

Tendinopathies et lésions musculaires : actualisation pratique des traitements kinésithérapiques (K. KERKOUR)

Objectifs

Appliquer un traitement physique spécifique, lié à un diagnostic lésionnel précis, intéressant les tendinopathies et lésions musculaires.

Formateur.trice

M. Khelaf KERKOUR

CDS en physiothérapie – Hôpitaux du Jura – Delémont

Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

9/10

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

FIFPL - Reste à charge : 175€

Crédit d'impôt - Reste à charge : 408.68€

Organisation

Construction du groupe :
18 personnes

Public et Prérequis

Formation ouverte exclusivement aux kinésithérapeutes (DE et AE)
Une expérience professionnelle supérieure à 3 mois est conseillée

Contenu

Cette formation essentiellement pratique permettra d'actualiser les connaissances au travers de travaux récents sur la biomécanique et les processus de guérison des tendons et du muscle.

Programme de la formation

- Mise en place de la pathogénie des tendinopathies du corps tendineux et de ses insertions

- Classification moderne des lésions tendineuses selon Blazina et LeadBeatter et incidences sur les protocoles de traitement.
- Lésions musculaires : mise au point sur les classifications et les processus de cicatrisation et leurs incidences sur la stratégie thérapeutique
- Pratique de traitement :
 - Renforcement excentrique selon Stanish : comment ? exemples
 - Place et méthodologie des étirements en pratique
 - Thérapies par Ondes de Choc : où en est-on ?
 - Taping : mise en œuvre pratique – exemples de cas cliniques typiques

Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports Polycopiés fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes sous surveillance et supervision du formateur.
- Merci de vous munir d'une tenue confortable afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation et d'une serviette de bain.

Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
 - Pré et Post-test
 - Quizz – questionnaires
 - Correction des gestes techniques au décours de la pratique
 - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
	<u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u> <i>Intégrer les modalités de diagnostic de traitement des tendinopathies chez l'adulte</i>		
09h00 09h30	Accueil des stagiaires – présentation de la formation et des participants	ÉCHANGES	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h30 10h30	Biomécanique du tendon et du couple muscle-tendon Pathogénie des tendinopathies du corps tendineux et de ses insertions : actualisation des connaissances	THÉORIQUE	Projection du diaporama – supports audio visuels
	Pause		
10h45 11h30	Classification moderne des lésions tendineuses selon Blazina et Leadbeatter et incidences sur les protocoles de traitement	THÉORIQUE	Projection du diaporama – supports audio visuels
11h30 12h30	Approche diagnostique clinique des tendinopathies d’Achille – rotuliennes – coiffe des rotateurs – épicondylopathies latérales – aponévropathies plantaires. Cas cliniques	THÉORIQUE ECHANGES	Projection du diaporama -supports audio visuels
	Repas		
13h30 15h30	Kinésiotaping appliqué aux Tendinopathies Achille, rotuliennes, coiffe rotateurs, épicondylopathies latérales, aponévropathies plantaires.	DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Pause		
15h45 16h30	Les techniques antalgiques : cryothérapie, électrothérapie, ondes de choc : discussions protocoles	ÉCHANGES THÉORIQUE	Projection du diaporama -supports audio visuels – discussion
16h30 17h00	Débriefing de fin de journée	ÉCHANGES	Questions-réponses Participation active des stagiaires
Jour 2	Contenus	Pédagogie	
	<u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u> <i>Intégrer les modalités de diagnostic de traitement des lésions musculaires chez l'adulte</i>		
09h00 09h30	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES	Tour de table – questions réponses sur les points de la veille si nécessaire
09h30 10h30	Lésions musculaires : mise au point sur les classifications et les processus de cicatrisation et leurs incidences sur la stratégie thérapeutique. Lésions aiguës et chroniques.	THÉORIQUE	Projection du diaporama – supports audio visuels

	Pause		
10h45 11h30	Application pratique kinésiotaping et lésions musculaires : ischios-jambiers, Droit fémoral, gastrocnémien médial	DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
11h30 12h30	Application pratique : les techniques de renforcement musculaires et leur place dans les lésions musculaires et tendineuses. Cas cliniques	DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE ECHANGES	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Repas		
13h30 15h30	Application pratique : Les étirements musculaires : place, modes et applications pratiques	DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Pause		
15h45 16h30	Discussion de cas pratiques en médecine du sport	ÉCHANGES THÉORIQUE	Projection du diaporama -supports audio visuels
16h30 17h00	Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances	ÉCHANGES REFLEXIVE	Tour de table – questionnements mutuels