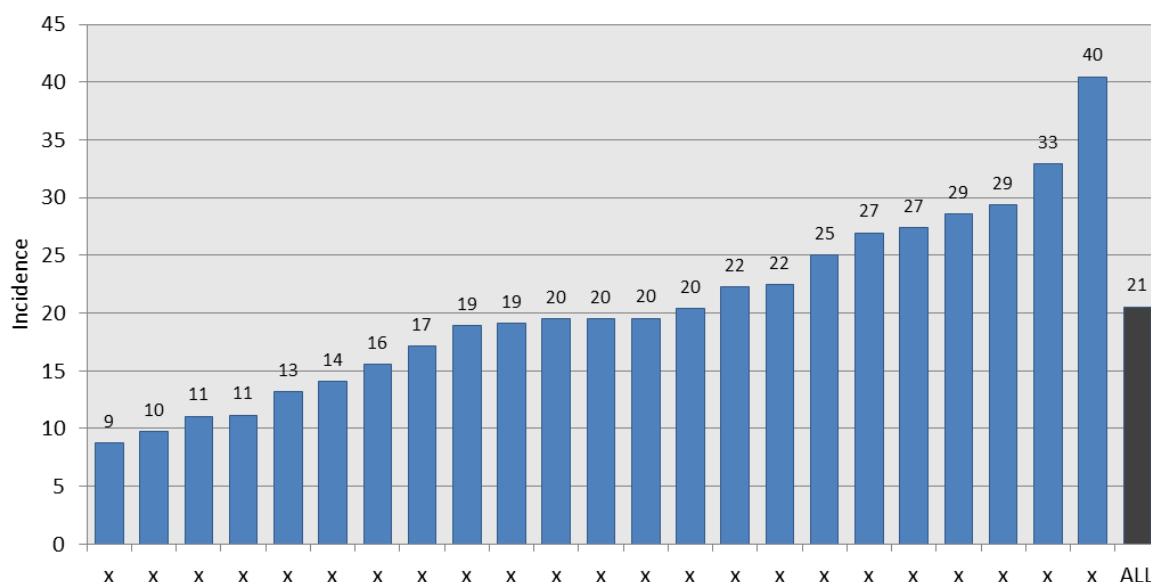
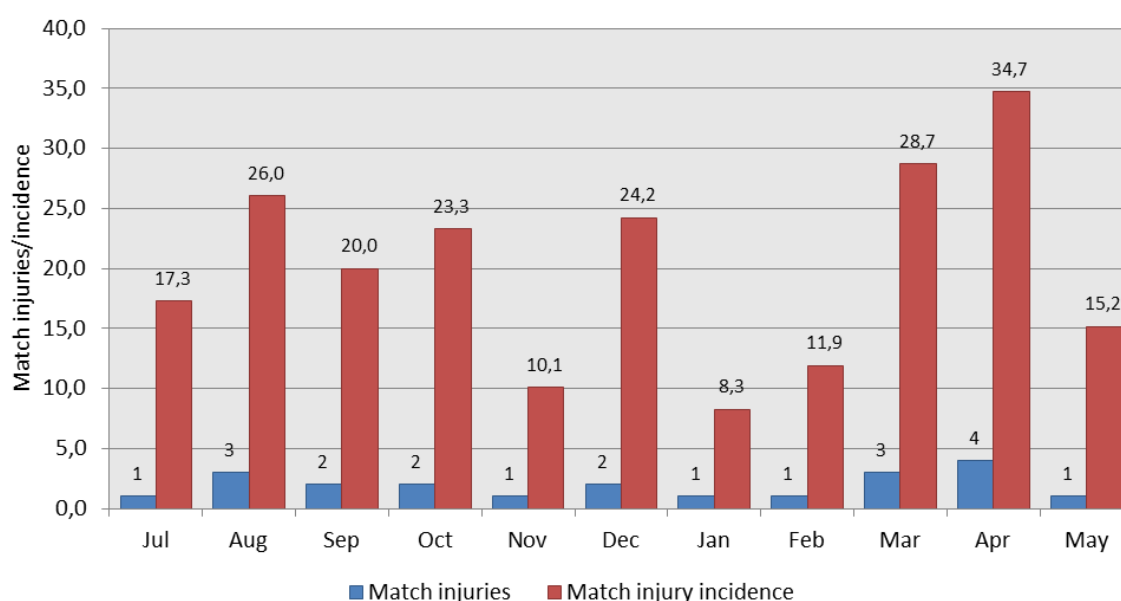


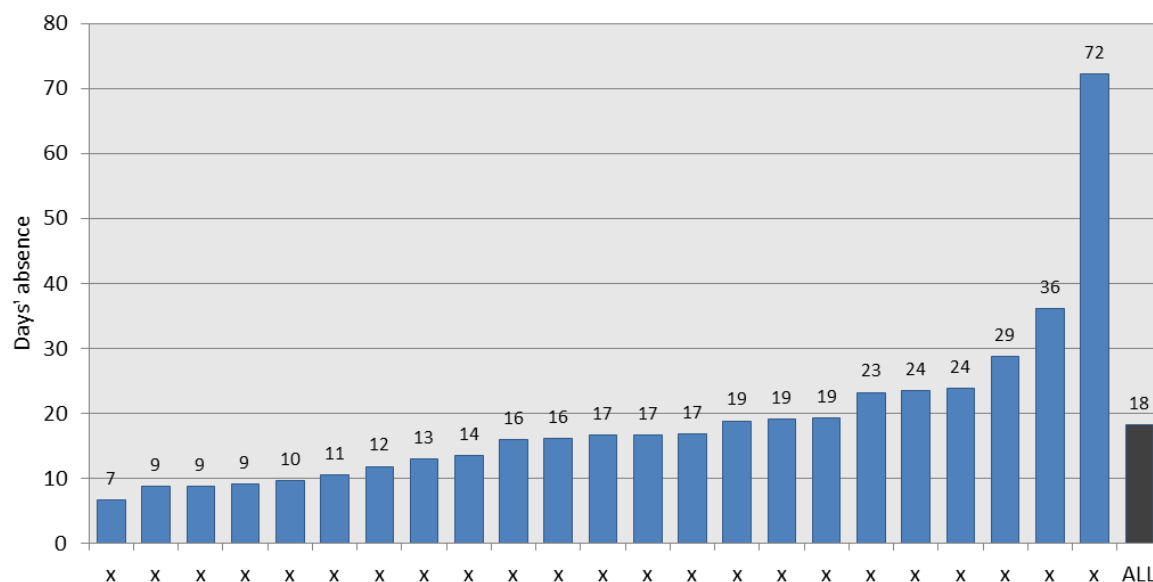
Figure 10. Répartition mensuelle des blessures survenues lors de matches (colonnes bleues) et taux de blessures lors de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison.



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 a été de 18 jours, avec des valeurs variant entre 7 et 72 jours.

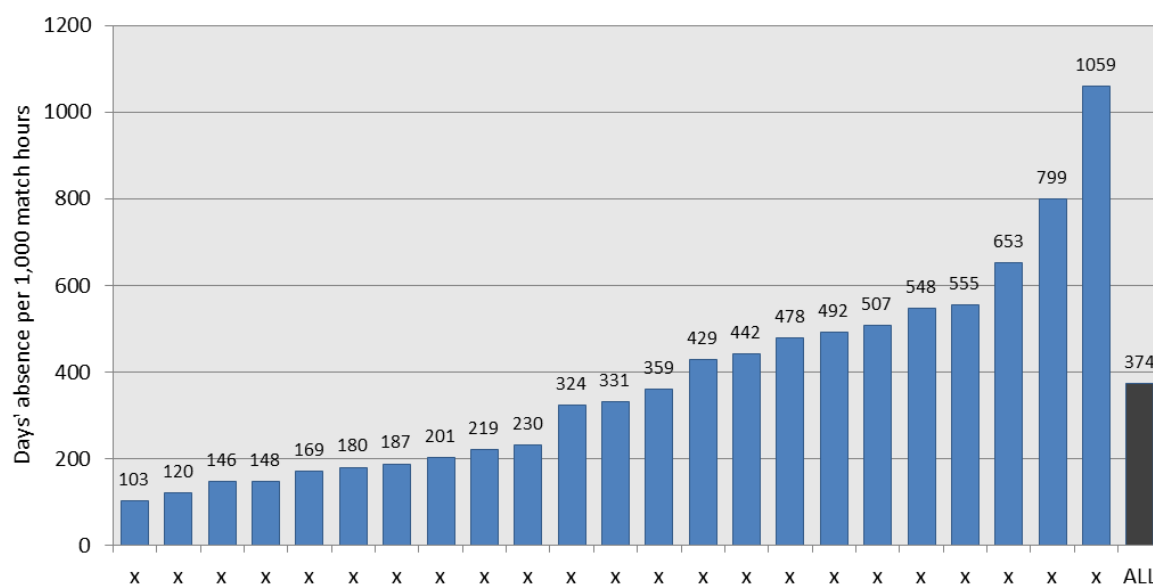
Figure 11. Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches



5.2.3 Fardeau des blessures survenues lors de matches

En moyenne, le fardeau des blessures survenues lors de matches a été de 374 jours d'absence par 1000 heures de matches, avec des valeurs variant entre 103 et 1,059.

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.

