



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

Rapport sur la saison 2016/17

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,
ancien premier vice-président de la Commission médicale de l'UEFA

Adresse de correspondance :

Groupe de recherche sur le football

Professeur Jan Ekstrand
Hertig Karlsgatan 13 B
582 21 Linköping
Suède
jan.ekstrand@telia.com

Håkan Bengtsson
info.frg@telia.com

Anna Hallén
info.frg@telia.com
+46 13 318990

UEFA

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

Niki Papadimitriou
Assistante Questions médicales de l'UEFA
niki.papadimitriou@uefa.com

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

Sommaire

1	Clubs participants	1
2	Présentation	1
3	Interprétation des résultats	2
4	Exposition.....	3
5	Tendances générales en matière de blessures	5
5.1	Tendances en matière de blessures à l'entraînement.....	9
5.1.1	Taux de blessures à l'entraînement	9
5.1.2	Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement.....	10
5.1.3	Fardeau des blessures survenues à l'entraînement.....	10
5.2	Tendances en matière de blessures lors de matches	11
5.2.1	Taux de blessures lors de matches	11
5.2.2	Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches	12
5.2.3	Fardeau des blessures survenues lors de matches	13
5.3	Tendances en matière de blessures graves.....	14
5.3.1	Taux de blessures graves.....	14
5.4	Tendances en matière de blessures musculaires	15
5.4.1	Taux de blessures musculaires.....	17
5.4.2	Fardeau des blessures musculaires	17
5.4.3	Jours d'absence en raison de blessures musculaires	18
5.5	Tendances en matière de blessures ligamentaires	19
5.5.1	Taux de blessures ligamentaires.....	21
5.5.2	Fardeau des blessures ligamentaires	21
5.5.3	Jours d'absence en raison de blessures ligamentaires	22
5.6	Tendances en matière de blessures à répétition.....	22
5.6.1	Taux de blessures à répétition (en %)	23
6	Participation/disponibilité et absence de l'effectif	24
6.1	Participation/disponibilité de l'effectif.....	24
6.2	Absence de l'effectif.....	25
6.3	Nombre de séances d'entraînement/de matches manqués pour cause de blessure	
	28	
7	Analyses sur 16 saisons	29

7.1	Taux de blessures sur 16 saisons.....	29
7.2	Participation/disponibilité et absence de l'effectif sur 16 saisons	33

1 Clubs participants

Le présent rapport contient les résultats de la saison 2016/17 (de juillet à mai) pour les 21 clubs de l'UEFA Champions League qui ont fourni des données complètes pour l'ensemble de la saison. Il s'agit des équipes suivantes : Arsenal FC, Bayer 04 Leverkusen, Borussia Dortmund, Celtic FC, Club Atlético de Madrid, Club Bruges, FC Barcelone, FC Bâle 1893, FC Copenhague, FC Porto, GNK Dinamo Zagreb, Juventus FC, Leicester City FC, Manchester City FC, Paris Saint-Germain, PSV Eindhoven, Real Madrid CF, SL Benfica, Sporting Clube de Portugal, SSC Naples et Tottenham Hotspur FC.

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, les blessures 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 pour 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 pour 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 pour 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 pour 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.
- 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 cette 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. Pour toute question sur l'interprétation des résultats, n'hésitez pas à contacter le Groupe de recherche sur le football.

4 Exposition

Au total, 170 000 heures d'exposition ont été enregistrées durant la saison 2016/17 par les 21 clubs de l'UEFA Champions League qui ont fourni des données complètes pour l'ensemble de la saison, dont environ 145 000 heures d'entraînement (85 %) et 25 000 heures de matches (15 %). L'équipe X a compté au total 8500 heures d'exposition, dont 7500 heures d'entraînement (88 %) et 1000 heures de matches (12 %).

En moyenne, les équipes ont suivi 232 séances d'entraînement et disputé 60 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 21 séances d'entraînement et 5,5 matches par mois, soit un ratio moyen d'exposition entre les entraînements et les matches de 6,3 heures d'entraînement pour chaque heure de match.

Figure 1. Nombre de séances d'entraînement par mois

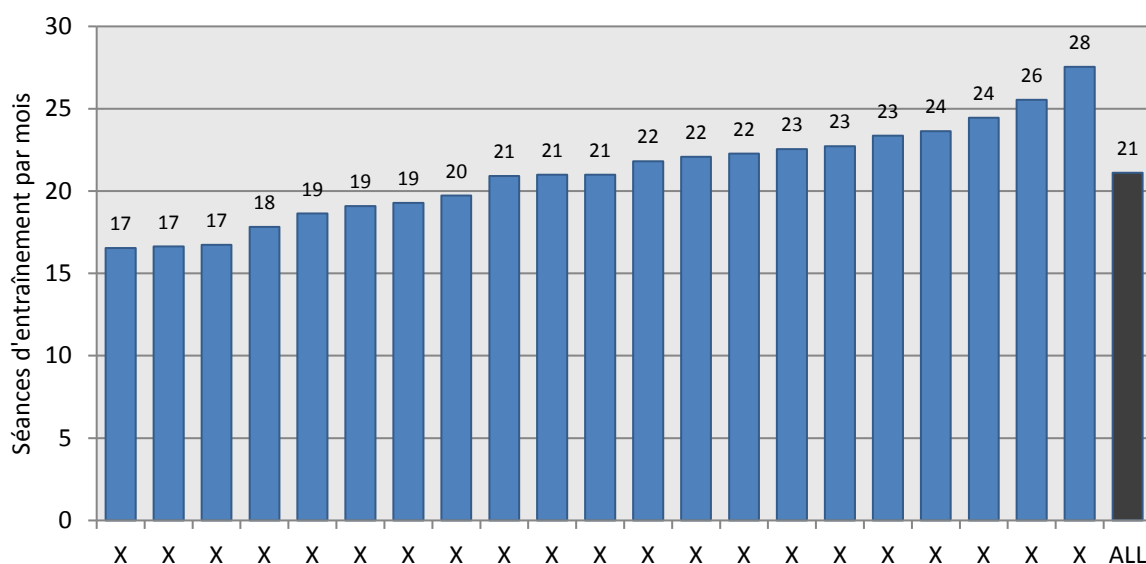


Figure 2. Nombre de matches par mois

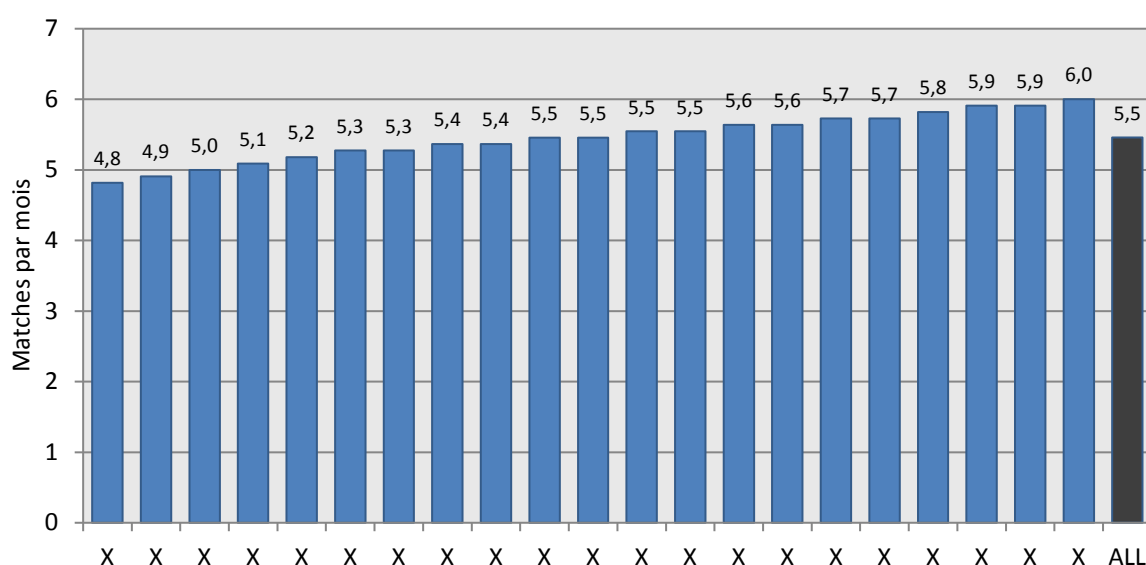


Figure 3. Ratio entre les heures d'entraînement et les heures de match

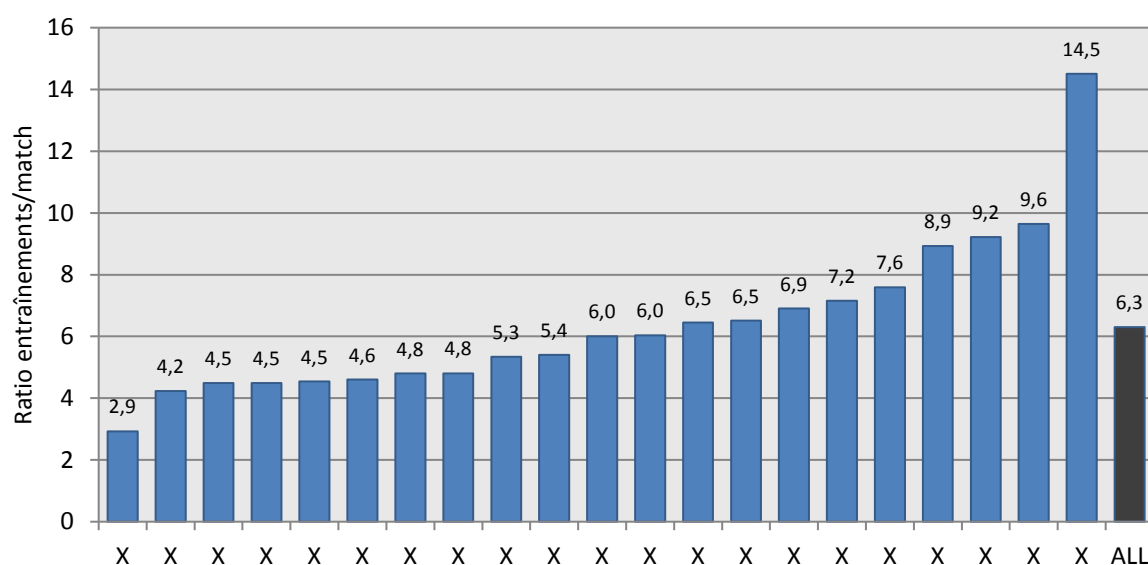
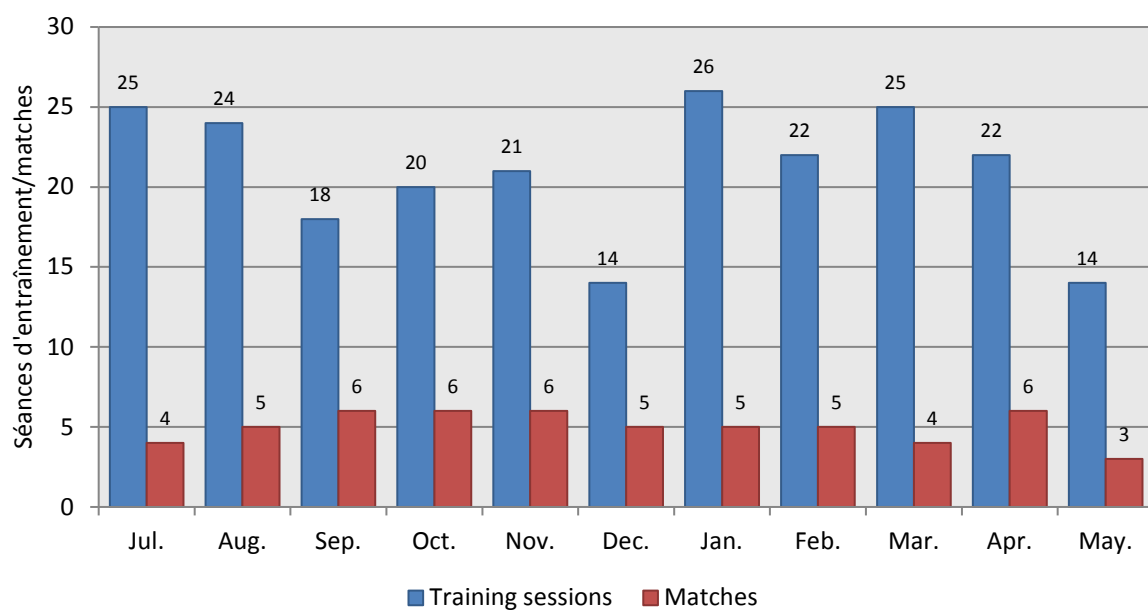


Figure 4. Nombre de séances d'entraînement (colonnes bleues) et de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison



5 Tendances générales en matière de blessures

Les tableaux ci-dessous montrent le nombre (N) et la distribution relative (en pourcentage) des différentes blessures. Au total, les 21 clubs de l'UEFA Champions League qui ont fourni des données complètes pour l'ensemble de la saison 2016/17 ont enregistré 795 blessures, dont 339 survenues à l'entraînement (43 %) et 456 lors de matches (57 %). On a compté 142 blessures graves (18 %), 359 blessures musculaires (45 %) et 132 blessures ligamentaires (17 %).

L'équipe X a subi 40 blessures (18 blessures à l'entraînement et 22 blessures lors de matches) au cours de la saison, y compris 4 blessures graves, 15 blessures musculaires et 7 blessures ligamentaires.

