

# La croissance

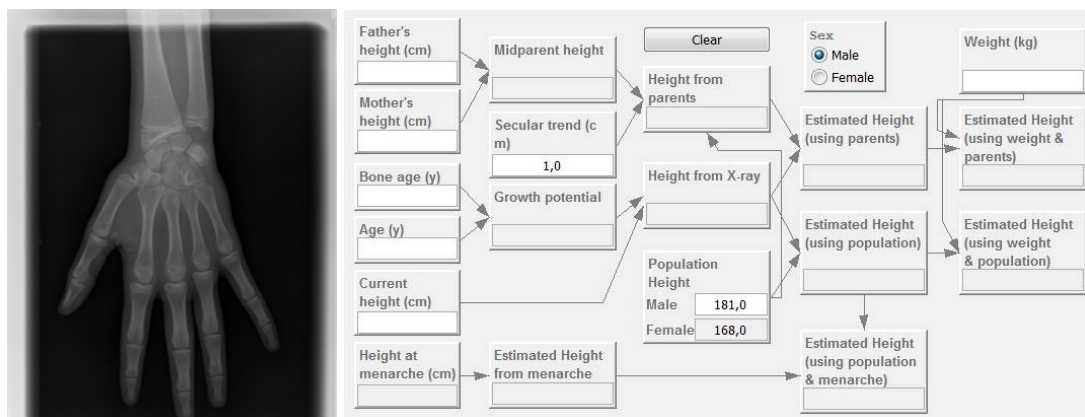
Parmi de nombreuses variables qui influencent la performance sportive, la taille nous intéresse plus particulièrement dans les sports comme le volley ou la basket.

La croissance normale s'effectue en plusieurs étapes dont chacune a des caractères particuliers : croissance de la première enfance (de 1 mois à 2 ans), de la seconde enfance (de 2 ans à 12 ans), de la puberté. Celle qui nous intéresse bien sûr est celle de la phase pubertaire, puisque nous subissons un pic de croissance, grâce à l'influence d'hormones sexuelles sur le squelette. Dans la phase postpubertaire, la croissance diminue fortement, se limitant à une moyenne de 1cm par an. Chez les filles cette phase postpuberté a lieu après l'apparition des règles.

Vous êtes peut être intéressé de suivre l'évolution de la croissance de votre enfant ? Je vous propose deux sites intéressants qui peuvent vous donner une idée de la taille future. **Cependant, je précise que si la taille est importante dans un sport comme le volley, ce n'est qu'un facteur parmi énormément d'autres qui influenceront le développement de votre enfant dans le sport.**

Le premier site, (<http://courbedecroissance.com>) permet de vous enregistrer et d'encoder à intervalles libres la taille de votre enfant. La taille des parents est introduite et une Taille Cible est définie. Cette taille cible donne une taille très approximative. Les courbes de croissance sur lesquelles les données apparaissent vous donneront une meilleure idée. Je vous conseille, d'un point de vue pratique d'encoder ces données tous les 3 mois.

L'autre site BoneXpert (<http://www.bonexpert.com>) est un site qui vous permet d'accéder à une méthode plus précise puisque que vous introduisez une variable importante, l'âge osseux. (Se rendre sur *Adult Height Predictor*, puis sur *Enter the full Adult Height Predictor*). A ne pas confondre avec l'âge chronologique puisque votre âge osseux peut être en phase, retard ou en avance sur votre âge chronologique. Pour obtenir votre âge osseux, il faut faire une radio du poignet, idéalement au moment de votre anniversaire. Le radiologue compare cette radio à une radio de référence dans un livre (de Greulich-Pyle). Vous pouvez faire plusieurs radios aussi, espacé de 6 mois. Ces données sont introduites sur le site ; y compris l'âge des parents. Un croisement a également lieu avec des données issues de la population générale. Finalement le moment d'apparition des règles peut être introduit également. Cette méthode va vous donner plus de fiabilité que sur le site précédent.



The image shows a screenshot of the BoneXpert website interface. On the left, there is a grayscale X-ray of a human hand and wrist. To the right of the X-ray is a complex form with various input fields and buttons. The form is organized into several sections:

- Parental Information:** Fields for "Father's height (cm)", "Mother's height (cm)", and "Midparent height".
- Growth Parameters:** Fields for "Bone age (y)", "Age (y)", "Current height (cm)", and "Height at menarche (cm)". A "Secular trend (cm)" field is set to "1,0".
- Population Data:** A section for "Population Height" with values for "Male" (181,0) and "Female" (168,0).
- Sex Selection:** Radio buttons for "Male" (selected) and "Female".
- Calculation and Output:** A "Clear" button, "Height from parents", "Height from X-ray", and "Estimated Height (using population)" fields. On the far right, there are fields for "Weight (kg)", "Estimated Height (using weight & parents)", "Estimated Height (using weight & population)", and "Estimated Height (using population & menarche)".