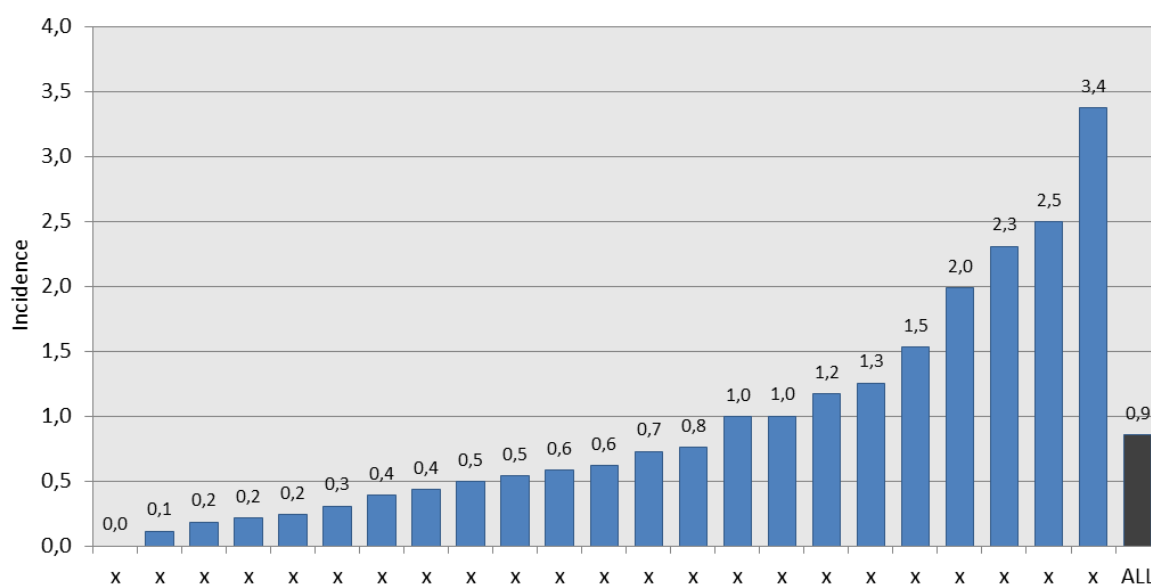
Tableau 10 : Diagnostics de blessures graves

Diagnosis description	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
[SDAX] Anteroinferior shoulder dislocation	1	20,0	2	1,4
[TMHS] Semimembranosis/tendinosis strain, grade 1 - 2	1	20,0	5	3,5
[TMQS] Rectus femoris strain	1	20,0	13	9,0
[TMAX] Adductor strain	1	20,0	1	,7
[KMXX] Knee Muscle Strain/Spasm/Trigger Points	1	20,0	0	0,0

5.3.1 Taux de blessures graves

Le taux moyen de blessures graves pour toutes les équipes a été de 0.9 blessures graves par 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0.0 et 3.4. À noter que, le total des absences étant inconnu du fait que certains joueurs étaient encore blessés au moment de la rédaction de ce rapport, les chiffres exacts peuvent différer légèrement de ceux présentés ici.

Figure 13. Taux de blessures graves



5.4 Tendances en matière de blessures musculaires/tendineuses

Tableau 11 : Diagnostics en matière de blessures musculaires/tendineuses

Diagnosis description	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
[GMXX] Hip and Groin Muscle Strain/Tear	1	4,0	21	5,9
[QMSX] Soleus Injury/strain	1	4,0	26	7,4
[QMYX] Calf muscle trigger points/spasm	1	4,0	3	,8
[BMGB] Gluteus medius/minimus strain	2	8,0	1	,3
[TMHX] Hamstring strain	2	8,0	18	5,1
[TMQX] Quadriceps Strain	2	8,0	6	1,7
[QMXX] Lower leg muscle Injury	2	8,0	8	2,3
[QMGX] Gastrocnemius muscle injury/strain	2	8,0	6	1,7
[TMQS] Rectus femoris strain	3	12,0	49	13,9
[TMYH] Hamstring trigger points	3	12,0	15	4,2
[TMHB] Biceps femoris strain, grade 1 - 2	6	24,0	86	24,4
Total	25	100,0	353	100,0

Tableau 12 : Mécanisme des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Running/sprinting	6	40,0	156	47,7
Twisting/turning	2	13,3	13	4,0
Shooting	3	20,0	54	16,5
Passing/crossing	2	13,3	21	6,4
Dribbling	0	0,0	1	,3
Jumping/landing	0	0,0	16	4,9
Stretching	1	6,7	15	4,6
Sliding	0	0,0	11	3,4
Overuse	0	0,0	23	7,0
Collision	0	0,0	3	,9
Tackled	0	0,0	5	1,5
Tackling	0	0,0	4	1,2
Kicked	0	0,0	1	,3
Blocked	0	0,0	1	,3
Other acute mechanism	1	6,7	3	,9
Total	15	100,0	327	100,0

Tableau 13 : Blessures musculaires/tendineuses avec et sans contact

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Non-contact	19	100,0	351	97,8
Contact player	0	0,0	8	2,2
Contact object	0	0,0	0	0,0
Total	19	100,0	359	100,0

Tableau 14 : Gravité des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Slight [0 days]	0	0,0	0	0,0
Minimal [1-3 days]	0	0,0	30	8,4
Mild [4-7 days]	6	30,0	80	22,3
Moderate [8-28 days]	13	65,0	192	53,6
Severe [>28 days]	1	5,0	56	15,6
Total	20	100,0	358	100,0

Tableau 15 : Taux de blessures à répétition des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
No re-injury	19	95,0	325	90,8
Re-injury	1	5,0	33	9,2
Total	20	100,0	358	100,0

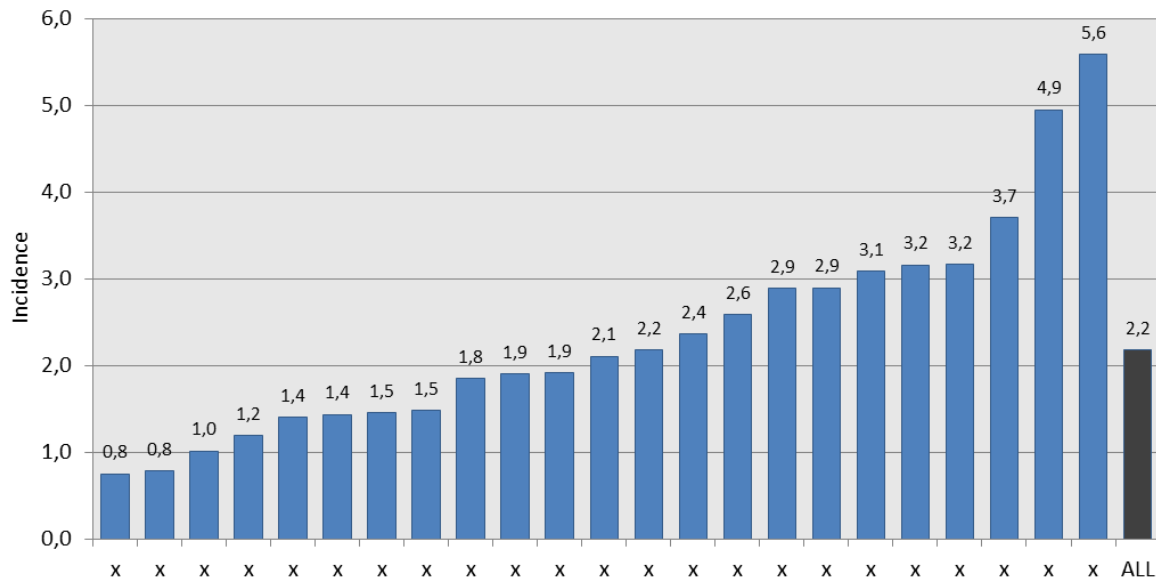
Tableau 16 : Répartition mensuelle des blessures musculaires/tendineuses

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
July	2	18,2	16	4,4
August	2	18,2	28	7,6
September	1	9,1	46	12,5
October	1	9,1	44	12,0
November	0	0,0	42	11,4
December	2	18,2	34	9,3
January	0	0,0	36	9,8
February	0	0,0	34	9,3
March	0	0,0	27	7,4
April	1	9,1	37	10,1
May	2	18,2	23	6,3
Total	11	100,0	367	100,0

5.4.1 Taux de blessures musculaires/tendineuses

Le taux moyen de blessures musculaires/tendineuses pour toutes les équipes a été de 2.2 blessures musculaires/tendineuses par 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0.8 et 5.6.

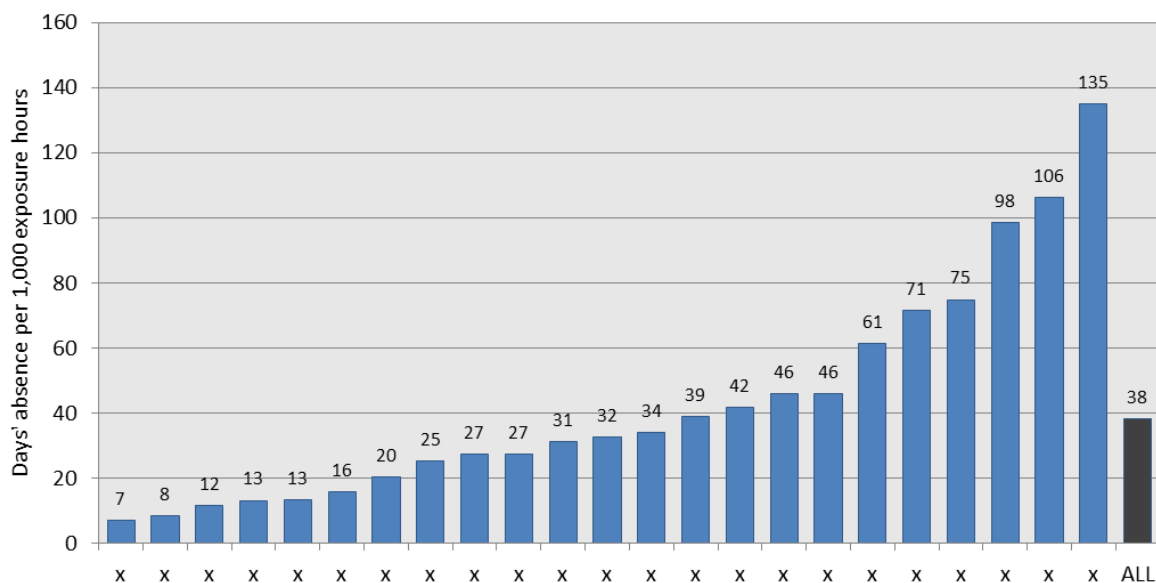
Figure 14. Taux de blessures musculaires/tendineuses



5.4.2 Fardeau des blessures musculaires/tendineuses

En moyenne, le fardeau des blessures musculaires/tendineuses a été de 38 jours d'absence par 1000 heures, avec des valeurs variant entre 7 et 135.