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	0,0	1	0,3	0	0,0	16	3,7	0	0,0	17	2,3
Nuque/cervicales	0	0,0	2	0,6	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	0,3
Épaule/clavicule	1	4,8	0	0,0	0	0,0	8	1,9	1	2,2	8	1,1
Poignet	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	0,5	0	0,0	2	0,3
Main/doigt/pouce	0	0,0	1	0,3	0	0,0	4	0,9	0	0,0	5	0,7
Sternum/côtes/haut du dos	0	0,0	3	0,9	0	0,0	6	1,4	0	0,0	9	1,2
Abdomen	0	0,0	5	1,6	0	0,0	3	0,7	0	0,0	8	1,1
Bas du dos/bassin/sacrum	0	0,0	19	6,0	2	8,3	11	2,6	2	4,4	30	4,0
Hanche/aîne	6	28,6	64	20,1	3	12,5	56	13,1	9	20,0	120	16,1
Cuisse	4	19,0	88	27,7	8	33,3	124	28,9	12	26,7	212	28,4
Genou	2	9,5	45	14,2	3	12,5	74	17,2	5	11,1	119	15,9
Jambe/tendon d'Achille	4	19,0	44	13,8	2	8,3	36	8,4	6	13,3	80	10,7
Cheville	4	19,0	33	10,4	6	25,0	66	15,4	10	22,2	99	13,3
Pied/orteil	0	0,0	13	4,1	0	0,0	23	5,4	0	0,0	36	4,8
Total	21	100,0	318	100,0	24	100,0	429	100,0	45	100,0	747	100,0

Tableau 2 : Types de blessure

	Entraînement				Match				Total			
	Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes		Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Fracture	1	7,7	7	2,1	0	0,0	22	5,1	1	2,9	29	3,8
Autre lésion osseuse	0	0,0	3	0,9	0	0,0	0	0,0	0	0,0	3	0,4
Luxation/subluxation	0	0,0	0	0,0	1	4,5	6	1,4	1	2,9	6	0,8
Entorse/blessure ligamentaire	3	23,1	35	10,7	5	22,7	89	20,6	8	22,9	124	16,4
Ménisque/cartilage	0	0,0	10	3,1	1	4,5	12	2,8	1	2,9	22	2,9
Rupture	5	38,5	169	51,8	12	54,5	173	40,1	17	48,6	342	45,2
Blessure/rupture	3	23,1	32	9,8	1	4,5	20	4,6	4	11,4	52	6,9
Hématome/contusion/ecchymose	0	0,0	29	8,9	2	9,1	63	14,6	2	5,7	92	12,2
Lacération	0	0,0	1	0,3	0	0,0	6	1,4	0	0,0	7	0,9
Commotion cérébrale	0	0,0	1	0,3	0	0,0	11	2,6	0	0,0	12	1,6
Lésion nerveuse	0	0,0	1	0,3	0	0,0	1	0,2	0	0,0	2	0,3
Synovite/épanchement	0	0,0	7	2,1	0	0,0	9	2,1	0	0,0	16	2,1
Blessure de fatigue/surcharge	0	0,0	26	8,0	0	0,0	14	3,2	0	0,0	40	5,3
Autre lésion	1	7,7	5	1,5	0	0,0	5	1,2	1	2,9	10	1,3
Total	13	100,0	326	100,0	22	100,0	431	100,0	35	100,0	757	100,0

Tableau 3 : Mécanismes 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	7	25,9	55	19,4	3	20,0	80	19,7	10	23,8	135	19,5
Torsion/tour	3	11,1	21	7,4	0	0,0	32	7,9	3	7,1	53	7,7
Tir	1	3,7	36	12,7	0	0,0	14	3,4	1	2,4	50	7,2
Passe/centre	3	11,1	13	4,6	0	0,0	16	3,7	3	7,1	28	4,1
Conduite de balle	1	3,7	3	1,1	0	0,0	8	2,0	1	2,4	11	1,6
Saut/réception	0	0,0	8	2,8	0	0,0	14	3,4	0	0,0	22	3,2
Chute/plongeon	1	3,7	6	2,1	0	0,0	8	2,0	1	2,4	14	2,0
Étirement	2	7,4	11	3,9	1	6,7	13	3,2	3	7,1	24	3,5
Glissade	0	0,0	5	1,8	0	0,0	13	3,2	0	0,0	18	2,6
Fatigue/surcharge	8	29,6	67	23,6	2	13,3	38	9,3	10	23,8	105	15,2
Heurté par le ballon	1	3,7	4	1,4	0	0,0	5	1,2	1	2,4	9	1,3
Choc	0	0,0	8	2,8	0	0,0	26	6,4	0	0,0	34	4,9
Tête	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	0,2	0	0,0	1	0,1
Tacle subi	0	0,0	18	6,3	5	33,3	66	16,2	5	11,9	84	12,2
Tacle pratiqué	0	0,0	4	1,4	0	0,0	16	3,7	0	0,0	19	2,7
Coup de pied reçu	0	0,0	14	4,9	3	20,0	39	9,6	3	7,1	53	7,7
Tir bloqué	0	0,0	1	0,4	1	6,7	5	1,2	1	2,4	6	0,9
Utilisation du	0	0,0	0	0,0	0	0,0	4	1,0	0	0,0	4	0,6
Autre mécanisme aigu	0	0,0	10	3,5	0	0,0	11	2,7	0	0,0	21	3,0
Total	27	100,0	284	100,0	16	100,0	407	100,0	42	100,0	691	100,0

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	7	26,9	146	46,8	4	13,8	121	28,5	11	20,0	267	36,3
Traumatismes	19	73,1	166	53,2	25	86,2	303	71,5	44	80,0	469	63,7
Total	26	100,0	312	100,0	29	100,0	424	100,0	55	100,0	736	100,0

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	14	82,4	271	84,4	20	60,6	247	58,8	34	68,0	518	69,9
Contact avec un joueur	2	11,8	44	13,7	12	36,4	164	39,0	14	28,0	208	28,1
Contact avec un objet	1	5,9	6	1,9	1	3,0	9	2,1	2	4,0	16	2,0
Total	17	100,0	321	100,0	33	100,0	420	100,0	50	100,0	741	100,0

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 (0 jour d'absence)	0	0,0	4	1,2	0	0,0	1	0,2	0	0,0	5	0,7
Blessures mineures (1 à 3 jours d'absence)	3	30,0	54	16,4	1	4,8	41	9,4	4	12,9	95	12,4
Blessures légères (4 à 7 jours d'absence)	0	0,0	90	27,4	4	19,0	93	21,4	4	12,9	183	24,0
Blessures moyennement graves (8 à 28 jours d'absence)	6	60,0	135	41,0	8	38,1	213	49,0	14	45,2	348	45,5
Blessures graves (plus de 28 jours d'absence)	1	10,0	46	14,0	8	38,1	87	20,0	9	29,0	133	17,4
Total	10	100,0	329	100,0	21	100,0	435	100,0	31	100,0	764	100,0

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	25	83,3	282	91,3	17	94,4	407	92,9	42	87,5	689	92,2
Blessures à répétition	5	16,7	26	8,4	1	5,6	28	6,4	6	12,5	54	7,2
Ne sait pas	0	0,0	1	0,3	0	0,0	3	0,7	0	0,0	4	0,5
Total	30	100,0	309	100,0	18	100,0	438	100,0	48	100,0	747	100,0

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	%
Juillet	0	0,0	39	11,8	0	0,0	27	6,2	0	0,0	66	8,6
Août	0	0,0	27	8,2	0	0,0	31	7,1	0	0,0	58	7,6
Septembre	1	11,1	34	10,3	3	13,6	48	11,1	4	12,9	82	10,7
Octobre	2	22,2	36	10,9	3	13,6	53	12,2	5	16,1	89	11,6
Novembre	0	0,0	30	9,1	5	22,7	49	11,3	5	16,1	79	10,3
Décembre	0	0,0	23	7,0	1	4,5	36	8,3	1	3,2	59	7,7
Janvier	2	22,2	37	11,2	0	0,0	44	10,1	2	6,5	81	10,6
Février	1	11,1	24	7,3	3	13,6	29	6,7	4	12,9	53	6,9
Mars	1	11,1	28	8,5	4	18,2	45	10,4	5	16,1	73	9,6
Avril	2	22,2	28	8,5	1	4,5	48	11,1	3	9,7	76	9,9
Mai	0	0,0	24	7,3	2	9,1	24	5,5	2	6,5	48	6,3
Juin	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total	9	100,0	330	100,0	22	100,0	434	100,0	31	100,0	764	100,0

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	25	89,3	256	94,5	13	76,5	358	86,3	38	84,4	614	89,5
Équipe de réserve	0	0,0	0	0,0	4	23,5	16	3,9	4	8,9	16	2,3
Équipe nationale	3	10,7	16	5,5	0	0,0	41	9,9	3	6,7	56	8,2
Total	28	100,0	271	100,0	17	100,0	415	100,0	45	100,0	686	100,0

5.1 Tendances en matière de blessures à l'entraînement

5.1.1 Taux de blessures à l'entraînement

Le taux moyen des blessures à l'entraînement pour toutes les équipes a été de 2,3 blessures pour 1000 heures d'entraînement, avec des valeurs variant entre 0,1 et 4,2 dans les différents clubs.

Figure 5. Taux de blessures à l'entraînement

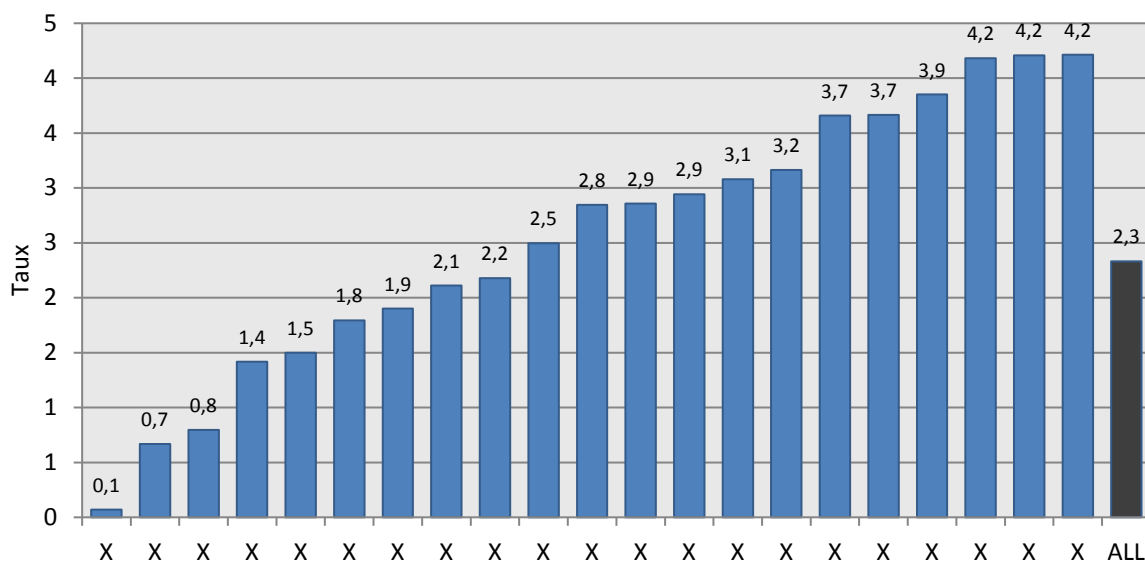
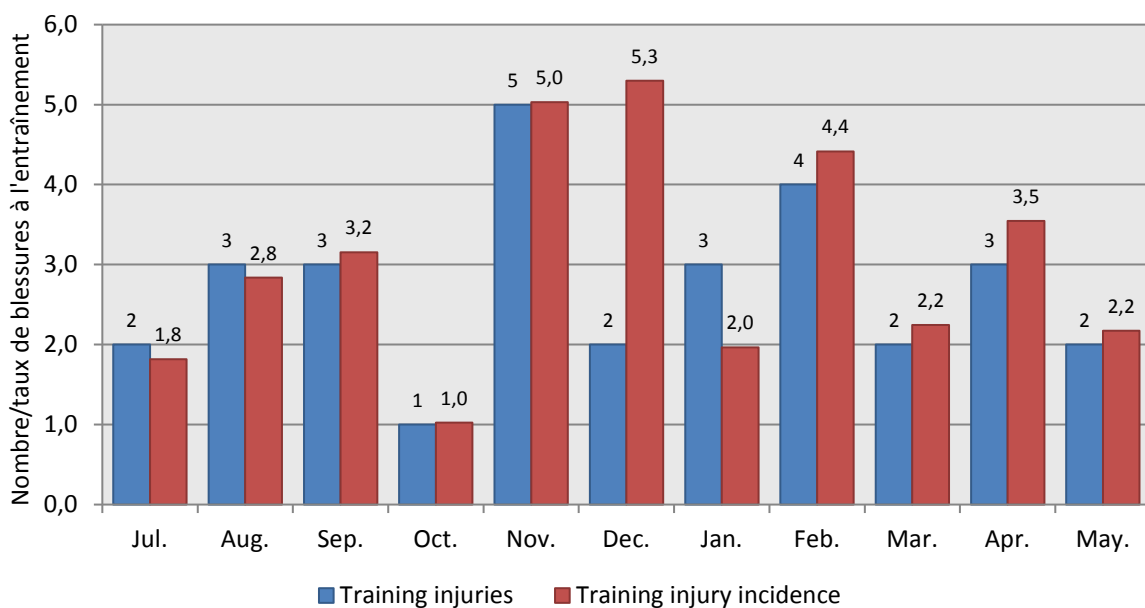


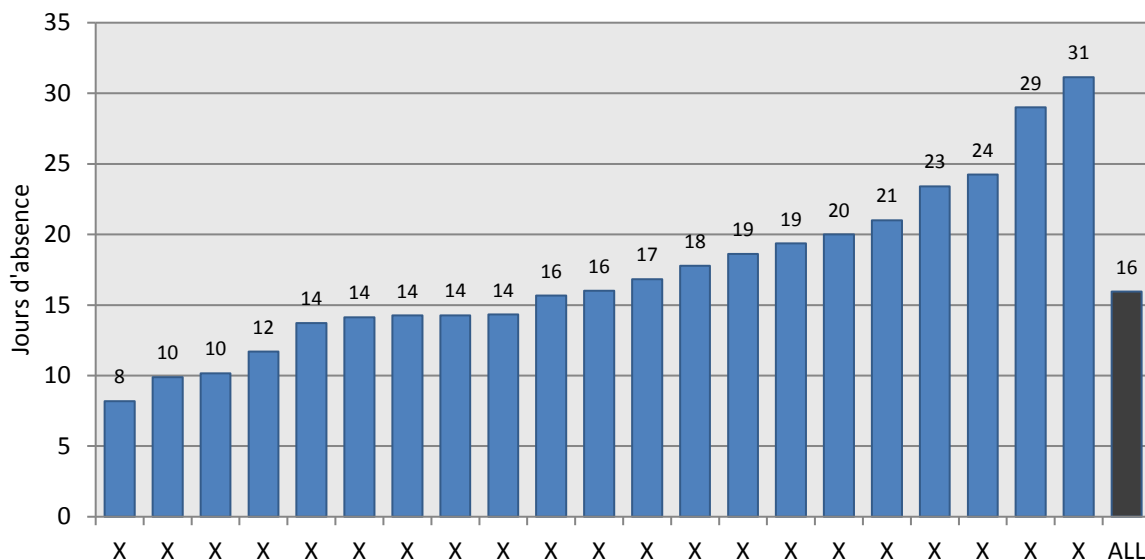
Figure 6. Répartition mensuelle des blessures survenues à l'entraînement (colonnes bleues) et taux de blessures à l'entraînement (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison



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

L'absence moyenne suite à des blessures survenues à l'entraînement pour toutes les équipes a été de 16 jours, avec des valeurs variant entre 8 et 31 jours dans les différents clubs.

