Epidemiologische screening van jongeren binnen rope-skipping competitie in Vlaanderen.

Haio: Dewaele Janne , U.G.
Promotor: Vanden Bossche Luc , U.G.
Praktijkopleider: DE BO Thomas , DE WITTE Pierre , HARTH Stefaan , Vanderlinden Kris

Context: Deze studie onderzoekt de epidemiologie van blessures binnen de rope skipping-competitie in Vlaanderen. Rope skipping is een relatief jonge en minder bekende sport die gepaard gaat met een aanzienlijk blessurerisico, onder andere door de hoge impact van de sprongbewegingen.

Onderzoeksvraag: Het doel van dit onderzoek is om het blessureprobleem in kaart te brengen en zo de basis te leggen voor de ontwikkeling van een gerichte blessurepreventiestrategie.

Methode: De gegevens werden verzameld via een online vragenlijst, gericht op rope skippers van 18 jaar en ouder die ooit deelnamen aan een rope skipping-competitie in Vlaanderen. De gegevens werden descriptief geanalyseerd met behulp van Microsoft Excel.

Resultaten: De vragenlijst werd door 278 deelnemers volledig ingevuld. Er werd in totaal 450 verschillende blessures beschreven. Er is een gemiddelde van 1,6 blessures per deelnemer. De resultaten tonen aan dat vooral de onderste ledematen kwetsbaar zijn (70% van de blessures) waarbij (overbelastings)letsels aan spieren en pezen het vaakst voorkomen (62%). De meeste blessures werden opgelopen in de junioren- (16-18 jaar) en seniorencategorie (19-25 jaar), met respectievelijk 38% en 32% van alle gedocumenteerde blessures. Er is een opvallende toename in aantal blessures bij de beloften (12-15 jaar) (24% van alle blessures) ten opzichte van het aantal blessures bij de jongere skippers (2% van alle blessures). Er wordt een toename gezien in het aantal blessures wanneer meer dan 4 uren per week wordt getraind. Bij een hoger aantal trainingsuren wordt geen verschil meer gezien in het aantal blessures die worden opgelopen.

Conclusie: Deze bevindingen benadrukken de noodzaak van een specifiek blessurepreventieprogramma bij rope skipping om het risico op letsels te beperken en langdurige gevolgen te voorkomen. Dit epidemiologisch onderzoek vormt de eerste stap in het ontwikkelen van een sportspeficieke blessureperventie-strategie en vormt mogelijks een basis voor verder onderzoek.