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

Diagnosis description	Muscle injuries											
	Team X						Other teams					
	N	Sum	Mean	Med	Min	Max	N	Sum	Mean	Med	Min	Max
[TMAX] Adductor strain	1	4	4,0	4,0	4	4	10	166	16,6	10,5	7	39
[TMYH] Hamstring trigger points	1	5	5,0	5,0	5	5	17	83	4,9	4,0	1	10
[TMXX] Thigh Muscle strain/Spasm/Trigger Points	2	10	5,0	5,0	3	7	7	40	5,7	6,0	3	8
[TMQS] Rectus femoris strain	2	12	6,0	6,0	4	8	50	1268	25,4	21,0	1	88
[TMHB] Biceps femoris strain, grade 1 - 2	5	47	9,4	7,0	3	21	87	1428	16,4	12,0	2	79
Total	11	78	7,1	7,0	3	21	367	6524	17,8	13,0	1	158

N = nombre de blessures dans chaque catégorie

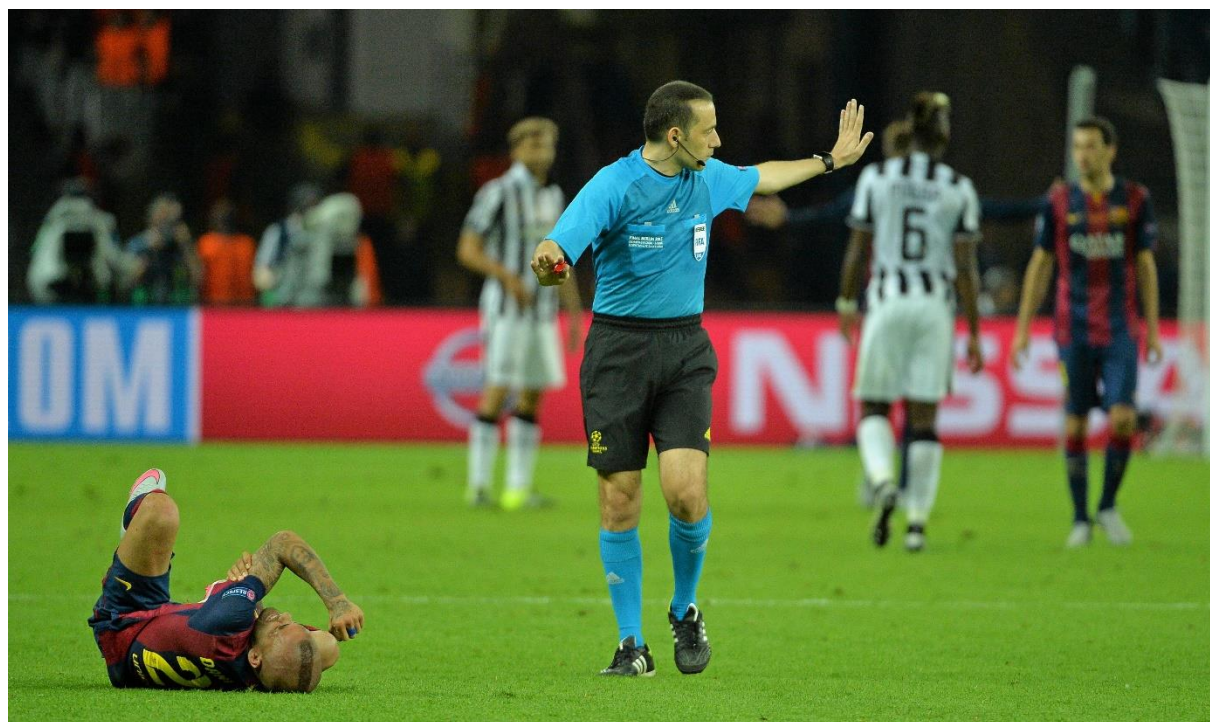
Total = nombre total de jours d'absence pour blessure (montre les conséquences pour l'équipe)

Moy. = nombre moyen de 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 de blessures articulaires/ligamentaires

Tableau 18 : Diagnostics en matière de blessures articulaires/ligamentaires

Diagnosis description	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
[AJSX] Ankle syndesmosis sprain	1	100,0	7	5,1
Total	1	100,0	137	100,0

Tableau 19 : Mécanisme des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Running/sprinting	0	0,0	3	2,4
Twisting/turning	1	12,5	19	15,2
Shooting	0	0,0	5	4,0
Passing/crossing	0	0,0	3	2,4
Jumping/landing	1	12,5	13	10,4
Falling/diving	1	12,5	1	,8
Sliding	0	0,0	8	6,4
Overuse	0	0,0	1	,8
Hit by ball	0	0,0	3	2,4
Collision	1	12,5	7	5,6
Tackled	3	37,5	41	32,8
Tackling	0	0,0	6	4,8
Kicked	0	0,0	6	4,8
Blocked	1	12,5	4	3,2
Other acute mechanism	0	0,0	5	4,0
Total	8	100,0	125	100,0

Tableau 20 : Blessures articulaires/ligamentaires avec et sans contact

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Non-contact	4	50,0	53	40,8
Contact player	4	50,0	74	56,9
Contact object	0	0,0	3	2,3
Total	8	100,0	130	100,0

Tableau 21 : Gravité des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Slight [0 days]	0	0,0	0	0,0
Minimal [1-3 days]	1	9,1	22	17,3
Mild [4-7 days]	2	18,2	28	22,0
Moderate [8-28 days]	3	27,3	50	39,4
Severe [>28 days]	5	45,5	27	21,3
Total	11	100,0	127	100,0

Tableau 22 : Taux de blessures à répétition pour les blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
No re-injury	9	81,8	117	92,1
Re-injury	2	18,2	10	7,9
Total	11	100,0	127	100,0

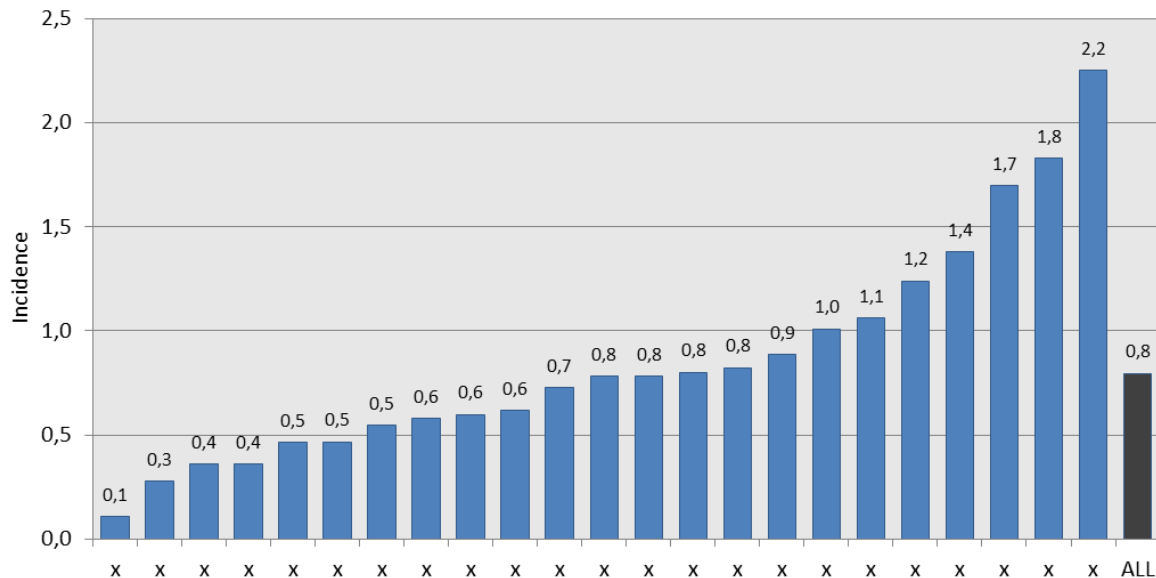
Tableau 23 : Répartition mensuelle des blessures articulaires/ligamentaires

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
July	1	12,5	10	7,7
August	2	25,0	15	11,5
September	0	0,0	14	10,8
October	0	0,0	10	7,7
November	0	0,0	9	6,9
December	0	0,0	11	8,5
January	0	0,0	11	8,5
February	2	25,0	8	6,2
March	1	12,5	22	16,9
April	2	25,0	15	11,5
May	0	0,0	5	3,8
Total	8	100,0	130	100,0

5.5.1 Taux de blessures articulaires/ligamentaires

Le taux moyen de blessures articulaires/ligamentaires pour toutes les équipes a été de 0.8 blessures articulaires/ligamentaires par 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0.1 et 2.2.

