

# LORENZO MARTINEZ-PACHENCO

## “LA TECHNOLOGIE RÉFÉRENTE”

**Ce kiné du sport a la chance de faire partie des dix qui travaillent en permanence au sein du département médical de l'Insep. Il est également le kinésithérapeute attitré des fédérations françaises de boxe et de lutte. Dans son arsenal thérapeutique, la technologie Indiba® Activ fait figure de premier choix.** PAR SOPHIE CONRARD

**Kiné actualité :** Dans quel cadre utilisez-vous la technologie Indiba® Activ ? Quelles sont ses principales applications ?

**Lorenzo Martinez-Pachenco :**

Étant donné ma “spécialité” et mon lieu de travail, je traite essentiellement des sportifs de haut niveau. Tendinopathies, déchirures, entorses, contractures, inflammation... J'utilise cette technologie tous les jours, sur de petites blessures, des plus graves ou dans le cadre d'une rééducation longue, type rupture totale du LCA : cette machine est utile pour réduire l'œdème, juste après l'opération, quand on ne peut pas encore mobiliser l'articulation, mais aussi plus tard, pour éliminer d'éventuelles fibroses.

Mais attention, il ne suffit pas de dire qu'elle sert à tout : il faut connaître les bons réglages. Elle ne ressemble à aucune autre. Et chaque sport a ses spécificités. En boxe, les épaules, les coudes et les poignets sont souvent touchés. En lutte, les athlètes souffrent plutôt d'atteintes au niveau de la colonne, des cervicales, des épaules ou des mains, etc. J'ai fait une première formation pour la prise en main, puis une seconde, approfondie, avec la société Indiba. Je ne l'utilise pas lors des grandes compétitions, parce que l'appareil reste à l'Insep, mais plutôt au fil de la saison.

**Cette technologie a-t-elle modifié votre manière de travailler ?**

Oui, radicalement. L'avantage c'est que cet appareil me permet, en même temps que je l'utilise, de mobiliser ou d'étirer la zone traitée. Je suis deux fois plus efficace et la durée de la séance est réduite.

Elle s'est imposée à moi comme la



Avec Ibrahima Diallo, coureur de 400 m.

technologie référente. Le but est de relancer l'activité cellulaire, et c'est le seul appareil à faire ça. Sur une déchirure ou une inflammation, il permet de réduire le délai de cicatrisation. Sur un œdème, on peut voir des résultats significatifs en une séance ! Et en petite traumatologie (par exemple, une contracture au dos ou à l'épaule), les résultats sont époustouffants, grâce à l'alliance du traitement et du massage que l'on fait en même temps. Je pense qu'on peut diviser par deux les délais de guérison.

Et pour moi, c'est une technique très confortable à appliquer. On ne peut pas négocier avec les délais de cicatrisation (lorsqu'il y a une déchirure, par exemple), mais l'efficacité du traitement est doublée, voire triplée par rapport aux techniques d'électrothérapie classique, notamment. L'action de la technologie Indiba® Activ est beaucoup plus profonde.

**Comment cela ?**

Ce n'est ni de la thermothérapie (la chaleur est juste une conséquence du traitement), ni de la simple électrothérapie. Le but est de favoriser les échanges entre l'extérieur et l'intérieur

L'efficacité du traitement est doublée, voire triplée par rapport aux techniques d'électrothérapie classique

de la membrane cellulaire, pour favoriser la cicatrisation des tissus. Pour cela, elle utilise une forme spécifique de courant haute fréquence (448 kHz).

**Vos patients apprécient-ils le traitement ?**

Oui, beaucoup, parce que c'est une thérapie “douce”. Ils ne ressentent ni choc, ni courant, simplement une légère chaleur. Mais ils apprécient surtout parce que c'est efficace ! C'est ça l'important, pour un sportif de haut niveau. Et une fois qu'ils ont testé, ils y reviennent !

**La technologie Indiba® Activ a-t-elle sa place au sein du département médical de l'Insep ?**

Travailler à l'Insep est un rêve pour les kinés du sport : on y a accès à toutes les nouvelles technologies, on dispose d'un plateau technique de 1 000 m<sup>2</sup> pour cinq (nous sommes cinq kinésithérapeutes le matin, cinq l'après-midi), on peut faire acheter quasiment tout ce qui existe sur le marché... C'est un très grand confort de travail ! Mais le principal critère, c'est l'efficacité. Et à ce titre, la technologie Indiba® Activ a toute sa place à l'Insep. ■