

# » Lu pour vous !

## LA POSTURE DEBOUT, biomécanique fonctionnelle, de l'analyse au diagnostic

### Auteurs:

Gilles PENINOU, Patrick COLNE

Ed. Elsevier Masson, 2018

ISBN : 978-2-294-475860-7

L'objectif de cet ouvrage est d'exposer l'essentiel de la biomécanique fonctionnelle permettant de comprendre et de prendre en charge les troubles de la posture debout : réparer les troubles et dysfonctionnements de la posture liés aux « défauts » de la nature, corriger les troubles posturaux liés à l'usure du temps et au vieillissement, éduquer le comportement gestuel et postural, adapter le potentiel postural à des activités ludiques, sportives ou professionnelles.

Cet ouvrage, issu de plus de 5 années de recherches et de travail, est illustré de plus d'une centaine de dessins et il analyse, dans un premier chapitre, les notions d'équilibre et de posture indépendamment de la notion de mouvement. Les chapitres suivants s'intéressent plus en détail à chacune des régions anatomiques : région cervicale, l'organisation musculaire du rachis, l'équilibre lombo-pelvi-fémoral, les muscles des charnières vertébrales, l'organisation posturale des membres. Une place particulière est aussi donnée aux notions de caissons thoracique et abdominal et leurs rapports à la posture.

La compréhension du maintien de la posture debout concerne un grand nombre de professionnels de la santé et permet de donner à ces derniers (physiothérapeutes, ostéopathes, podologues, ergothérapeutes, médecins), sous une forme synthétique, toutes les clés biomécaniques pour comprendre et prendre en charge les troubles et dysfonctionnements de la posture debout.

Pour les auteurs, la grande diversité de ces désordres fonctionnels, essentiellement musculo-squelettiques, provient de la complexité des associations segmentaires et des modifications des systèmes qui permettent de maintenir la posture. La finalité est que l'homme doit pouvoir tenir debout et se mouvoir de la manière la plus économique possible. Face à ce défi, les thérapeutes auront pour objectif d'analyser et de comprendre pourquoi une structure anatomique est modifiée, comment et par quels processus physiologiques ou biomécaniques ces modifications de la posture surviennent, perdurent et créent des plaintes et des consultations.

Seules cette analyse et cette compréhension permettront au soignant de déterminer des axes et des objectifs thérapeutiques.



Gilles Péninou



Patrick Colné

Ce remarquable ouvrage de référence devrait également se trouver sur la table de travail de chaque étudiant en kiné/physiothérapie et en ostéopathie

### Les auteurs

#### Gilles Péninou:

Gilles Péninou est masseur-kinésithérapeute diplômé d'état, cadre de santé, docteur en biomécanique, spécialiste en thérapie manuelle. Chercheur pendant plus de vingt ans au laboratoire d'analyse du mouvement de l'EFOM, il est responsable en physiologie du travail des gestes et postures à l'université Paris VI. En tant qu'enseignant, il se bat pour valoriser la recherche en kinésithérapie en France, et pour la développer.

#### Patrick Colné:

Patrick Colné est cadre de santé en kinésithérapie, docteur en biomécanique et physiologie du mouvement. Il est titulaire d'un DU d'anatomie clinique et d'un DIU en rééducation des cérébrolésés. Il enseigne la technologie kinésithérapique, l'anatomie, la traumatologie dans les IFMK de l'EFOM et Guinot. Il est membre du comité de lecture de Mains Libres, auteur et co-auteur de plusieurs ouvrages et lauréat du grand prix de la Société Française de Physiothérapie.