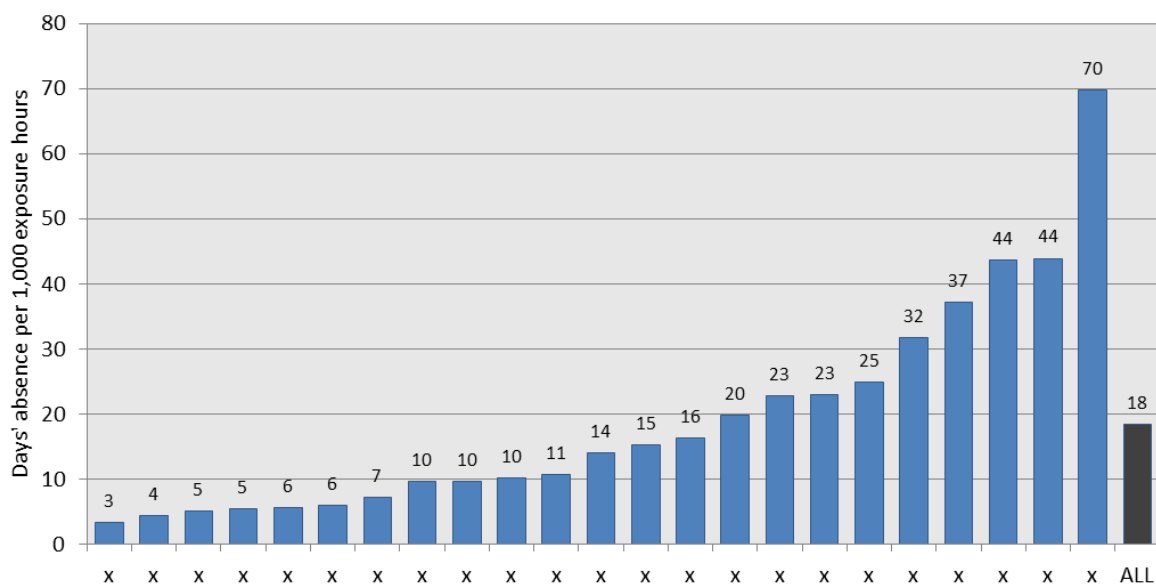
Figure 16. Taux de blessures articulaires/ligamentaires



5.5.2 Fardeau des blessures articulaires/ligamentaires

En moyenne, le fardeau des blessures articulaires/ligamentaires a été de 18 jours d'absence par 1000 heures, avec des valeurs variant entre 3 et 70.

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

Diagnosis description	Ligament injuries											
	Team X						Other teams					
	N	Sum	Mean	Med	Min	Max	N	Sum	Mean	Med	Min	Max
[AJLX] Ankle lateral ligament sprain	1	20	20,0	20,0	20	20	6	46	7,7	4,5	1	22
[AJDX] Ankle deltoid ligament sprain	1	19	19,0	19,0	19	19	3	18	6,0	5,0	4	9
[AJXX] Ankle Sprains	2	14	7,0	7,0	3	11	30	286	9,5	5,0	1	81
[AJMX] Ankle multiple ligaments sprain	4	43	10,8	9,0	9	16	6	182	30,3	19,5	5	84
Total	8	96	12,0	10,0	3	20	130	3081	23,7	10,0	1	251

5.6 Tendances en matière de blessures à répétition

Tableau 25 : Diagnostics des blessures à répétition

Diagnosis description	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
[KCCX] Knee osteochondral injury	1	100,0	0	0,0
Total	1	100,0	88	100,0

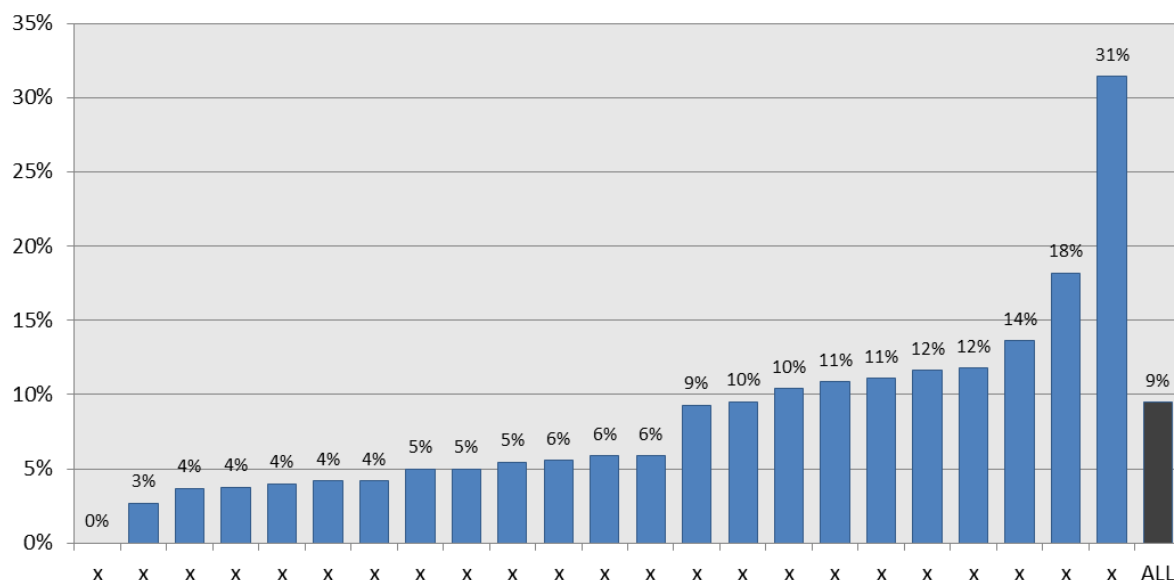
Tableau 26 : Gravité des blessures à répétition

	Total			
	Team X		Other teams	
	N	%	N	%
Slight [0 days]	0	0,0	0	0,0
Minimal [1-3 days]	0	0,0	16	18,2
Mild [4-7 days]	0	0,0	16	18,2
Moderate [8-28 days]	1	100,0	36	40,9
Severe [>28 days]	0	0,0	20	22,7
Total	1	100,0	88	100,0

5.6.1 Taux de blessures à répétition (%)

En moyenne, 9% des blessures subies par les équipes étaient des blessures à répétition, avec des valeurs variant entre 0% et 31% dans les différents clubs.

Figure 18. Taux de blessures à répétition



6 Participation/disponibilité et absence de l'effectif

Toutes les données dans les graphiques de cette section sont indiquées sous forme de pourcentages.

6.1 Participation/disponibilité de l'effectif

La participation/disponibilité de l'effectif se réfère au pourcentage moyen de joueurs qui ont participé aux séances d'entraînement ou qui étaient disponibles pour être sélectionnés pour des matches au cours de la période examinée. Une participation/disponibilité de 100 % signifie 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. Taux de participation de l'effectif aux séances d'entraînement

