

EVALUATION DU TOUR DE TAILLE

1) Objectif du test

Evaluer le tour de taille

2) Protocole

Moyen(s) humain(s) nécessaire(s)

- 1 professionnel (formé à la réalisation du test)

Temps nécessaire

- 3 minutes

Matériels nécessaires

- 1 mètre ruban
- 1 calculatrice

Déroulement du test

Evaluation du tour de taille

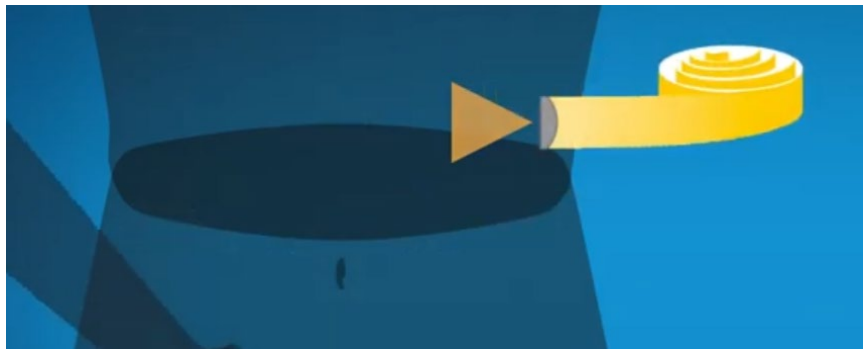
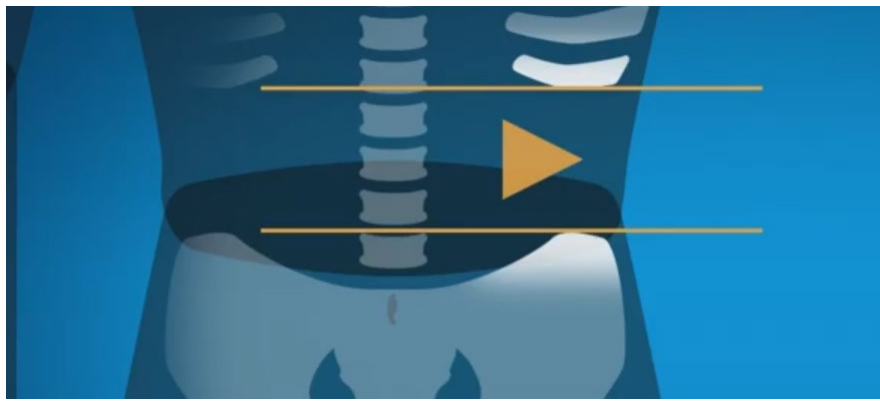
L'opérateur va mesurer le périmètre abdominal en centimètres à l'aide d'un mètre ruban à mi-chemin entre la 12^e côte et la crête iliaque, les pieds légèrement séparés et en expiration normale.

Tutoriel pour la mesure du tour de taille : <https://www.youtube.com/watch?v=nT51MJ7I5RA>

3) Les « choses à ne pas faire » et points de vigilance

Il est très important de suivre strictement le protocole indiqué, pour que les résultats ne soient pas biaisés que ce soit lors de l'analyse longitudinale pré/post intervention (en fonction des différents opérateurs, différentes conditions matérielles, etc.) ou lors de l'analyse inter-structures.

Le tour de taille est un marqueur indispensable et ne doit pas être oublié.



La Mesure du Tour de Taille selon les Recommandations

A retenir :

- Mi-distance crête iliaque / côte
- Mètre à plat et à l'horizontal
- Ne pas passer par l'ombilic
- Maintenir en tension légère
- Relâcher les épaules et expirer



Mesure du tour de taille
par le praticien