

## Sciences paramédicales

KLISSOURAS (Vassilis), *Les bases de la physiologie du sport : 64 concepts clés* / traduction de Peter JENOURE revue et validée par Frédéric DEPLESSE. – Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2017. – xiii, 185 p. – (Sport). – 1 vol. broché de 17 × 24 cm. – 29,00 €. – isbn 978-2-294-75230-8.

Les ouvrages de référence dans le domaine de la physiologie du sport et de l'exercice sont, pour la grande majorité, très volumineux. Pour cause, expliquer les concepts clés de la physiologie du sport de manière succincte est un exercice périlleux. C'est pourtant celui auquel s'attelle, dans cet ouvrage, Vassilis Klissouras, professeur émérite d'ergophysiologie à l'Université d'Athènes et auteur de nombreux travaux portant sur les bases génétiques de l'efficacité humaine, aidé pour la traduction française par Peter Journe, médecin du sport en Suisse. Avec cet ouvrage, l'objectif de l'auteur est « de donner une meilleure vue d'ensemble des remarquables adaptations de l'organisme humain aux stimuli de l'effort physique ainsi qu'une meilleure compréhension des notions physiologiques de base qui sous-tendent la performance sportive » (Préface).

Pour ce faire, le livre est divisé en 9 sections : bioénergétique et performance, muscle squelettique à l'effort, entraînement du cœur et des poumons, optimisation de la performance athlétique, nutrition du sportif, évaluation ergométrique des athlètes, effets délétères de la sédentarité et prescriptions d'exercices pour la santé. Chaque section aborde plusieurs concepts fondamentaux de la physiologie du sport et chaque concept est synthétisé sous forme de double page. Le texte présenté sur la page de gauche est toujours accompagné d'une illustration en vis-à-vis et d'un encadré qui résume les mots clés du concept. Les termes techniques utilisés sont définis en fin d'ouvrage dans un glossaire quasi exhaustif (pp. 172-185). Le lecteur trouvera ainsi une description pédagogique de chaque concept.

Si la forme est séduisante, que dire plus précisément à propos du contenu de ce livre ? Évidemment, il n'est pas simple de présenter, par exemple, les mécanismes de l'hypertrophie musculaire (pp. 84-85) ou les effets de l'altitude sur la performance (pp. 100-101) en une double page. L'auteur y parvient toutefois avec succès, en se référant à un nombre restreint d'études scientifiques, parfois anciennes, pour étayer chaque concept. Il arrive ainsi, avec beaucoup de justesse, à expliquer très simplement les bases moléculaires de la contraction musculaire (pp. 36-37), à balayer les fausses croyances sur l'origine des crampes musculaires induites par l'effort (pp. 54-55) ou encore à présenter en quelques concepts les effets prophylactiques de l'activité physique (pp. 134-147). La clarté des explications devrait parfaitement convenir aux étudiants en sciences du sport, en médecine du sport et en kinésithérapie auxquels cet ouvrage s'adresse en priorité. Bien évidemment, le lecteur initié pourrait émettre des critiques sur l'explication de certains concepts. À titre d'exemple, le rôle joué par le lactate lors de l'apparition d'acidose intramusculaire à l'exercice (pp. 10 et 52) mériterait d'être clarifié afin de lui ôter définitivement le titre de « vilain petit canard » qui lui était autrefois attribué. Tout comme il serait opportun de nuancer les risques liés à un manque d'hydratation durant une compétition (pp. 112-113) en présentant aussi ceux liés à une surhydratation comme l'hyponatrémie par exemple (niveau de sodium

<135 mmol/L). Notons également quelques erreurs de valeurs ou d'unités, peu fréquentes, mais qui pourraient semer le doute chez le lecteur novice.

Au final, clair et synthétique, *Les bases de la physiologie du sport : 64 concepts clés* constitue certainement un bon ouvrage de synthèse des fondamentaux de la physiologie de l'exercice. Bien que les mécanismes physiologiques responsables des adaptations à l'exercice soient détaillés de façon superficielle, il pourrait s'avérer être une aide précieuse pour voir et surtout revoir les concepts clés, que ce soit pour les étudiants du domaine paramédical ou pour les (futurs) médecins du sport.

MIKAËL SCOHIER

Haute école Louvain-en-Hainaut

*Les modèles conceptuels en ergothérapie : introduction aux concepts fondamentaux /* sous la direction de Marie-Chantal MOREL-BRACQ ; [préface de Hélène HERNANDEZ]. – 2<sup>e</sup> édition. – Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur, 2017. – ix, 261 p. – 1 vol. broché de 16 × 24 cm. – 29,00 €. – isbn 978-2-35327-377-5.

Intitulé *Approche des modèles conceptuels en ergothérapie* et paru en 2004, un premier ouvrage, rédigé par Marie-Chantal Bracq, a permis d'introduire, de manière structurée, les notions de modèles, d'approches et de cadres de référence qui sont nécessaires, voire essentielles, à la construction de l'identité professionnelle de l'ergothérapeute. En 2009, est paru un nouveau livre, intitulé *Modèles conceptuels en ergothérapie : introduction aux concepts fondamentaux*, avec pour auteure unique Moral-Bracq, dont nous analysons ici la deuxième édition, parue en 2017. Cette deuxième édition diffère de la première par plusieurs points : elle est désormais dirigée par Moral-Bracq qui s'est adjointe la collaboration de douze ergothérapeutes et d'un ethnologue ; l'organisation des différents chapitres (modèles généraux, cadre de référence, conceptuels, modèles appliqués...) a été remaniée ; enfin, certaines sections n'apparaissent plus quand d'autres ont été déplacées ou ajoutées.

L'auteure principale aborde le contexte actuel de l'occupation humaine en lien avec les pratiques des ergothérapeutes. Cependant, ce troisième paradigme est peu explicite tout au long des chapitres.

Les auteurs ont choisi de présenter les divers modèles selon une même structure (d'après Levy, Forget et Laporte, *Vers un paradigme systémique de la réadaptation*, 1983). Chacun de ces modèles est décrit, critiqué, illustré par un cas clinique et accompagné d'une bibliographie. Concernant les exemples et la bibliographie, une actualisation serait intéressante. Le manuel est organisé en 5 chapitres principaux, précédés par une introduction.

L'introduction nous rappelle la difficulté, déjà abordée dans les précédents écrits, de définir exactement, d'organiser et de classer ce que sont les notions de modèles, d'approches, de cadres de référence et de cadres conceptuels. Elle insiste sur la flexibilité de l'ergothérapeute à utiliser ces outils. En ce qui concerne les modèles, elle nous explique se baser sur la définition de Kortman (1994). S'ensuit la description de la structure du livre ainsi que la définition et l'intérêt de structurer la présentation des modèles de la manière qui a été choisie.