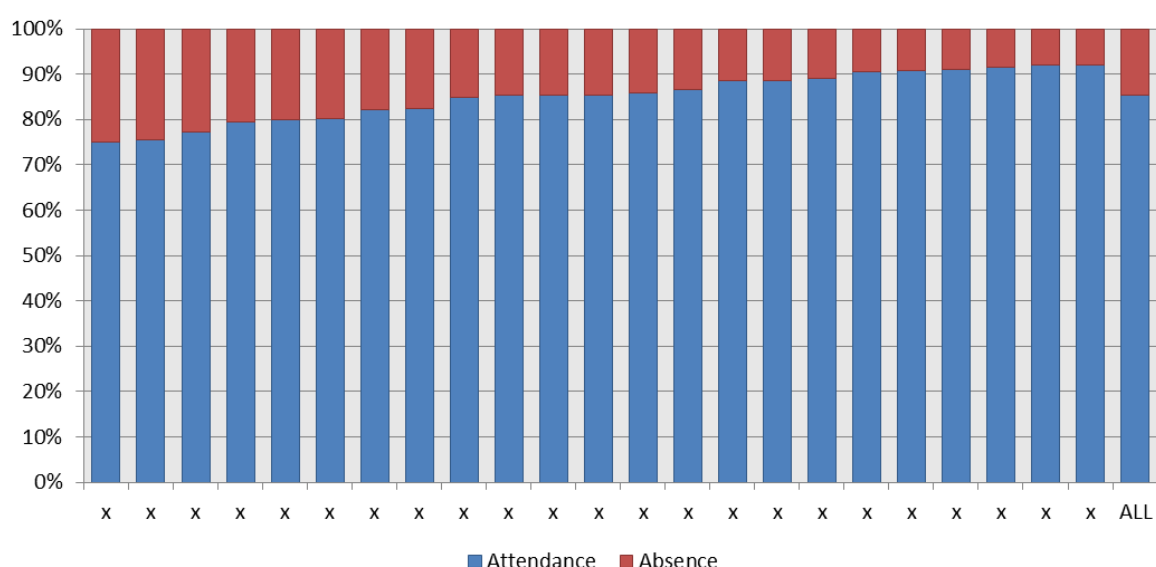


Figure 20. Taux de disponibilité de l'effectif pour des matches

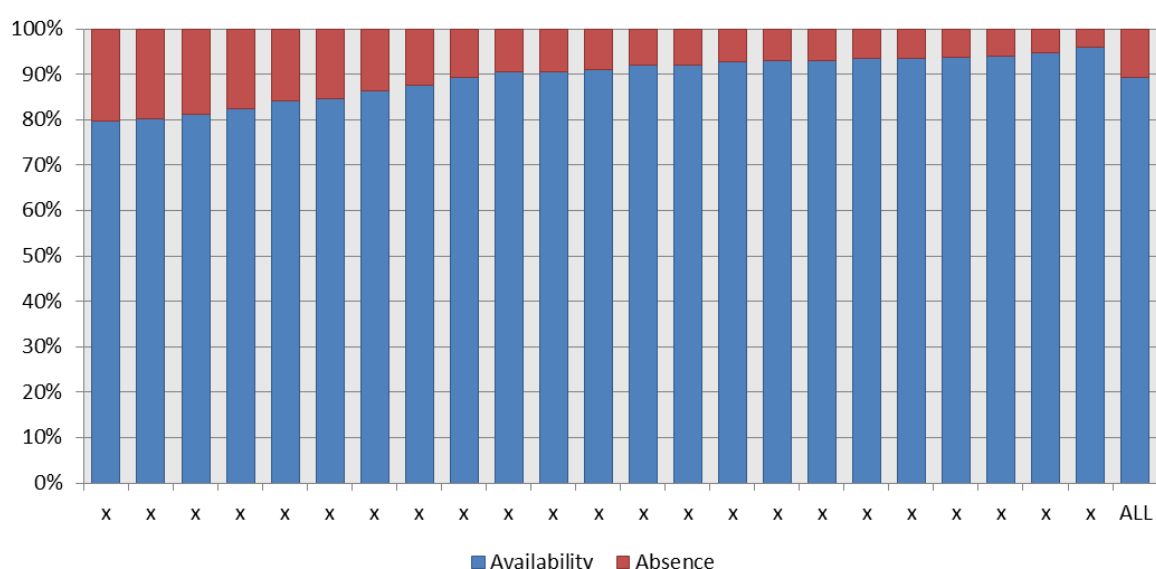
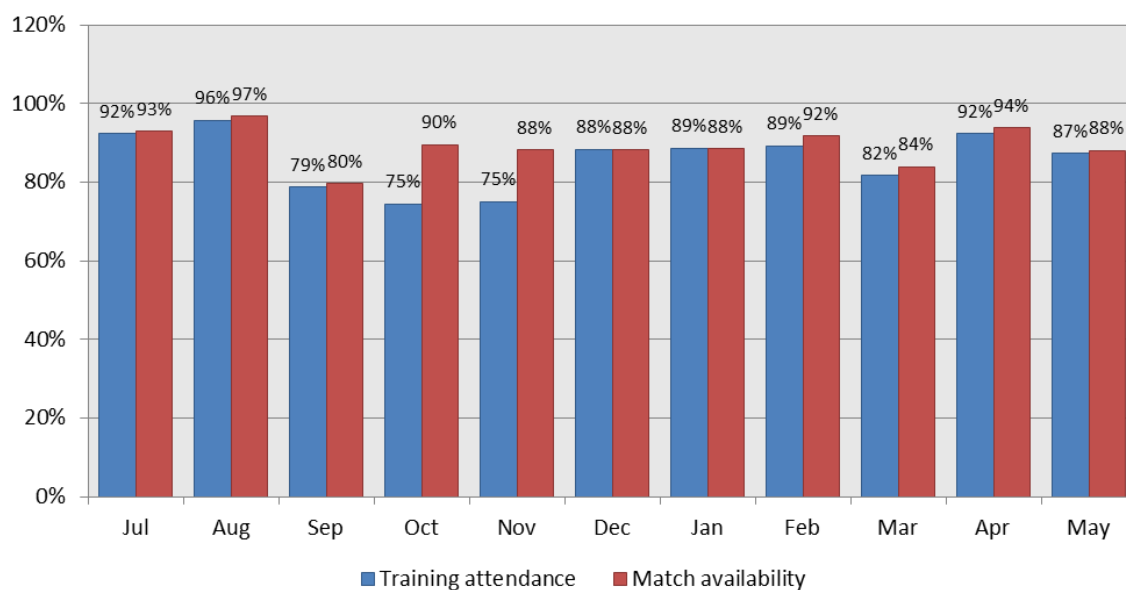


Figure 21. Participation globale de l'effectif aux entraînements (colonnes bleues) et disponibilité pour des matches (colonnes rouges) de l'équipe X au cours de la saison.



6.2 Absence de l'effectif

Les graphiques ci-dessous montrent les absences des joueurs par motif.

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

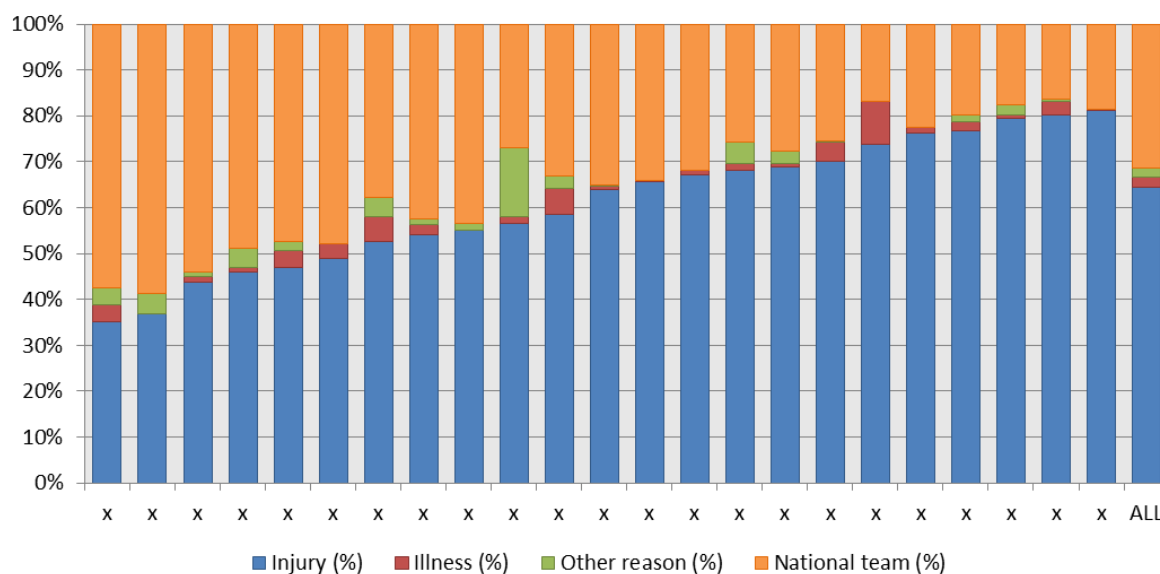


Figure 23. Motifs d'absence aux matches

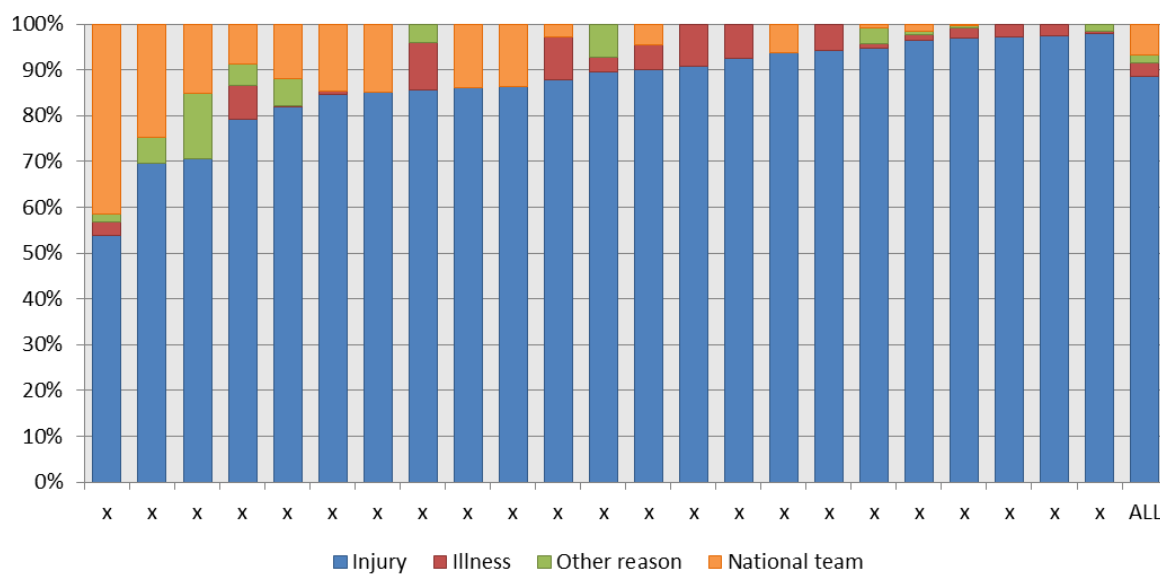


Figure 24. Motifs d'absence aux séances d'entraînement de l'équipe X au cours de la saison

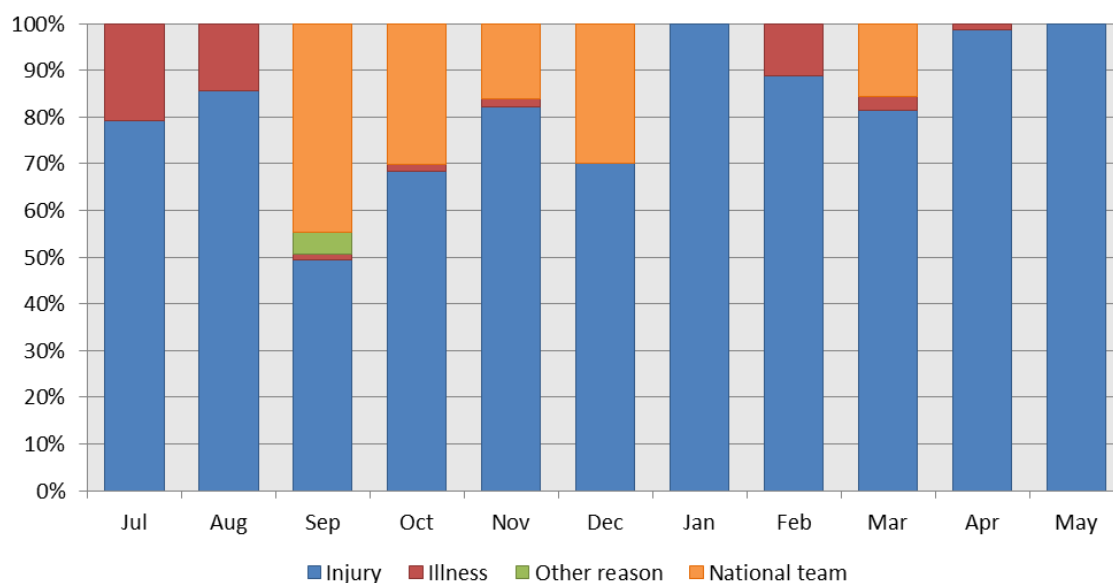
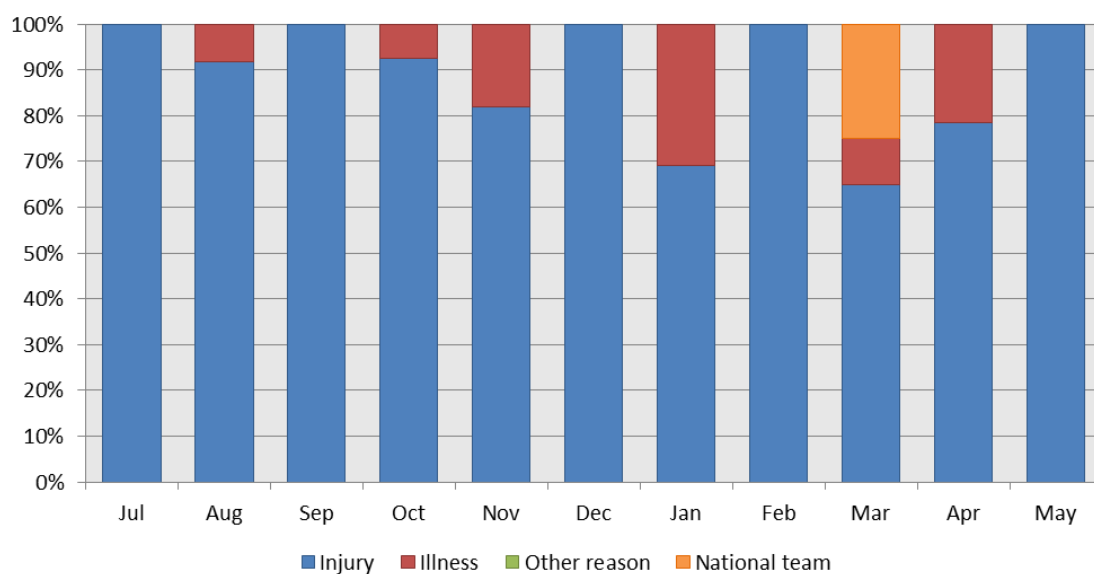