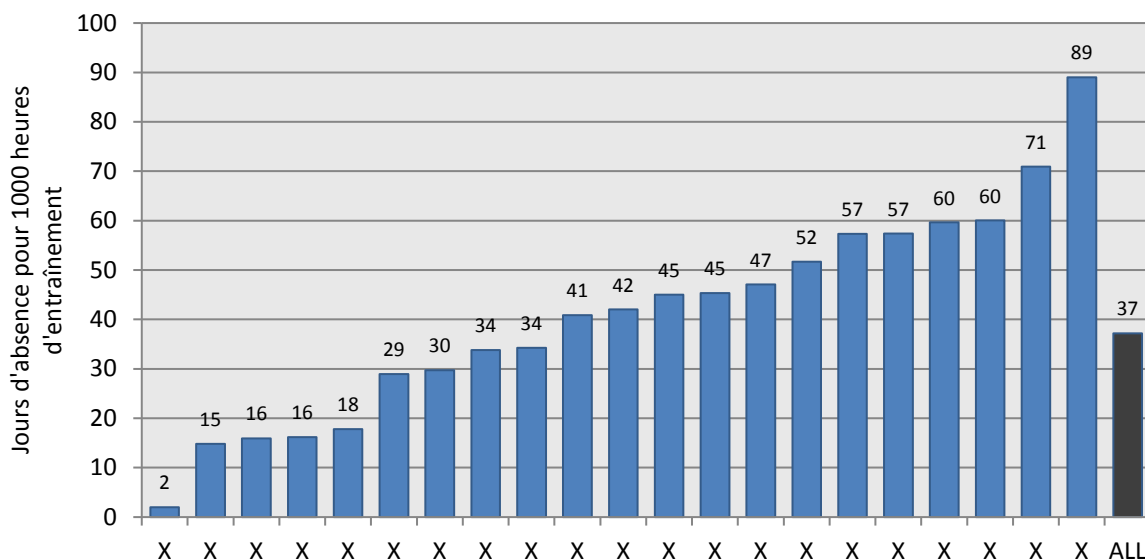
Figure 7. Jours d'absence en raison de blessures survenues à l'entraînement



5.1.3 Fardeau des blessures survenues à l'entraînement

Le fardeau moyen des blessures survenues à l'entraînement a été de 37 jours d'absence pour 1000 heures d'entraînement, avec des absences variant entre 2 et 89 jours dans les différents clubs.

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 des matches pour toutes les équipes a été de 19,8 blessures pour 1000 heures de matches, avec des valeurs variant entre 7,1 et 37,6 dans les différents clubs.

Figure 9. Taux de blessures lors de matches

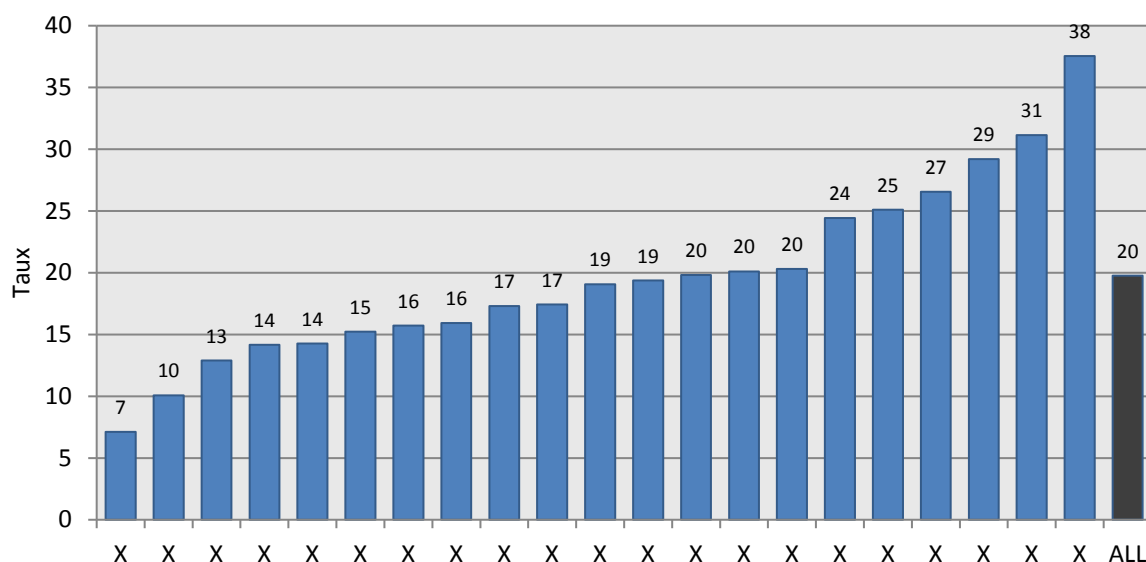
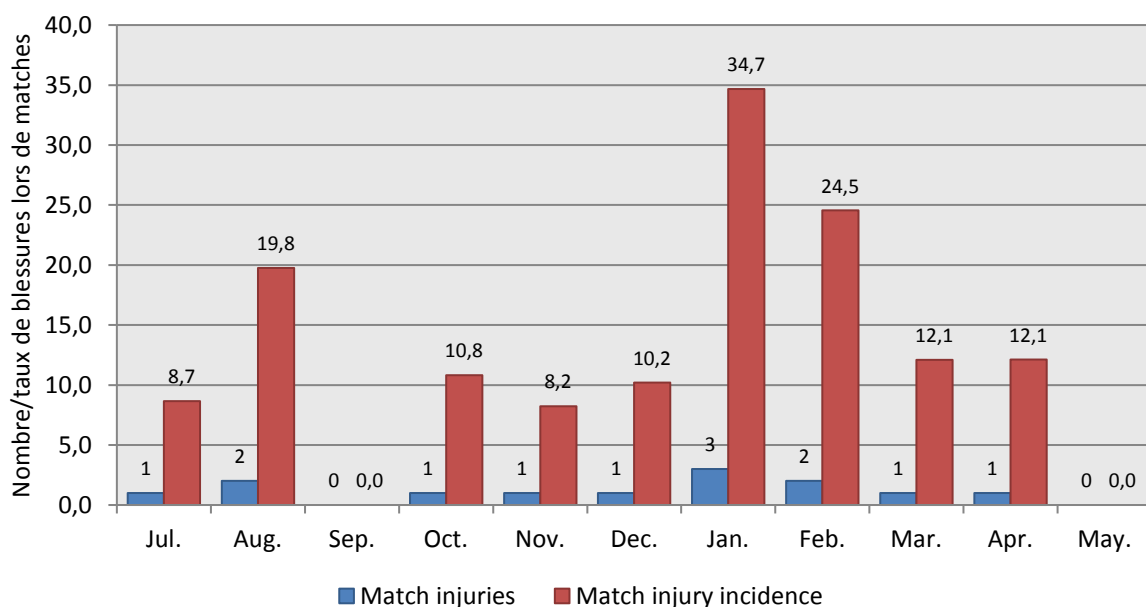


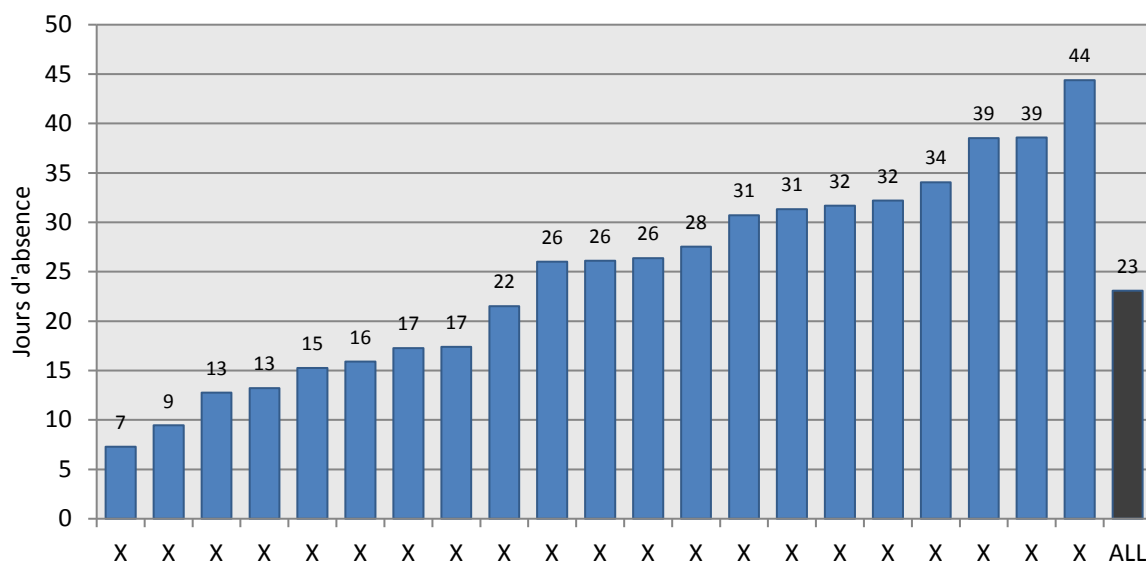
Figure 10. Répartition mensuelle des blessures survenues lors de matches (colonnes bleues) et taux de blessures lors de matches (colonnes rouges) pour l'équipe X au cours de la saison



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

L'absence moyenne suite à des blessures survenues lors de matches pour toutes les équipes a été de 23 jours, avec des valeurs variant entre 7 et 44 jours dans les différents clubs.

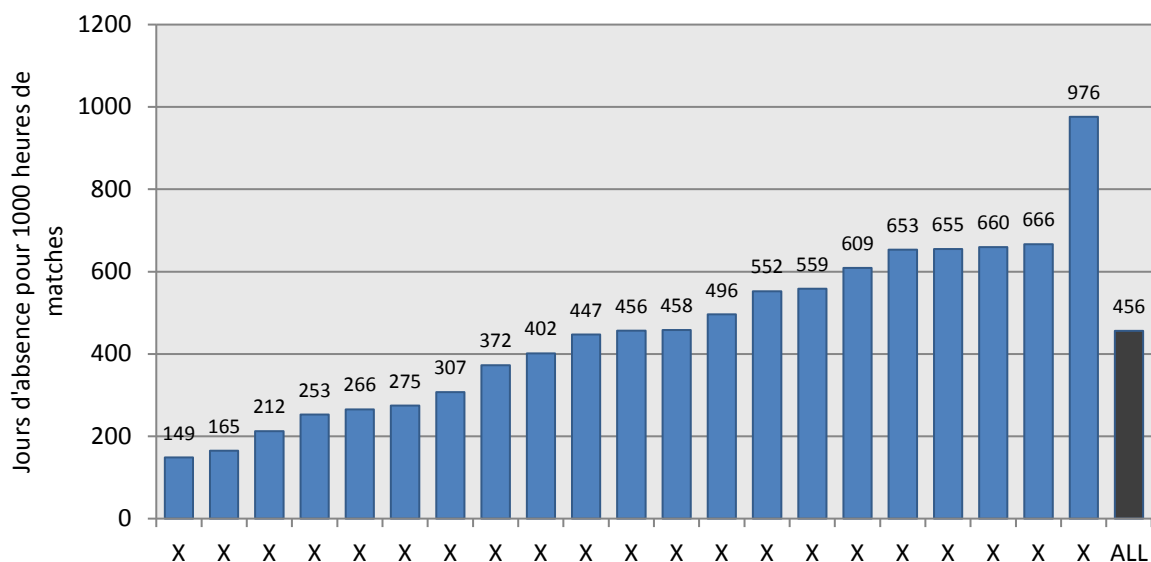
Figure 11. Jours d'absence en raison de blessures survenues lors de matches



5.2.3 Fardeau des blessures survenues lors de matches

Le fardeau moyen des blessures survenues lors de matches a été de 456 jours d'absence pour 1000 heures d'entraînement, avec des absences variant entre 149 et 976 jours dans les différents clubs.

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.

