

Fiche pratique – Force de préhension et récupération de l'épaule

■ Contexte

Après une réparation de la coiffe des rotateurs, la récupération est variable. Une étude (J Shoulder Elbow Surg, 2025) a montré que la force de préhension mesurée précocement (6 semaines post-opératoire) est un ****facteur prédictif fiable**** de la récupération fonctionnelle.

■ Protocole de mesure

Matériel	Dynamomètre manuel (type Jamar ou équivalent)
Position du patient	Assis, coude à 90°, poignet neutre, avant-bras posé.
Côté testé	Main opérée et non opérée.
Répétitions	3 essais par main, garder la meilleure valeur.
Moment clé	6 semaines post-opératoire (début rééducation active).

■ Interprétation clinique

- ****Force bilatérale élevée**** → meilleur pronostic fonctionnel (Constant, DASH). - ****Grande asymétrie entre main opérée et non opérée**** → risque de récupération plus lente. - ****Force de rotation d'épaule seule**** → peu prédictive.

■ Application pratique

➡■ Intégrer systématiquement la mesure de grip au bilan initial post-opératoire. ➡■ Utiliser ces données pour : • Identifier les patients à risque de récupération lente. • Ajuster le suivi et l'intensité de la rééducation. • Motiver les patients par un suivi objectif et simple.

■ Message clé : « **La main parle pour l'épaule** »