Figure 25. Motifs d'absence aux matches de l'équipe X au cours de la saison



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 période examinée. En moyenne, sur l'ensemble des clubs, chaque joueur a manqué 2.0 séances d'entraînement et 0.5 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

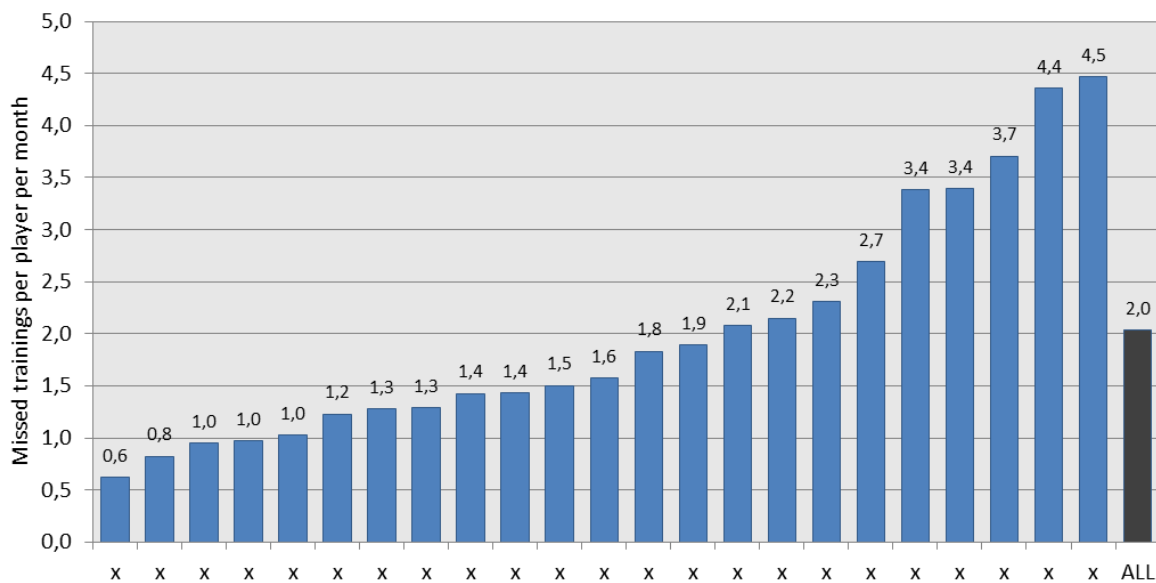
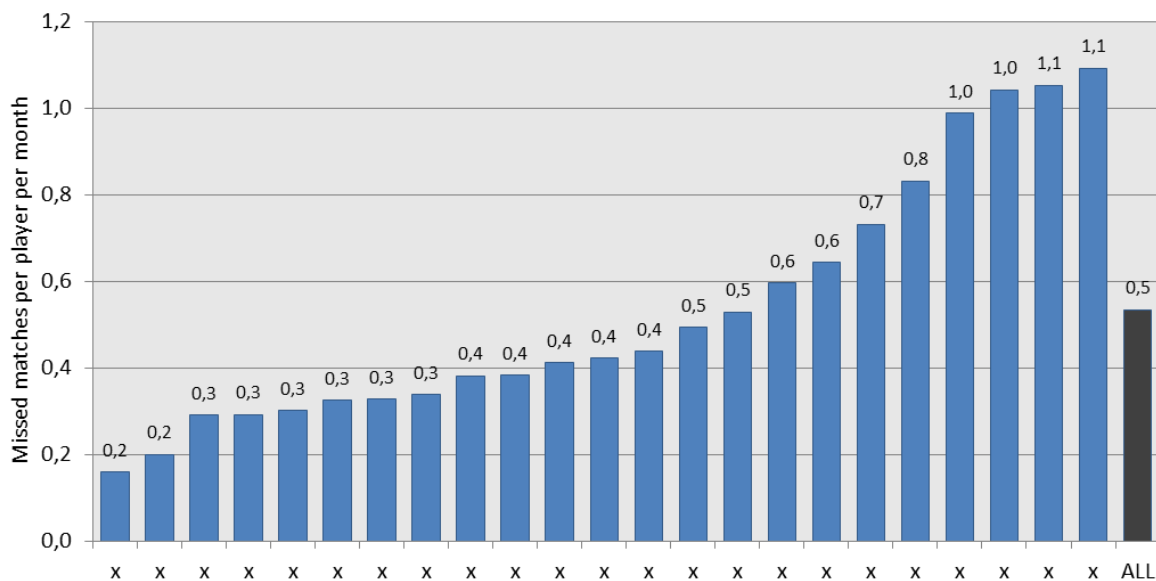


Figure 27. Nombre de matches manqués par joueur et par mois pour cause de blessure



7 Analyses sur 14 saisons

L'Étude de l'UEFA sur les blessures a enregistré environ 12,000 blessures et 1,700,000 heures d'exposition au cours de 14 saisons. Au total, 50 équipes de 18 pays différents ont participé à l'une ou l'autre étude durant ces 14 saisons. Cette section contient les résultats basés sur les données récoltées au cours de toutes les saisons de l'étude.



7.1 Taux de blessures sur 14 saisons

Le taux de blessures lors de chaque saison est indiqué pour votre club (colonnes bleues), ainsi que le taux de blessures moyen de l'ensemble des équipes (ligne rouge), à titre de comparaison.

Figure 28. Taux de blessures à l'entraînement [14 saisons]

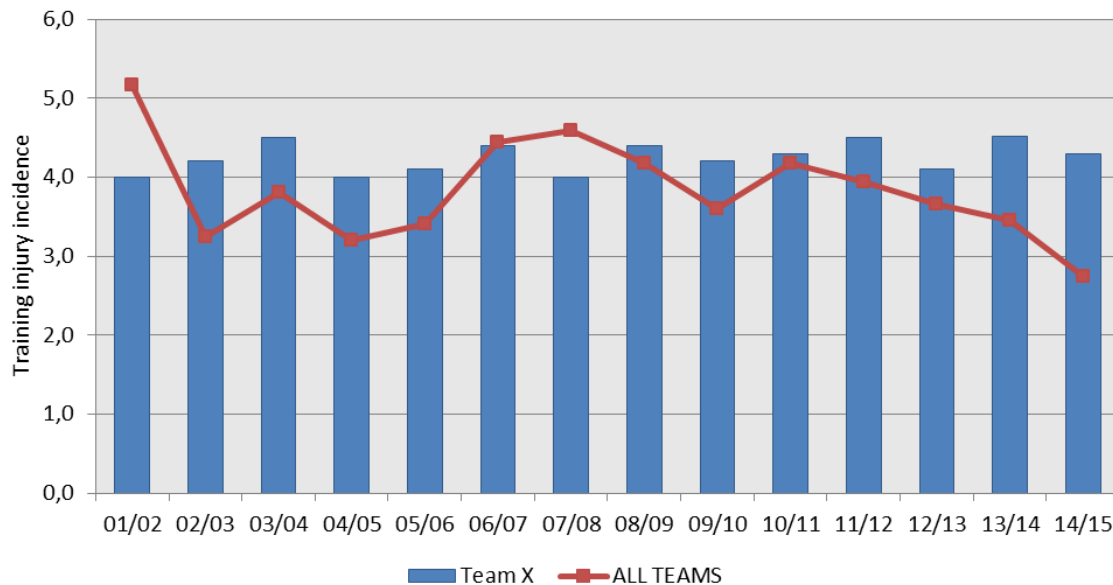


Figure 29. Taux de blessures lors de matches [14 saisons]