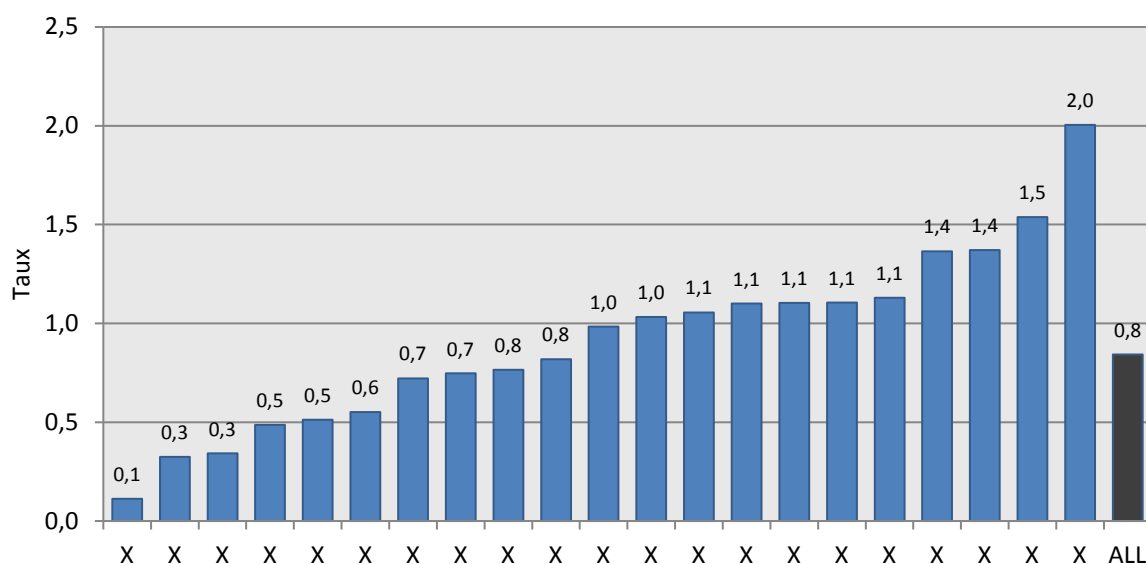
Tableau 10 : Diagnostic des blessures graves

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[LZXX] Douleurs lombaires/blessure non précisée	1	20,0	0	0,0
[TMHS] Déchirure du biceps fémoral, grades 1-2	1	20,0	8	5,9
[TMAL] Déchirure du moyen adducteur	1	20,0	3	2,2
[KJMB] Entorse du LLI de grade 2	1	20,0	6	4,4
[KCML] Déchirure méniscale latérale	1	20,0	0	0,0
Total	5	100,0	142	100,0

5.3.1 Taux de blessures graves

Le taux moyen de blessures graves pour toutes les équipes a été de 0,8 blessure grave pour 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0,1 et 2,0 dans les différents clubs. Il convient de 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

Tableau 11 : Diagnostics en matière de blessures musculaires

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[TMXX] Claquage à la cuisse/spasme/points de déclenchement	1	16,7	5	1,5
[TMHX] Déchirure des ischio-jambiers	1	16,7	17	5,0
[TMQS] Déchirure du muscle droit fémoral	1	16,7	23	6,8
[TMQV] Autre blessure aux quadriceps	1	16,7	4	1,2
[TMYA] Points de déclenchement des adducteurs	1	16,7	18	5,3
[QMXX] Blessure musculaire à la jambe	1	16,7	1	0,3
Total	6	100,0	338	100,0

Tableau 12 : Mécanisme des blessures musculaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	4	18,2	123	38,8
Torsion/tour	2	9,1	20	6,3
Tir	1	4,5	40	12,6
Passe/centre	3	13,6	18	5,7
Conduite de balle	0	0,0	6	1,9
Saut/réception	1	4,5	3	0,9
Chute/plongeon	0	0,0	2	0,6
Étirement	2	9,1	22	6,9
Glissade	0	0,0	10	3,2
Fatigue/surcharge	8	36,4	50	15,8
Collision	0	0,0	5	1,6
Tacle subi	0	0,0	2	0,6
Tacle pratiqué	0	0,0	4	1,3
Coup de pied reçu	1	4,5	0	0,0
Tir bloqué	0	0,0	1	0,3
Autre mécanisme aigu	0	0,0	11	3,5
Total	22	100,0	317	100,0

Tableau 13 : Blessures musculaires avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	1	33,3	46	35,7
Contact avec un joueur	2	66,7	76	58,9
Contact avec un objet	0	0,0	7	5,4
Donnée non disponible	0	0,0	0	0,0
Total	3	100,0	129	100,0

Tableau 14 : Gravité des blessures musculaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes (0 jour d'absence)	0	0,0	2	0,6
Blessures mineures (1 à 3 jours d'absence)	2	18,2	32	9,2
Blessures légères (4 à 7 jours d'absence)	1	9,1	82	23,6
Blessures moyennement graves (8 à 28 jours d'absence)	8	72,7	200	57,5
Blessures graves (plus de 28 jours d'absence)	0	0,0	32	9,2
Total	11	100,0	348	100,0

Tableau 15 : Taux de blessures à répétition pour les blessures musculaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	10	100,0	332	92,5
Blessures à répétition	0	0,0	27	7,5
Total	10	100,0	359	100,0

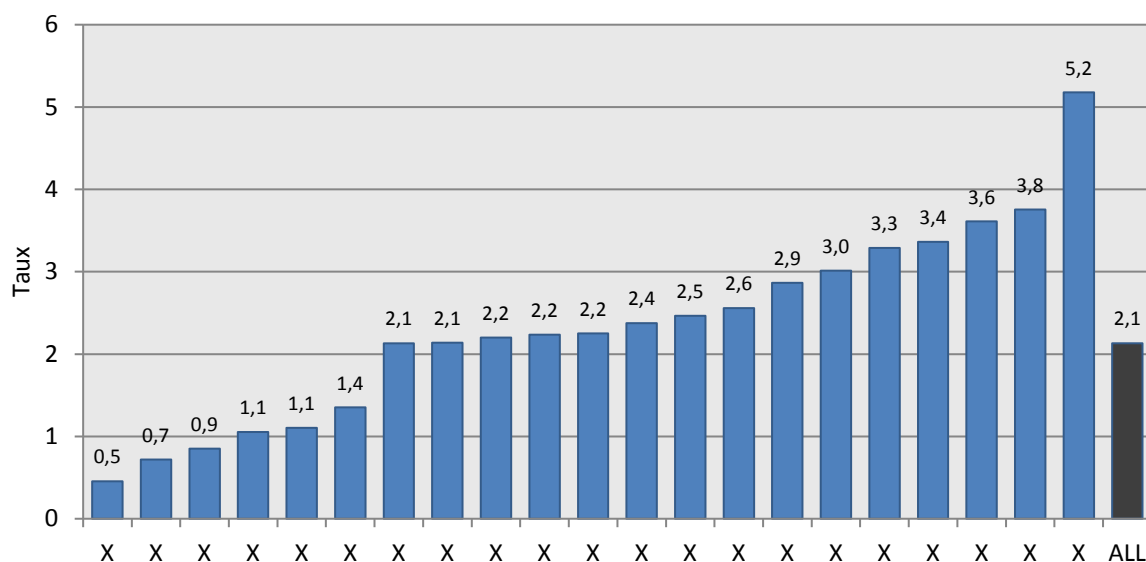
Tableau 16 : Répartition mensuelle des blessures musculaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juillet	7	31,8	16	4,7
Août	1	4,5	29	8,6
Septembre	4	18,2	34	10,1
Octobre	0	0,0	40	11,9
Novembre	3	13,6	30	8,9
Décembre	1	4,5	29	8,6
Janvier	0	0,0	35	10,4
Février	1	4,5	30	8,9
Mars	2	9,1	37	11,0
Avril	3	13,6	32	9,5
Mai	0	0,0	25	7,4
Juin	0	0,0	0	0,0
Total	22	100,0	337	100,0

5.4.1 Taux de blessures musculaires

Le taux moyen de blessures musculaires pour toutes les équipes a été de 2,1 blessures pour 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0,5 et 5,2 dans les différents clubs.

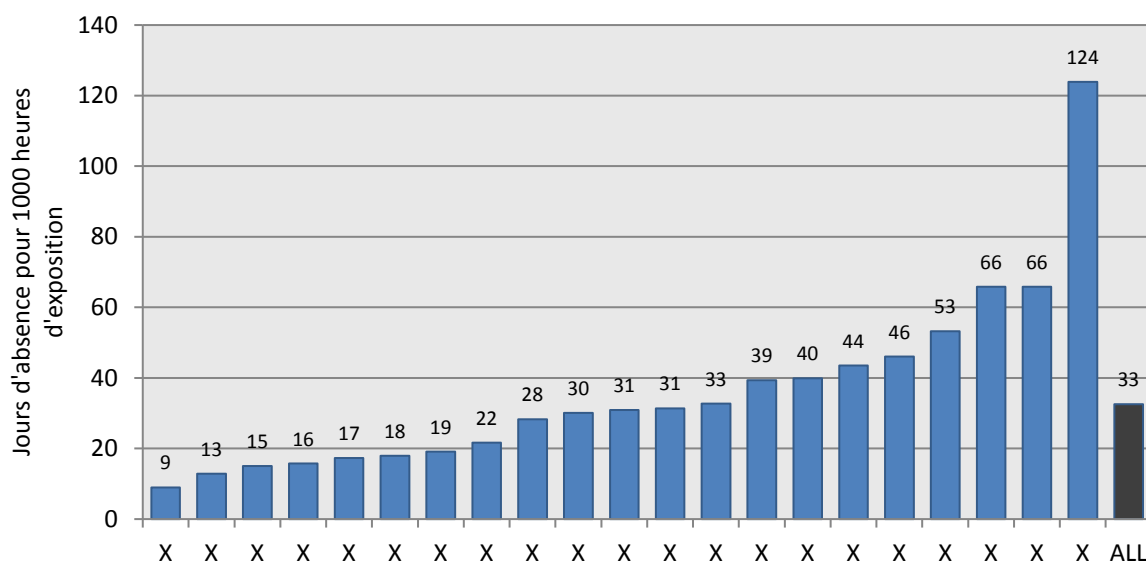
Figure 14. Taux de blessures musculaires



5.4.2 Fardeau des blessures musculaires

Le fardeau moyen des blessures musculaires a été de 33 jours d'absence pour 1000 heures, avec des absences variant entre 9 et 124 jours dans les différents clubs.

Figure 15. Fardeau des blessures musculaires



5.4.3 Jours d'absence en raison de blessures musculaires

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

Diagnostic	Blessures musculaires											
	Équipe X						Autres équipes					
	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.
[OMMO] Claquage du muscle oblique	1	6	6,0	6,0	6	6	3	65	21,7	21,0	17	27
[TMHS] Déchirure du muscle semi-membraneux/tendinose	1	32	32,0	32,0	32	32	20	258	12,9	11,5	1	34
[TMQS] Déchirure du muscle droit fémoral	1	1	1,0	1,0	1	1	23	473	20,6	20,0	1	54
[TMYA] Points de déclenchement des	1	2	2,0	2,0	2	2	18	89	4,9	5,0	1	12
[QMXX] Blessure musculaire à la jambe	1	14	14,0	14,0	14	14	1	19	19,0	19,0	19	19
[QMGX] Blessure/déchirure du muscle gastrocnémien	1	0	0,0	0,0	0	0	1	21	21,0	21,0	21	21
Total	22	171	7,8	6,0	0	32	337	5314	15,8	12,0	0	198

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 (temps de guérison escompté)

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

Min. = absence la plus courte pour une blessure

Max. = absence la plus longue pour une blessure

5.5 Tendances en matière de blessures ligamentaires

Tableau 18 : Diagnostics de blessures ligamentaires

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[AJSX] Entorse de la cheville avec lésion de la syndesmo	1	33,3	6	4,9
[AJLX] Élongation du ligament latéral de la cheville	1	33,3	5	4,1
[AJLX] Entorse de la cheville avec lésion du ligament deltoïde	1	33,3	6	4,9
Total	3	100,0	122	100,0

Tableau 19 : Mécanisme des blessures ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Course/sprint	7	35,0	120	37,6
Torsion/tour	0	0,0	22	6,9
Tir	4	20,0	37	11,6
Passe/centre	0	0,0	21	6,6
Conduite de balle	0	0,0	6	1,9
Saut/réception	0	0,0	4	1,3
Chute/plongeon	0	0,0	2	0,6
Étirement	2	10,0	22	6,9
Glissade	1	5,0	9	2,8
Fatigue/surcharge	5	25,0	53	16,6
Collision	0	0,0	5	1,6
Tacle subi	0	0,0	2	0,6
Tacle pratiqué	0	0,0	4	1,3
Coup de pied reçu	0	0,0	1	0,3
Tir bloqué	1	5,0	0	0,0
Autre mécanisme aigu	0	0,0	11	3,4
Total	20	100,0	319	100,0

Tableau 20 : Blessures ligamentaires avec et sans contact

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Absence de contact	25	100,0	317	94,9
Contact avec un joueur	0	0,0	16	4,5
Contact avec un objet	0	0,0	2	0,6
Donnée non disponible	0	0,0	0	0,0
Total	25	100,0	334	100,0

Tableau 21 : Gravité des blessures ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes (0 jour d'absence)	0	0,0	2	0,6
Blessures mineures (1 à 3 jours d'absence)	2	12,5	32	9,3
Blessures légères (4 à 7 jours d'absence)	4	25,0	79	23,0
Blessures moyennement graves (8 à 28 jours d'absence)	8	50,0	200	58,3
Blessures graves (plus de 28 jours d'absence)	2	12,5	30	8,7
Total	16	10	343	100,0

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

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Aucune blessure à répétition	10	100,0	110	90,2
Blessures à répétition	0	0,0	12	9,8
Total	10	100,0	122	100,0

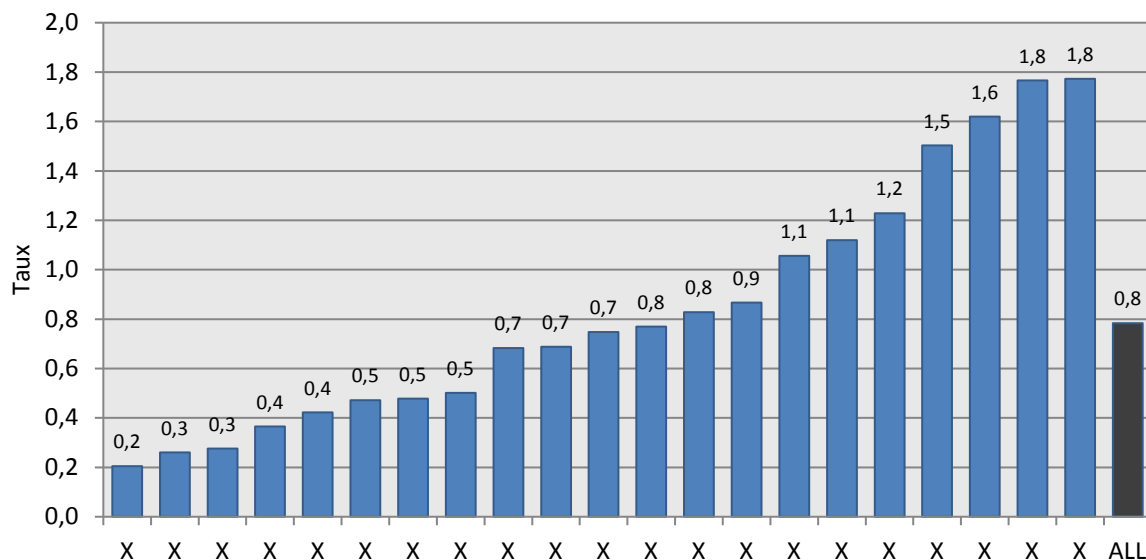
Tableau 23 : Répartition mensuelle des blessures ligamentaires

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Juillet	3	14,3	20	5,9
Août	1	4,8	29	8,6
Septembre	1	4,8	37	10,9
Octobre	6	28,6	34	10,1
Novembre	1	4,8	32	9,5
Décembre	2	9,5	28	8,3
Janvier	2	9,5	33	9,8
Février	0	0,0	31	9,2
Mars	2	9,5	37	10,9
Avril	3	14,3	32	9,5
Mai	0	0,0	25	7,4
Juin	0	0,0	0	0,0
Total	21	100,0	338	100,0

5.5.1 Taux de blessures ligamentaires

Le taux moyen de blessures ligamentaires pour toutes les équipes a été de 0,8 blessure pour 1000 heures, avec des valeurs variant entre 0,2 et 1,8 dans les différents clubs.

