

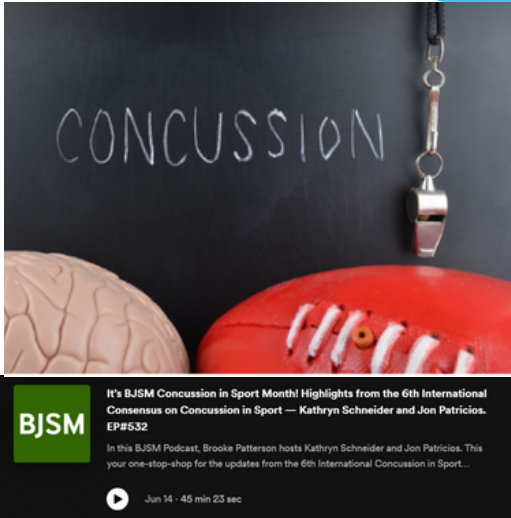
La 6ème déclaration de consensus sur les commotions dans les sports

Les messages clés :

- Les patients avec des symptômes persistants (>4sem.) devraient être évalués avec une approche clinique multimodale
- Les effets à long terme des commotions sont un intérêt et un souci constant de santé publique
- Des preuves fortes existent au sujet du bénéfice de l'activité physique et de l'exercice aérobique en tant qu'interventions précoces
- La rééducation cervicovestibulaire est recommandée en cas de douleur cervicale, maux de tête, problèmes d'étourdissements et d'équilibre
- 3 nouveaux outils d'évaluation : SCAT6 (immédiat), SCOAT6 (bureau), CRT6 (reconnaissance)
- 11 recommandations passent à 13 avec l'ajout du retrait et démission
- Prévention : entraînement neuromusculaire sur le terrain pendant l'échauffement 5x/sem.

(Schneider et al 2023 BJSM)

[Cliquez sur l'écran pour accéder au podcast de Katherine Schneider qui résume les conclusions!](#)



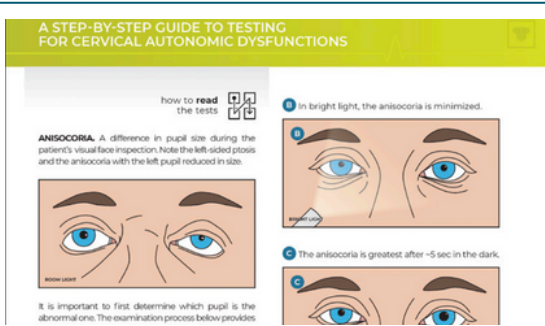
L'étirement et le relâchement de la BIT: avez vu lu la 1ère édition de PICO en pratique?

Opara & Kozinc 2023 ont conclu que bien qu'il y ait des preuves indirectes que l'étirement et le relâchement de la BIT peut faire partie de la rééducation des syndromes de la BIT (SBIT), il n'y a aucune preuve empirique directe qui l'appui. Le tout est plutôt basé sur les facteurs de risque du SBIT et des changements de raideur de la BIT. Plus de recherche est nécessaire pour comparer des programmes d'intervention avec et sans étirement.

[Accès libre](#)

La guérison du LCA après une prise en charge non-chirurgicale avec le protocole de « Cross Bracing »

Avez-vous assisté au webinaire avec Dr Stéphanie Filbay sur la prise en charge fondée sur les preuves et la guérison de la rupture du LCA? L'étude à laquelle elle faisait référence a été publiée ce mois-ci! Les auteurs ont trouvé qu'après une prise en charge avec le « Cross Bracing Protocol », 72 sur 80 (90%) avec une rupture complète démontraient des signes de guérison sur l'IRM à 3 mois. [En lire plus...](#)



Guide pour les dysfonctions autonomes cervicales

Mourad et al 2023 nous fournissent un guide étape par étape d'examen physique du système nerveux autonome, afin d'identifier les dysfonctions autonomes cervicales dans les troubles musculosquelettiques.

[Accédez ici](#)

Cliquez sur l'image pour accéder au guide étape par étape

De nouvelles stratégies pour la capsulite rétractile (épaule gelée)

Ne manquez pas cette incroyable ressource clinique du blog du BJSM!

[Cliquez ici](#)