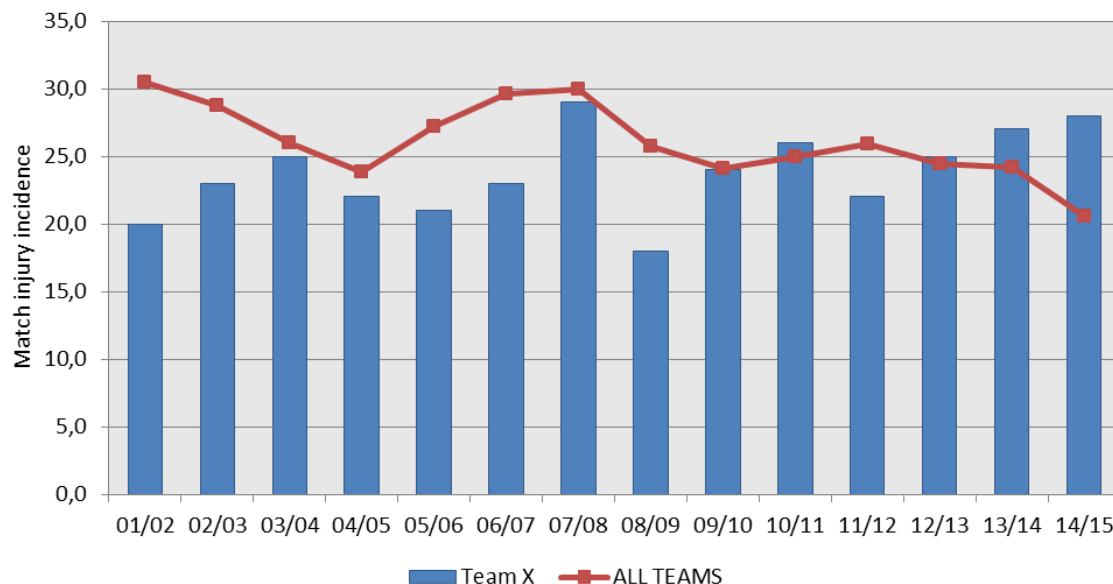


Figure 30. Taux total de blessures [14 saisons]

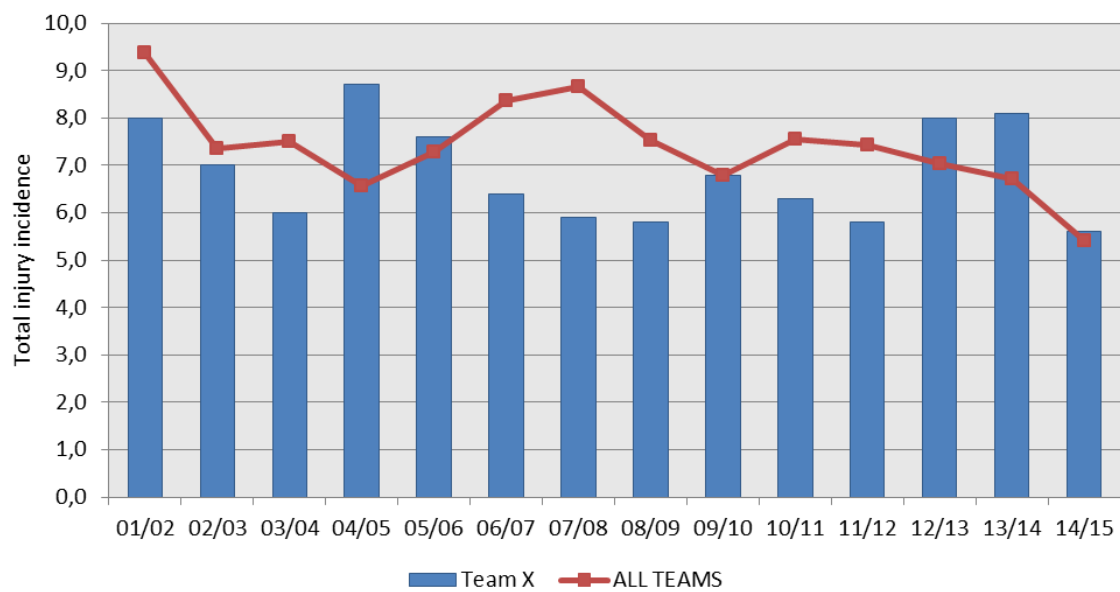


Figure 31. Taux de blessures graves (plus de 4 semaines d'absence) [14 seasons]

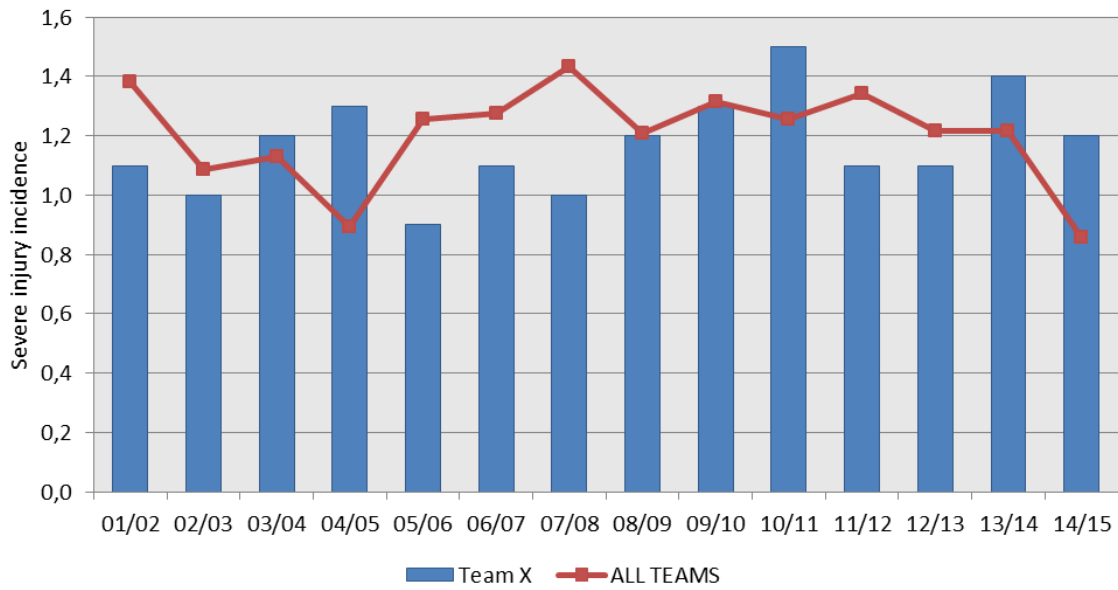


Figure 32. Taux de blessures musculaires/tendineuses [14 saisons]

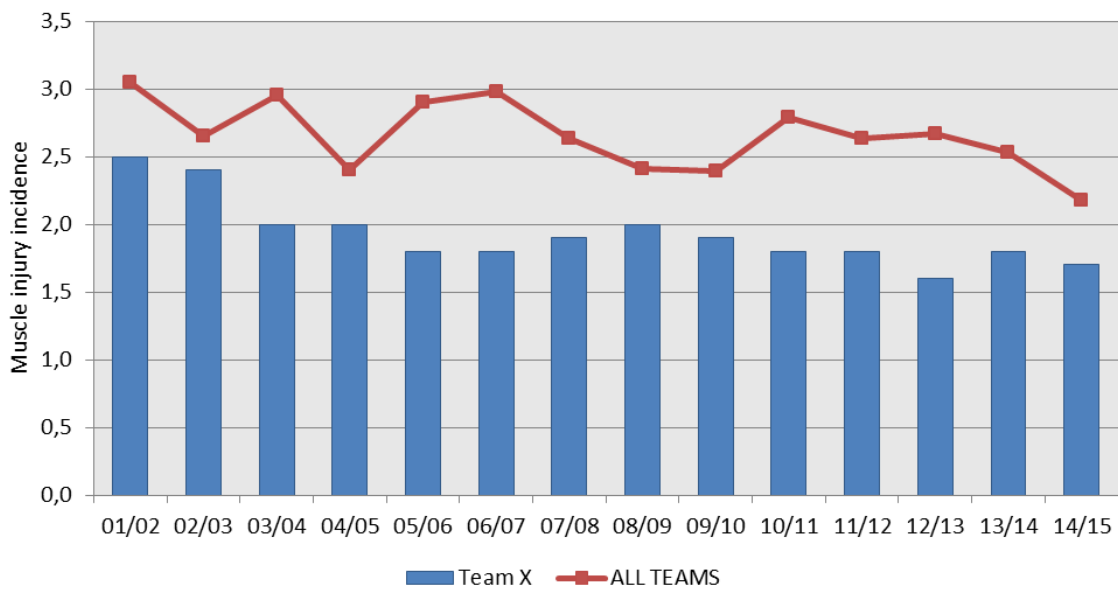


Figure 33. Taux de blessures articulaires/ligamentaires [14 saisons]

