

# Parasport : pour qui y penser ?

Congrès de l'AFA AMPAN  
23-24 juin 2022 – Angers



Jean MINIER, Directeur des Sports, CPSF  
Oriane LOPEZ, Médecin Coordinateur, CPSF

# Introduction

- Parasport : ensemble des sports pratiqués par les personnes en situation de handicap, en loisir comme en compétition, inscrits au programme des Jeux Paralympiques ou non.
- Contexte et objectif de pratique :
  - Hors club – loisir : entre amis, en famille
  - En club – loisir
  - En club – compétition

# Pratique loisir

En loisir : toute personne en situation de handicap (PSH) peut pratiquer la discipline parasportive souhaitée sauf si contre-indication

→ Contre-indication médicale

→ « Contre-indication » structurelle :

→ manque d'accompagnement

→ problématique d'accès à une infrastructure de pratique adaptée

→ aide technique ou appareillage non adapté ou coûteux

# Pratique loisir

→ « Contre-indication » structurelle :

→ manque d'accompagnement

→ problématique d'accès à une infrastructure de pratique adaptée

→ aide technique ou appareillage non adapté ou coûteux

Souvent, des solutions sont possibles :

<https://france-paralympique.fr/equipe/>

Contactez ou donnez les coordonnées du Référent Paralympique Territorial de votre région

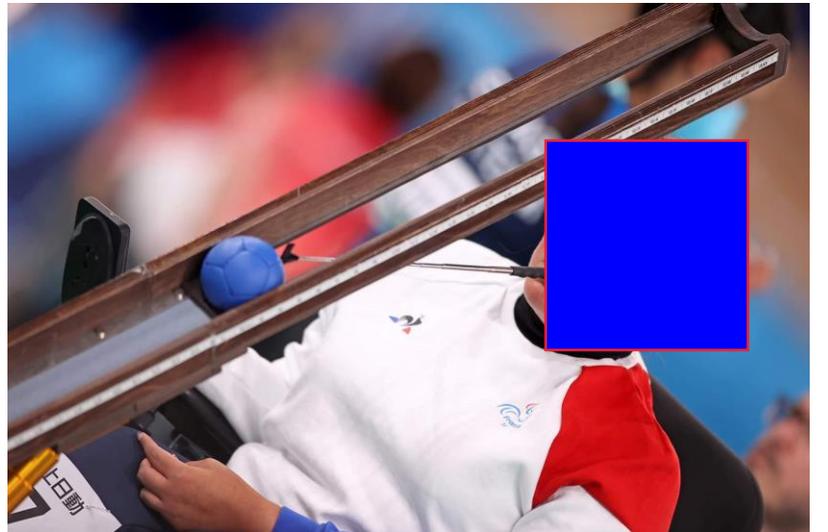
# Pratique de compétition

## **Notion d'éligibilité à la compétition :**

- Avoir une déficience éligible
- Répondre au critère minimum de handicap pour cette déficience
- 1<sup>ère</sup> étape de la classification – suivie de l'attribution d'une classe au sein de laquelle tous les sportifs ont un impact du handicap équivalent dans la pratique de l'activité
- Certains parasports sont très « ouverts » et d'autres très « restrictifs » pour la pratique en compétition

# Compétition – Déficiences éligibles

- Limb deficiency
- Leg length difference
- Impaired passive range of movement
- Short stature
- Impaired muscle power
- Hypertonia
- Ataxia
- Athetosis
- Vision impairment
- Intellectual impairment



# Compétition – Déficiences inéligibles

Tout le reste :

- Douleur
- Déficience auditive
- Hypermobilité articulaire
- Diminution de l'endurance musculaire ou des réflexes
- Atteinte cardiaque, respiratoire, métabolique
- Tics, manies, stéréotypes...