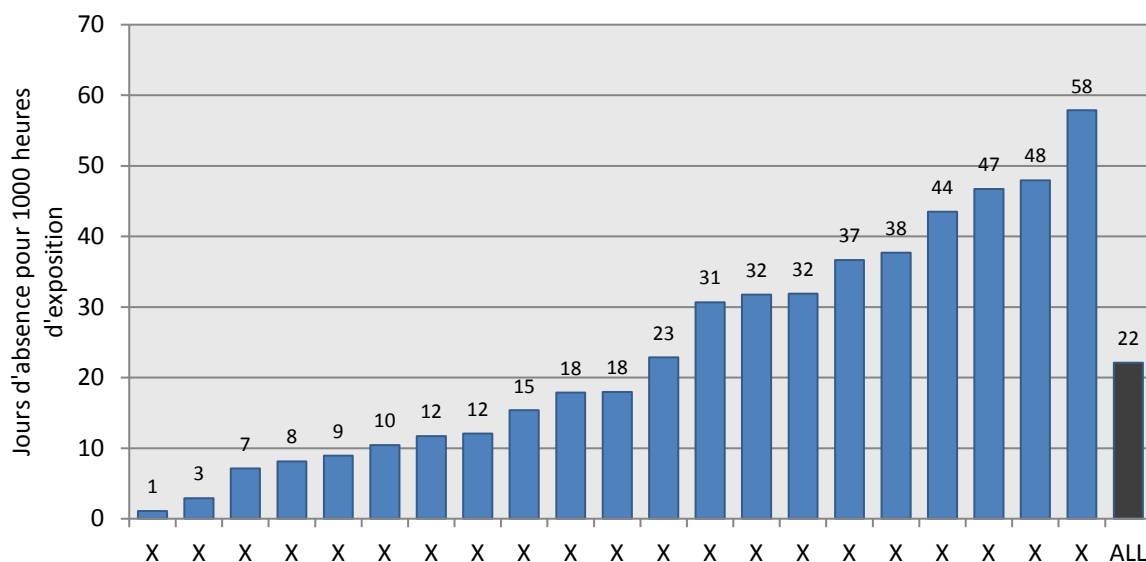
Figure 16. Taux de blessures ligamentaires



5.5.2 Fardeau des blessures ligamentaires

Le fardeau moyen des blessures ligamentaires a été de 22 jours d'absence pour 1000 heures, avec des absences variant entre 1 et 58 jours dans les différents clubs.

Figure 17. Fardeau des blessures ligamentaires



5.5.3 Jours d'absence en raison de blessures ligamentaires

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

Diagnostic	Blessures ligamentaires											
	Équipe X						Autres équipes					
	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.	N	Total	Moy.	Méd.	Min.	Max.
[KJLL] Élongation/rupture du LLE	2	103	51,5	51,5	7	96	6	229	38,2	24,5	7	96
[AJSX] Entorse de la cheville avec lésion de la syndesmo	2	5	2,5	2,5	2	3	5	251	50,2	46,0	12	103
[AJXX] Entorse de la cheville	5	14	2,8	3,0	1	4	15	130	8,7	6,0	1	23
Total	9	122	13,6	3,0	1	96	123	3602	29,3	18,0	1	238

5.6 Tendances en matière de blessures à répétition

Tableau 25 : Diagnostic des blessures à répétition

Diagnostic	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
[TMHS] Déchirure du biceps fémoral, grades 1-2	1	50,0	7	12,1
[AJMX] Lésions ligamentaires multiples de la cheville	1	50,0	0	0,0
Total	2	100,0	58	100,0

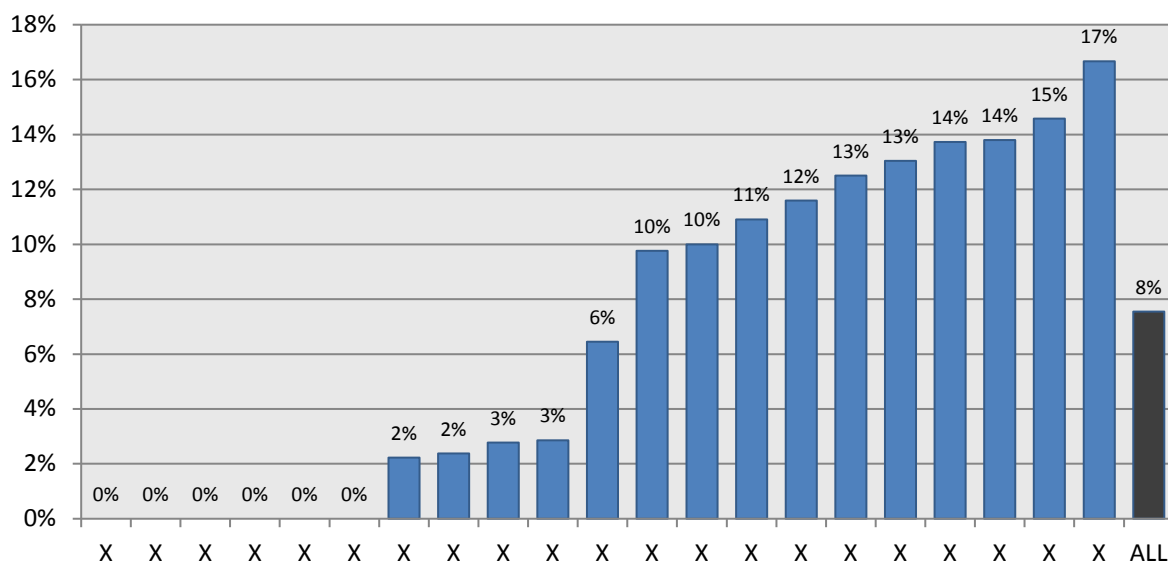
Tableau 26 : Gravité des blessures à répétition

	Total			
	Équipe X		Autres équipes	
	N	%	N	%
Blessures bénignes (0 jour d'absence)	0	0,0	0	0,0
Blessures mineures (1 à 3 jours d'absence)	0	0,0	3	5,2
Blessures légères (4 à 7 jours d'absence)	0	0,0	12	20,7
Blessures moyennement graves (8 à 28 jours d'absence)	2	100,0	31	53,4
Blessures graves (plus de 28 jours d'absence)	0	0,0	12	20,7
Total	2	100,0	58	100,0

5.6.1 Taux de blessures à répétition (en %)

En moyenne, 8% des blessures subies par les équipes étaient des blessures à répétition, avec des valeurs variant entre 0 % et 17% 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

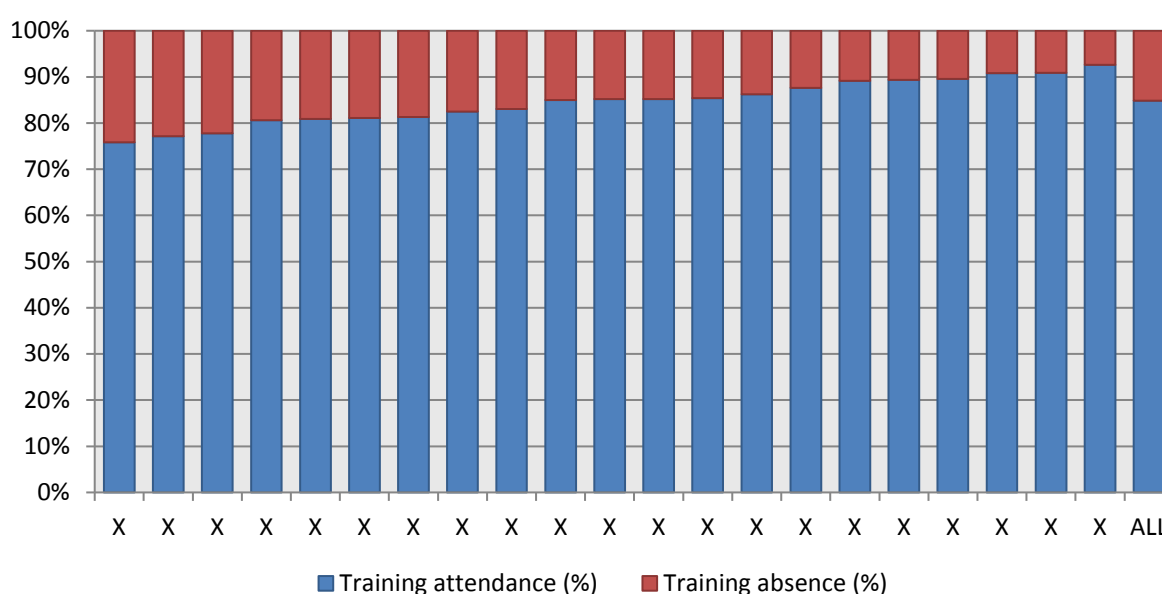


Figure 20. Taux de disponibilité de l'effectif pour des matches

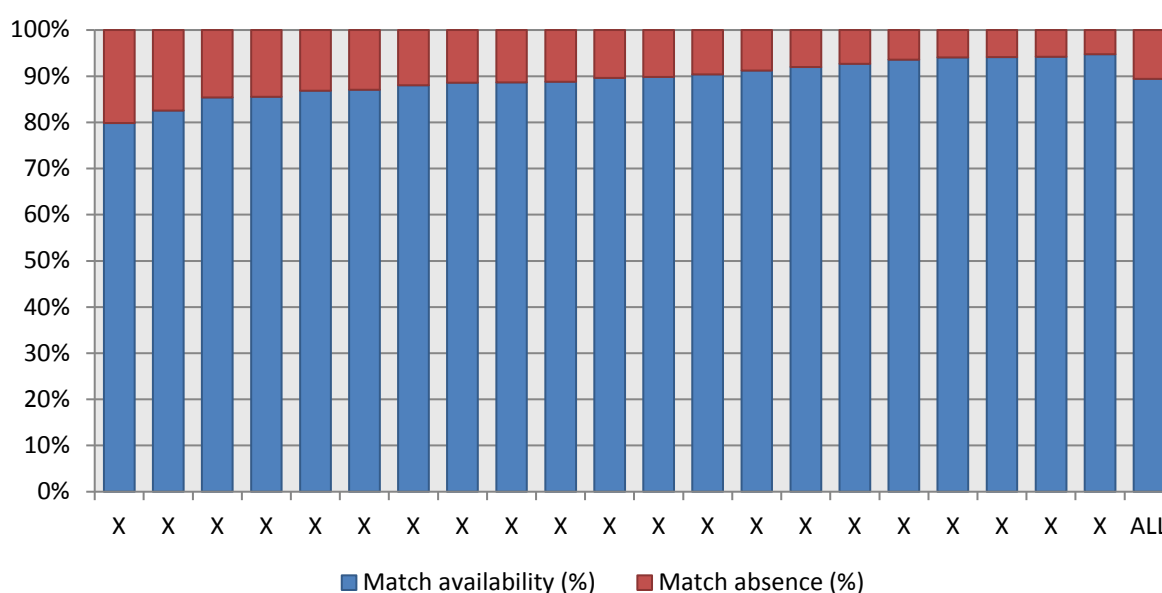
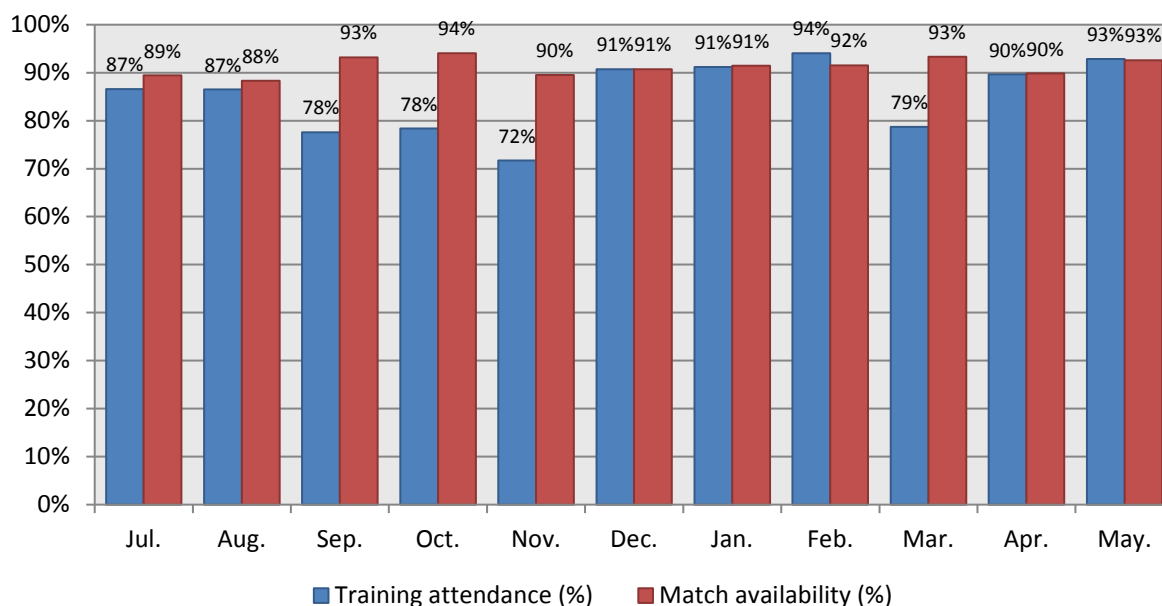


