

L'OSTÉOPATHIE ET LE SPORT

Ostéopathie et sport

Toute perte de mobilité des articulations, des muscles, des ligaments ou des viscères peut provoquer un déséquilibre de l'état de santé. Celui-ci se manifeste chez le sportif par différents symptômes, de la simple contracture à la douleur chronique, altérant de toute façon les performances.

Structure équilibrée + mobilité correcte = fonction optimale

L'ostéopathie améliore vos performances :

Par son action spécifique sur l'ensemble du corps, l'ostéopathe saura reconnaître et traitera les véritables causes des douleurs limitant la pratique de l'activité sportive.

Par son efficacité, il améliore le potentiel et la puissance musculaire, la souplesse articulaire et la capacité respiratoire. Le traitement ostéopathique permet également une meilleure concentration avant l'épreuve et une récupération optimale après l'effort.

L'ostéopathie chez l'enfant sportif :

Elle est particulièrement indiquée pour corriger les conséquences des chutes et traumatismes.

De manière préventive, des bilans réguliers sont également recommandés pour suivre l'enfant sportif dans son développement. Il est intéressant de contrôler les candidats qui se destinent à une activité sportive intense. La conservation de l'équilibre de leur corps permettra de pratiquer ce sport durablement.

Quand consulter ?

À titre préventif

- pour établir un "check up", pour préparer une épreuve.

À titre curatif

- pour rééquilibrer de façon très précise les axes articulaires qui ont été perturbés par un choc.
- après fractures, entorses, opérations chirurgicales pour aider à une bonne cicatrisation,
- pour effacer les traumatismes même anciens.

Mais aussi en cas de :

- chutes sans traumatismes osseux ni lésions visibles sur une radio douleurs articulaires diverses
- tennis elbow, talalgies, pubalgies, périarthrites, épicondylites...
- essoufflement à l'effort, "point de côté" ...
- sciatiques, cruralgies, cervicalgies, dorsalgies, lombalgies
- maux de tête, troubles de l'équilibre, vertiges
- mauvaise récupération entre les épreuves
- stress, manque de concentration, troubles du sommeil.

Les Ostéopathes et le sport

À la demande d'organisations sportives, des ostéopathes interviennent sur des manifestations de renommée comme : Tour de France à la Voile, Trophée Clairefontaine, Evian Masters (golf), Coupe du Monde d'escalade, Paris Nice challenge/VTT, Raid Trans Massif, Championnat du Monde de Motomarine, Air France Rugby Seven, Rallye de Monte Carlo, Finale des Championnats de France Féminin de Tennis... Présence dans le monde de l'automobile et de la moto (Circuits, Rallye Raid, etc.).