	Impaired muscle power	Impaired passive range of movement	Limb deficiency	Leg length difference	Short stature	Hypertonia	Ataxia	Athetosis	Visual impairment	Intellectual Impairment
Archery	*	*	*	*		*	*	*		
Athletics	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Boccia	*	*	*			*	*	*		
Paracanoe	*	*	*							
Cycling	*	*	*	*		*	*	*	*	
Equestria	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Football 5 a side									*	
Goalball									*	
Judo									*	
Powerlifting	*	*	*	*	*	*	*	*		
Rowing	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
Shooting	*	*	*			*	*	*		
Sitting Volleyball	*	*	*	*		*				
Swimming	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Table tennis	*	*	*	*	*	*	*	*		*
Taekwondo	*	*	*	*		*				
Para triathlon	*	*	*			*	*	*	*	
Wheelchair Basketball	*	*	*	*		*	*	*		
Wheelchair Fencing	*	*	*	*		*	*	*		
Wheelchair Rugby	*	*	*			*	*	*		
Wheelchair Tennis	*	*	*	*		*				
Ski	*	*	*	*		*			*	
Hockey sur glace	*	*	*	*		*				

Parasport « large spectre »

Parasport « spectre restreint »

Parasport avec minimum de handicap « lourd »

# Selon vous ...

Quel est le niveau d'amputation minimum

→ sur le membre inférieur

→ sur le membre supérieur

pour pratiquer un parasport en compétition ?



# Critères minimum pour « limb deficiency »

## Membre inférieur

### **Para taekwondo :**

- Amputation de l'hallux au niveau de l'articulation métatarso-phalangienne
- Ou amputation des orteils II à V au niveau de l'articulation MTP

**Basket fauteuil :** Amputation du 1<sup>er</sup> rayon au niveau tarso-métatarsien

**Para aviron, para tennis de table, para cyclisme et para athlétisme :**

Amputation trans-métatarsienne

**Volley assis :** Amputation tarso-métatarsienne (Lisfranc)

**Escrime fauteuil et tir sportif :** Amputation au niveau de la cheville (Syme)

# Critères minimum pour « limb deficiency »

## Membre supérieur

**Para aviron :** Amputation de 3 doigts d'une main

**Para tennis de table :** Bras joueur :

- Amputation du 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> doigts
- Ou amputation de 5 phalanges sur le 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> doigts
- Ou amputation du pouce et d'une partie du 1<sup>er</sup> métacarpien

**Volley assis :**

- Amputation unilatérale de 4 doigts ou des 3 premiers doigts
- Amputation bilatérale des pouces ou des index + majeurs

**Para cyclisme :** Amputation trans-métacarpienne

**Para athlétisme et para tir sportif :** Amputation de poignet (aucun os du carpe)

# Selon vous ...

Quel est le déficit musculaire minimum

→ au membre inférieur

→ au membre supérieur

pour pratiquer un parasport en compétition ?



# Critères minimum pour « déficit musculaire»

## Membre inférieur

**Volley assis** : perte de 7 points de testing MMT entre les 2 mb inférieurs (total sain = 80)

**Para tennis de table** : perte de 10 points de testing MMT sur un membre inférieur

**Para aviron** : Perte de 10 points de testing MMT sur un membre ou 15 points sur 2 membres

**Tennis fauteuil** : Testing à 2/5 sur un muscle clé du membre inférieur

# Critères minimum pour « déficit musculaire»

## Membre supérieur

### **Para taekwondo :**

- Flexion ou abduction d'épaule à 2/5
- Flexion et/ou extension de coude à 3/5

### **Volley assis :**

- Flexion d'épaule au maximum à 2/5 sur un membre supérieur
- Extension de coude au maximum à 2/5 sur un membre supérieur
- Perte de 15 points de testing MMT sur un membre supérieur (total sain = 70)

**Para tennis de table :** Perte de 30 points de testing MMT sur le bras non-joueur

# Quand y penser

Toujours !

Pour la compétition :

- Profil sportif (pratique antérieure, morphologie, motivation)
- Accident récent, séquelles post-opératoires...
- Femme +++



# Comment les orienter ?

Pour le loisir :

Inclusion en clubs ordinaires de proximité à privilégier

Pour une orientation vers la compétition :

<https://lareleve.france-paralympique.fr/>

Si questions :

[o.lopez@france-paralympique.fr](mailto:o.lopez@france-paralympique.fr)

Merci pour votre attention 😊