Figure 21. Participation globale de l'effectif à l'entraînement (colonnes bleues) et disponibilité pour des matches (colonnes rouges) de l'équipe X au cours de la saison



6.2 Absence de l'effectif

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

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

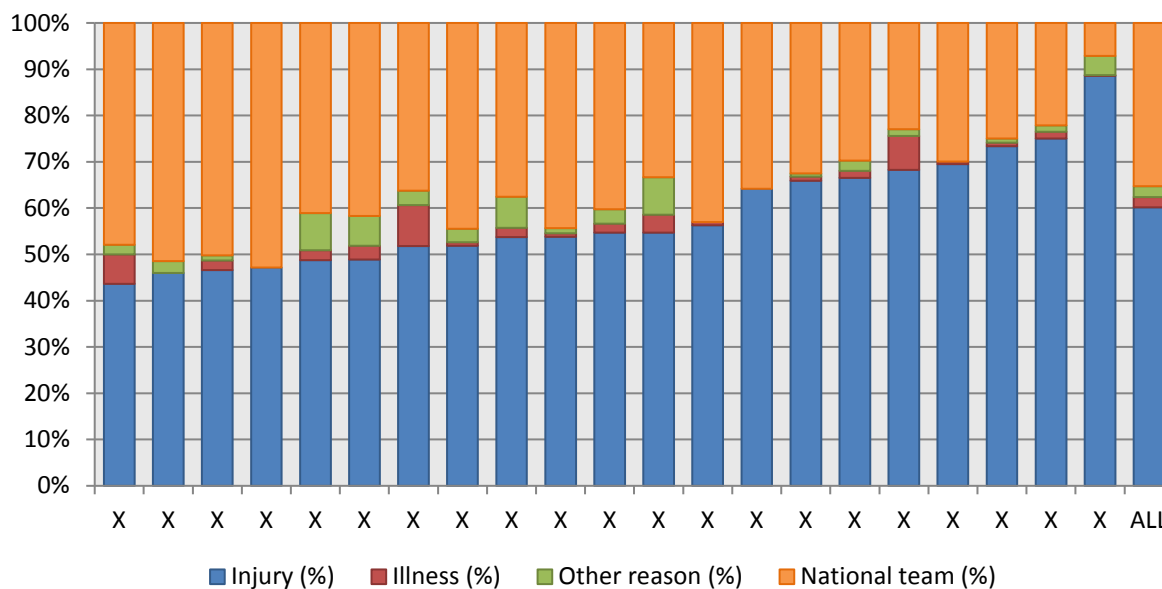


Figure 23. Motifs d'absence aux matches

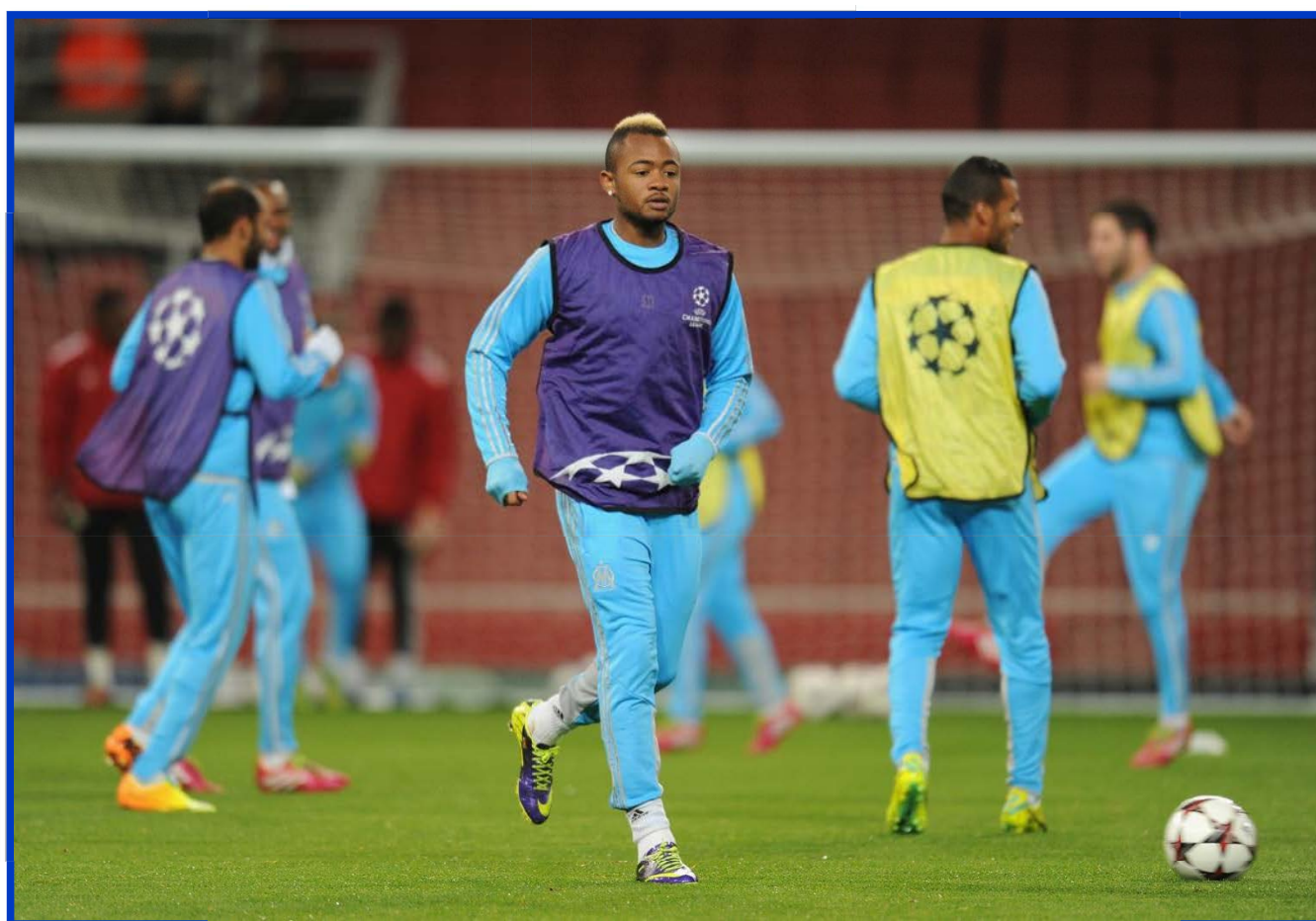
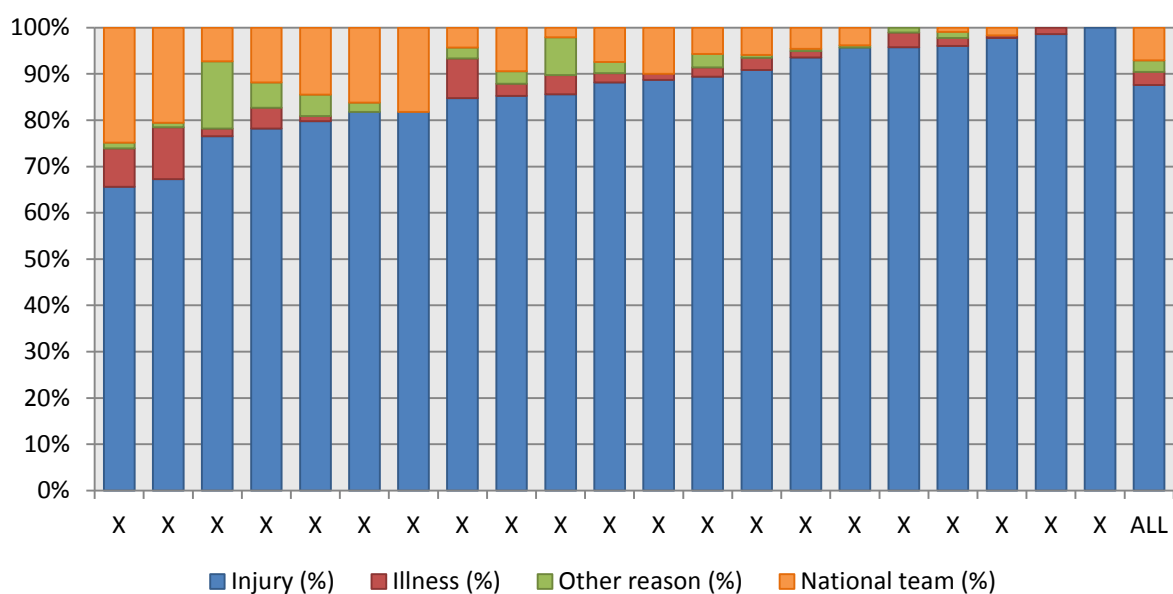


Figure 24. Motifs d'absence aux séances d'entraînement de l'équipe X au cours de la saison

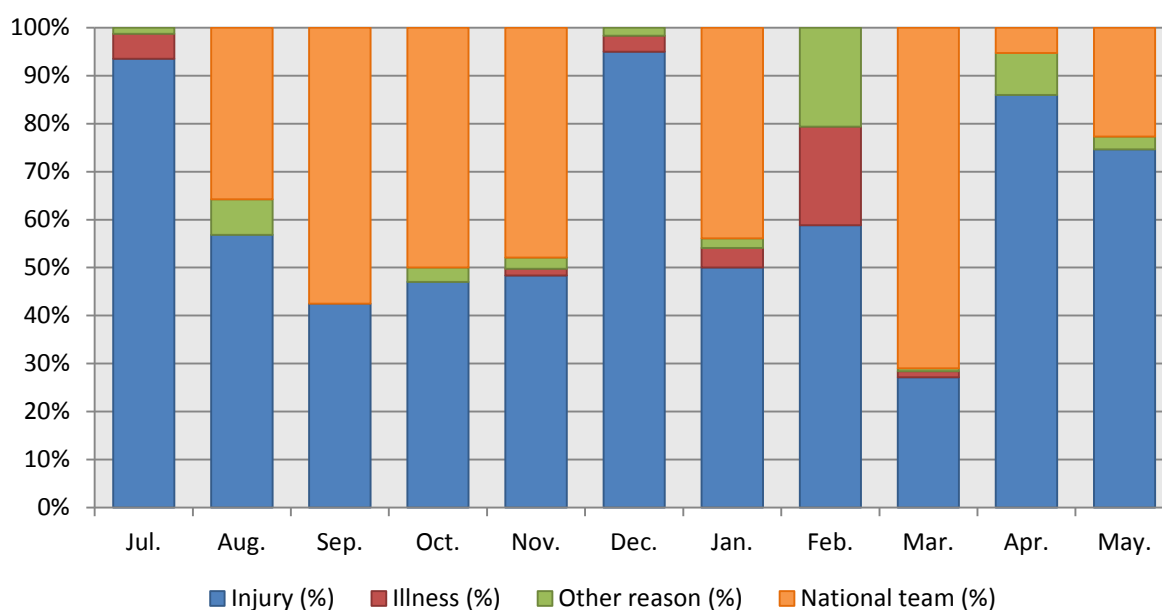
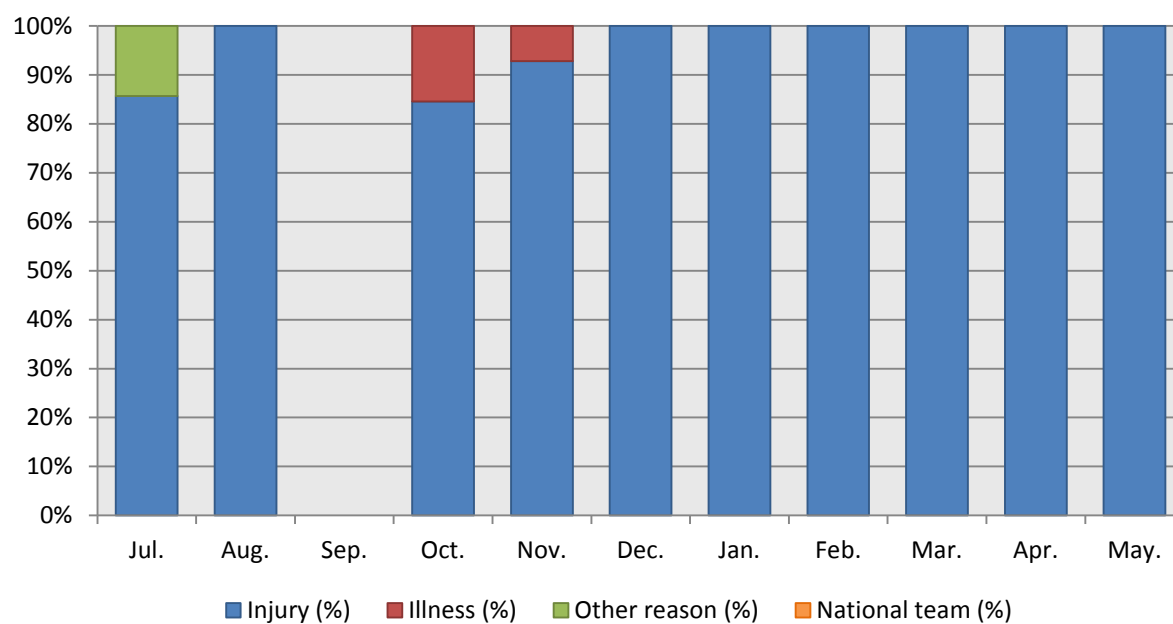