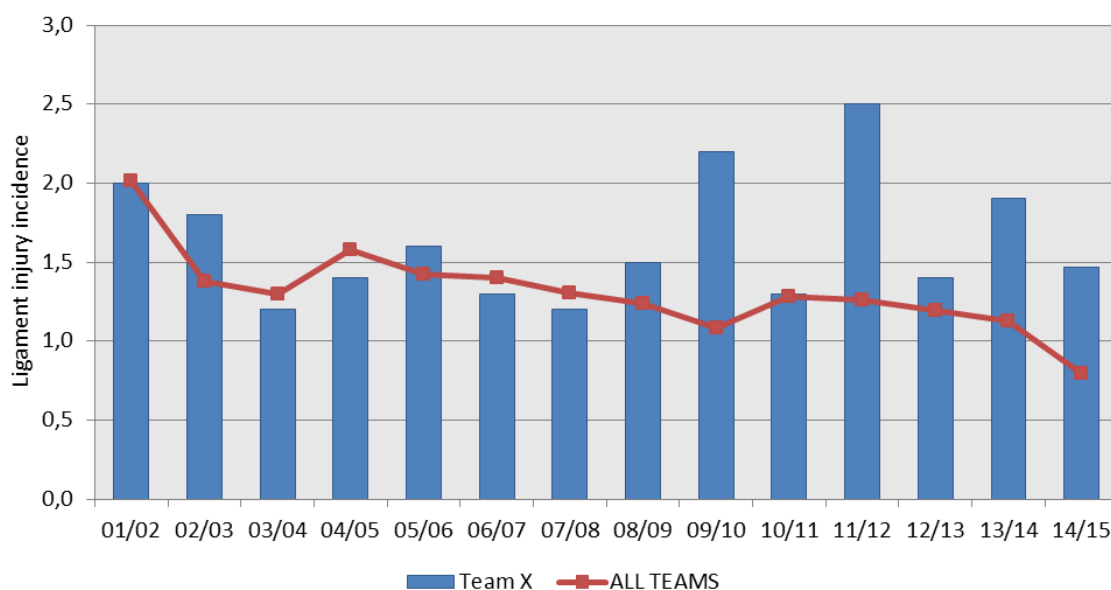
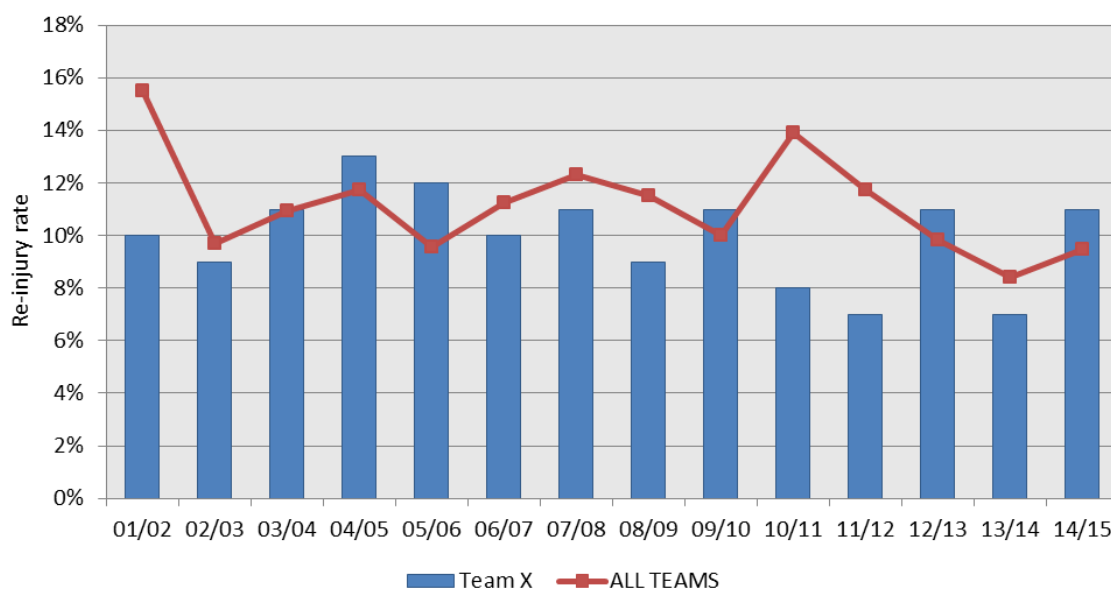


Figure 34. Taux de blessures à répétition [14 saisons]



7.2 Participation/disponibilité et absence de l'effectif sur 14 saisons

La participation/disponibilité et l'absence de l'effectif pour cause de blessures lors de chaque saison est indiqué pour votre club (colonnes bleues), ainsi que la participation/disponibilité moyenne de l'ensemble des équipes (ligne rouge), à titre de comparaison.

Figure 35. Taux de participation de l'effectif aux séances d'entraînement [14 saisons]

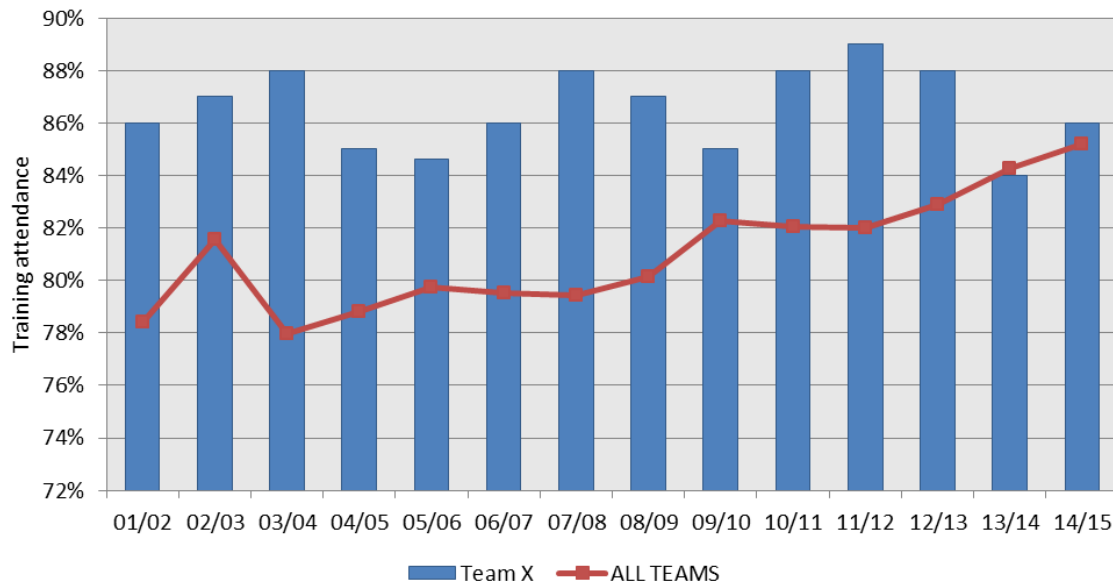


Figure 36. Taux de disponibilité de l'effectif pour des matches [14 saisons]

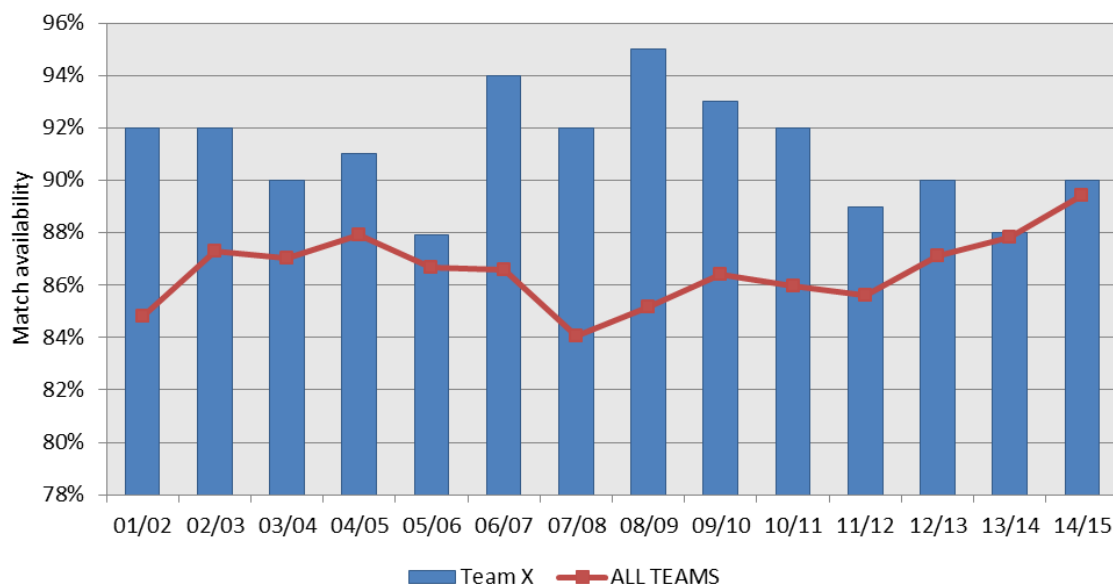


Figure 37. Absence de l'effectif lors des séances entraînement pour cause de blessure [14 saisons]

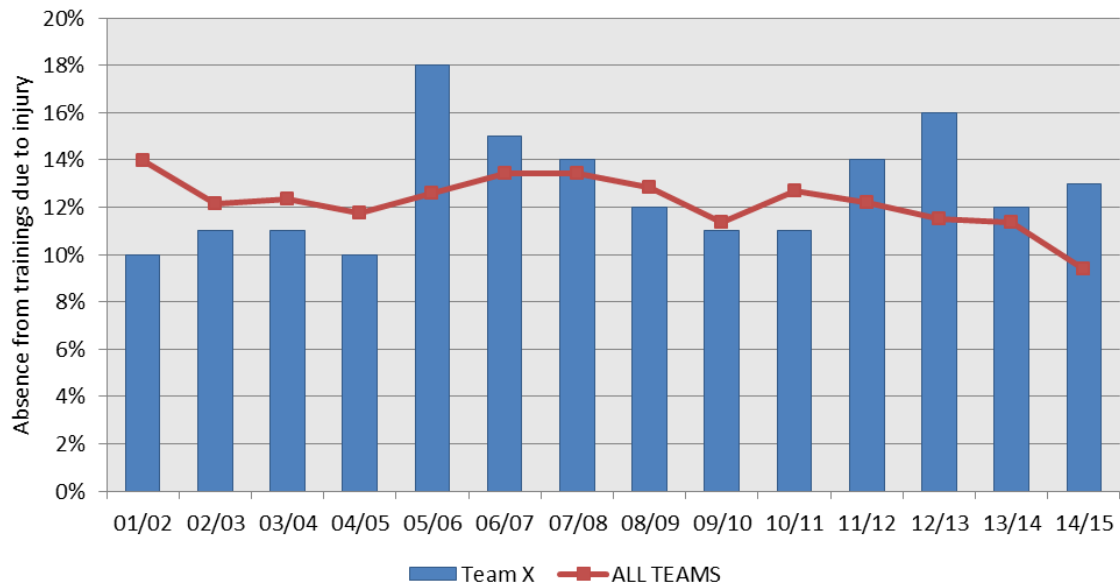


Figure 38. Absence de l'effectif lors des matches pour cause de blessure [14 saisons]