Figure 25. Motifs d'absence aux matches de l'équipe X au cours de la saison



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 1,9 séance d'entraînement et 0,5 match 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

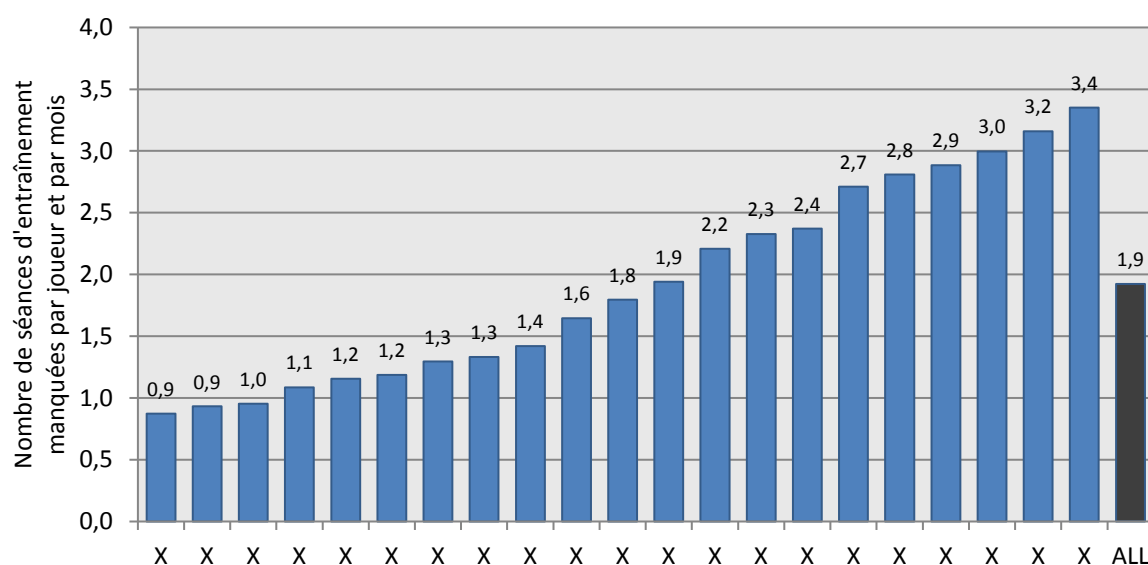
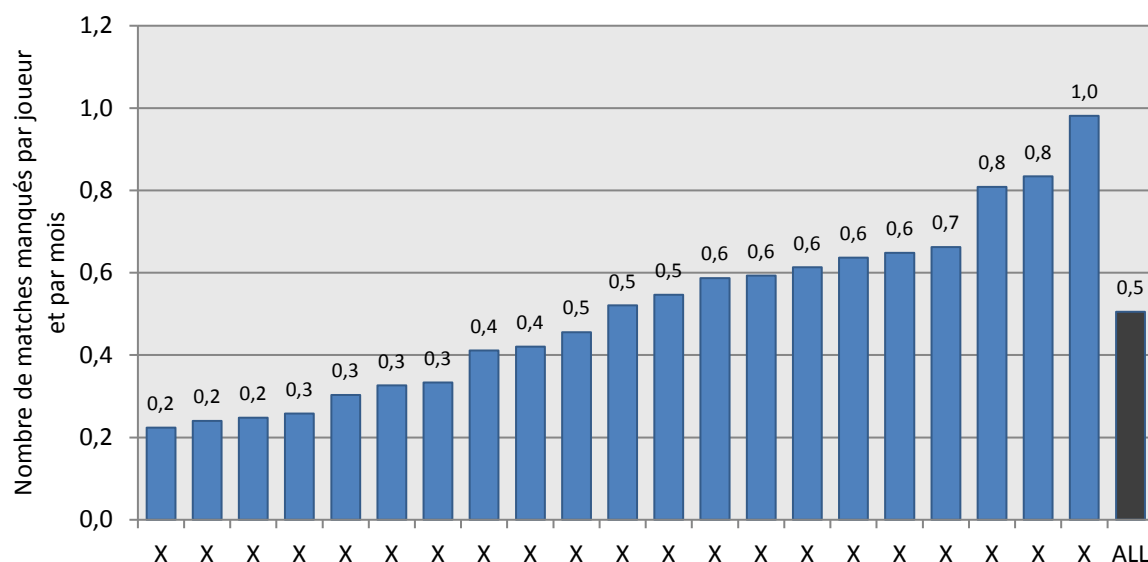


Figure 27. Nombre de matches manqués par joueur et par mois pour cause de blessure



7 Analyses sur 16 saisons

L'Étude de l'UEFA sur les blessures a enregistré environ 14 000 blessures et plus de 2 000 000 heures d'exposition sur 16 saisons. Plus de 50 équipes de 18 pays différents ont participé à une étude au cours de ces 16 saisons. Cette section contient les résultats basés sur les données récoltées au cours de l'ensemble des saisons de l'étude.

7.1 Taux de blessures sur 16 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

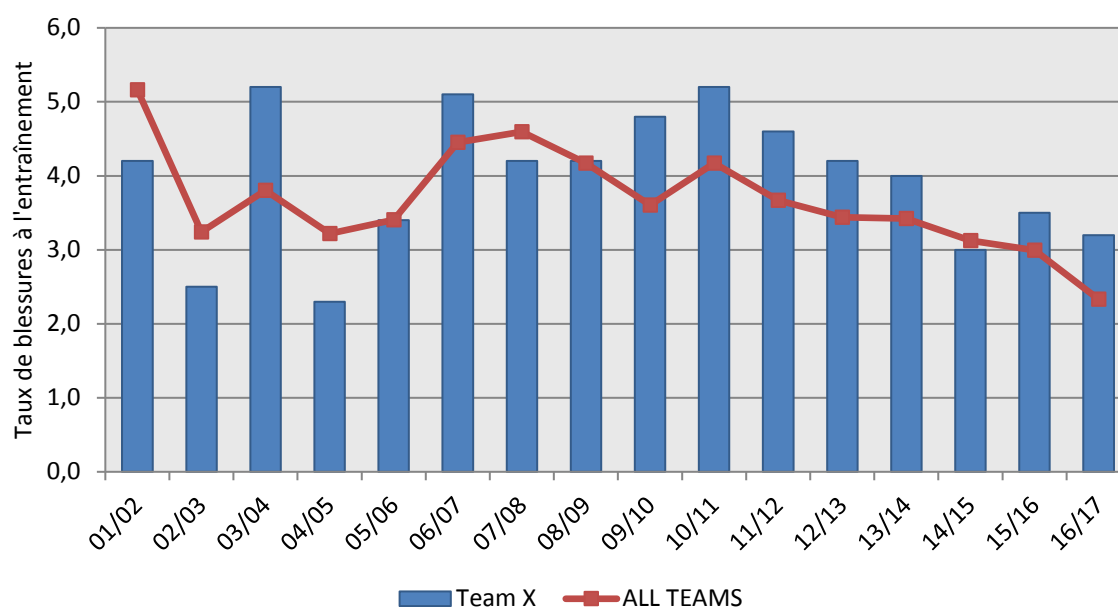


Figure 29. Taux de blessures lors de matches

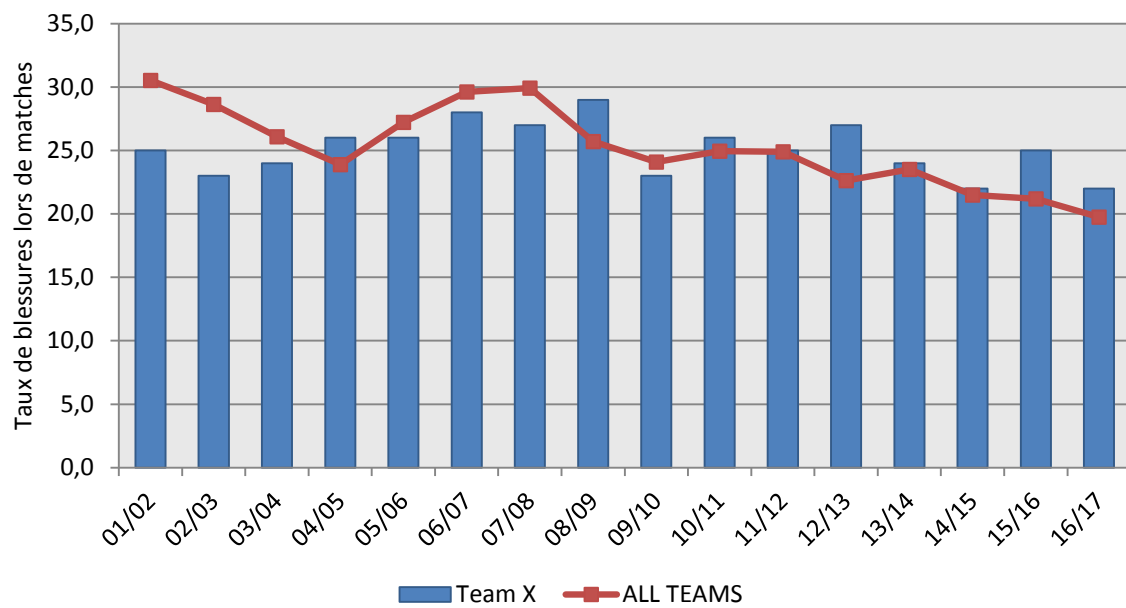


Figure 30. Taux total de blessures

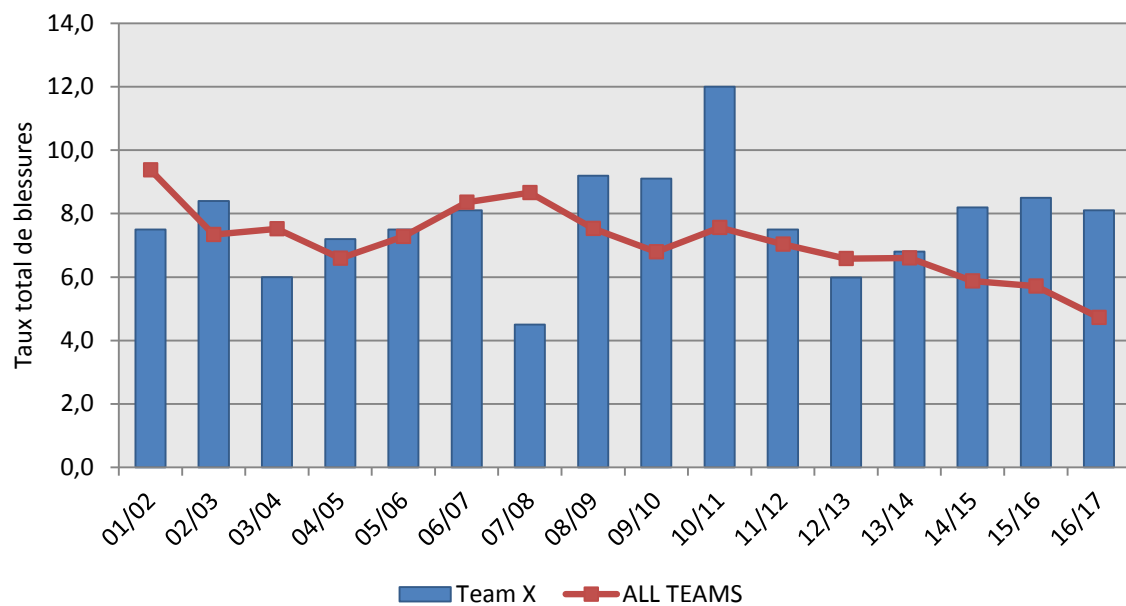


Figure 31. Taux de blessures graves (plus de 4 semaines d'absence)

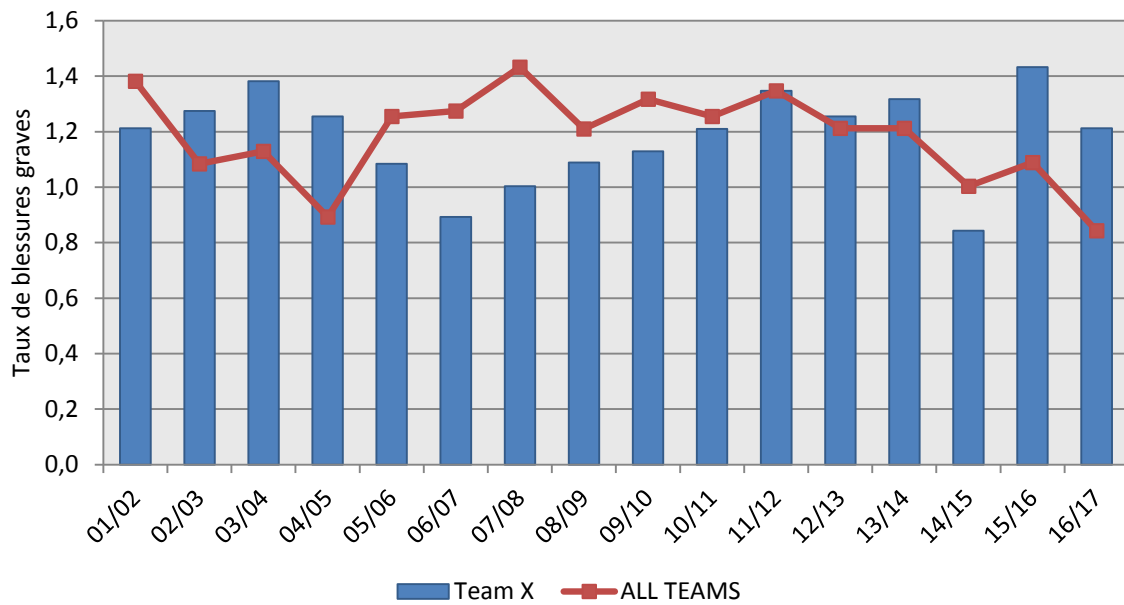


Figure 32. Taux de blessures musculaires

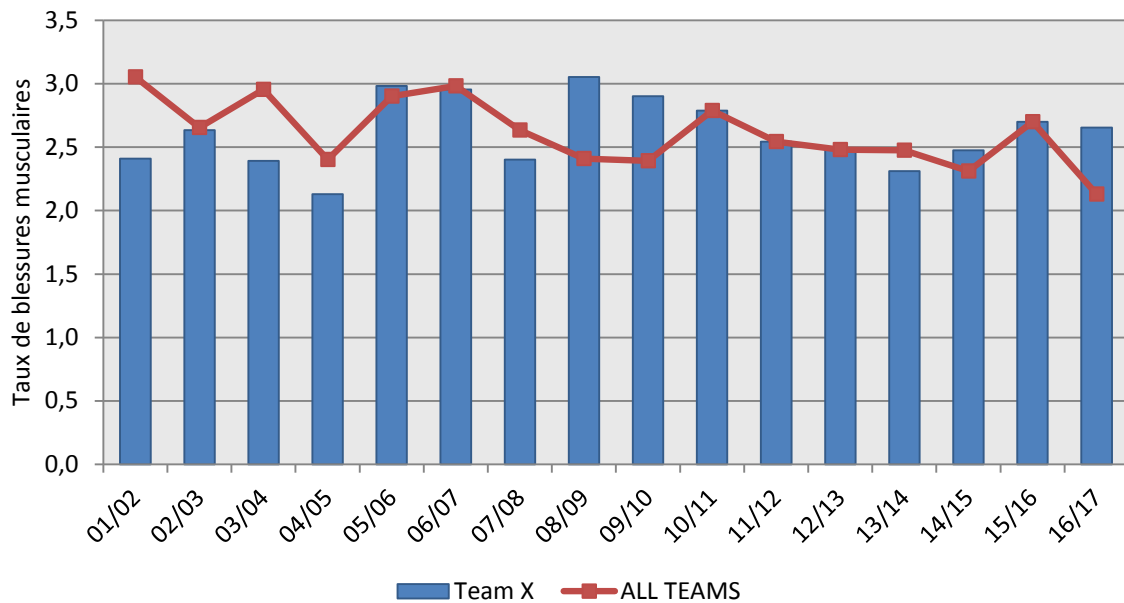


Figure 33. Taux de blessures ligamentaires

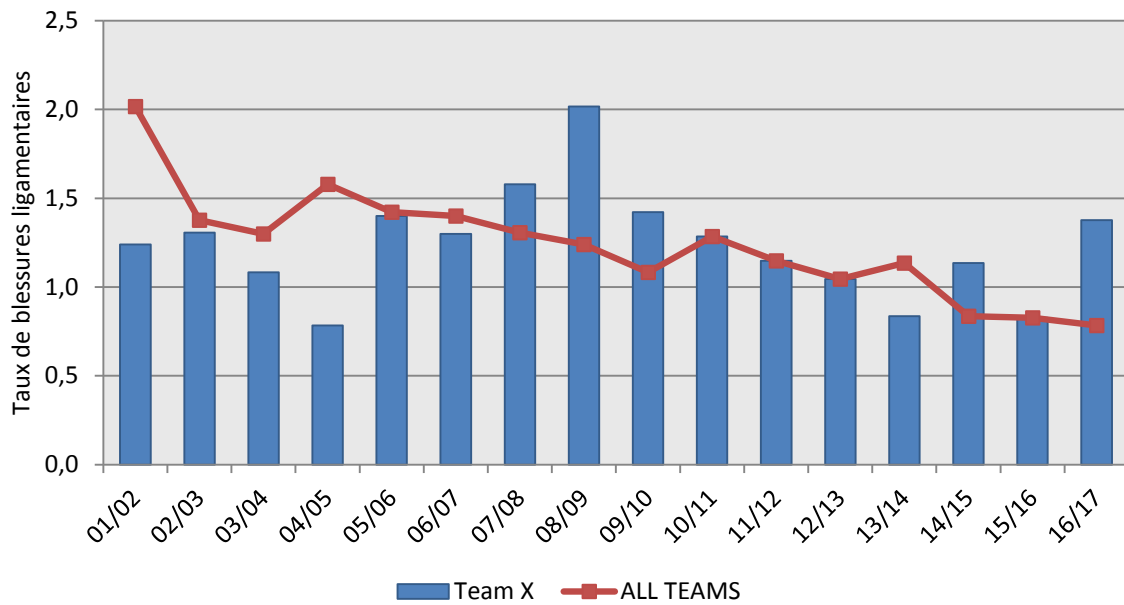
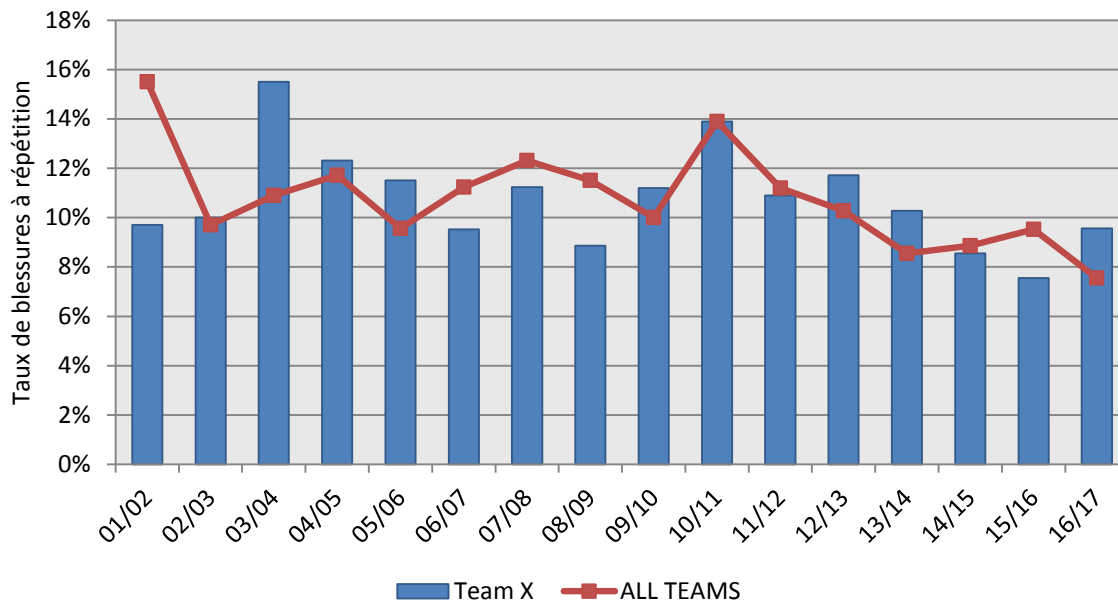


Figure 34. Taux de blessures à répétition



7.2 Participation/disponibilité et absence de l'effectif sur 16 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

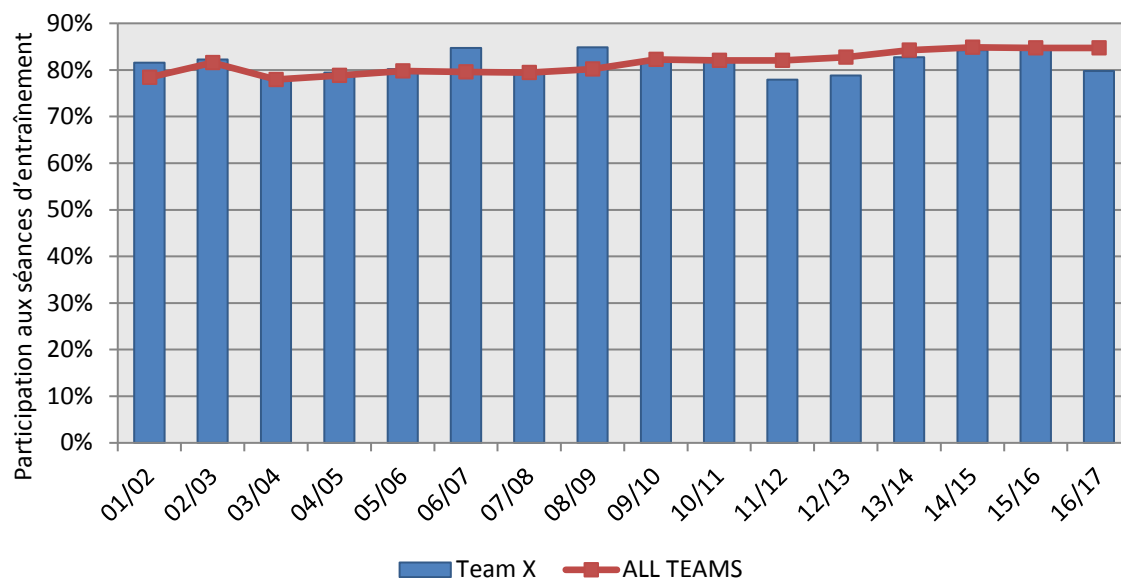


Figure 36. Taux de disponibilité de l'effectif pour des matches

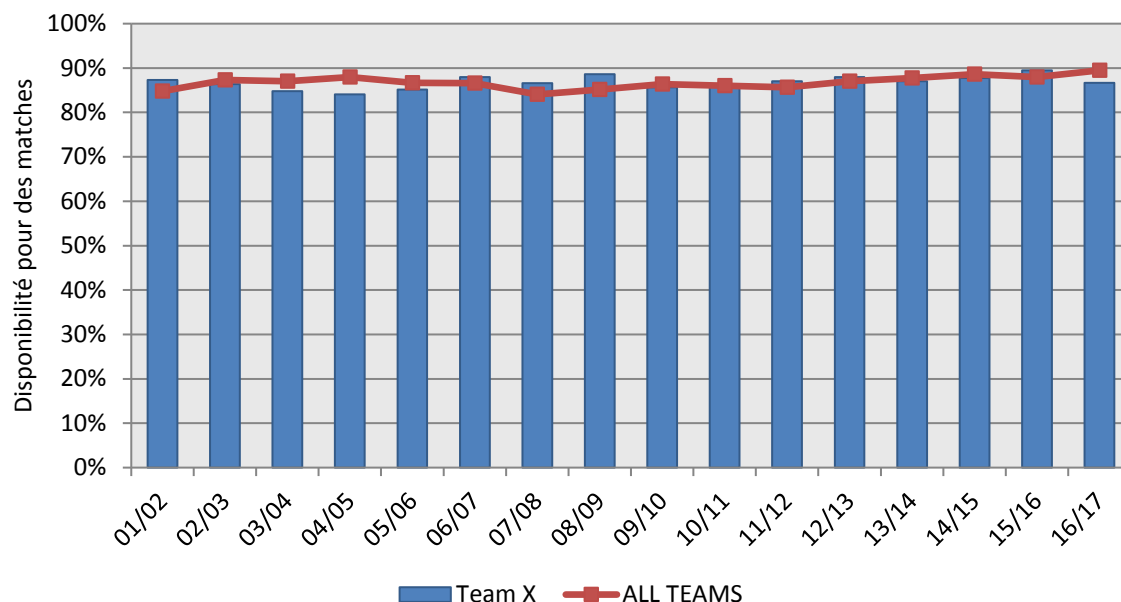


Figure 37. Absence de l'effectif lors des séances entraînement pour cause de blessure

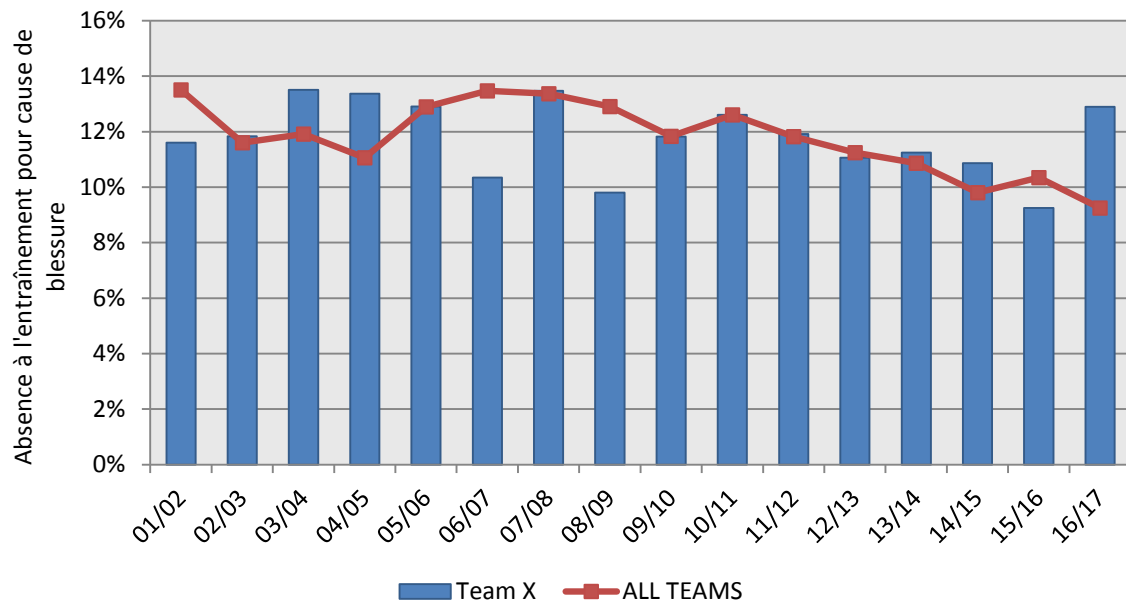


Figure 38. Absence de l'effectif lors des matches pour cause de blessure

