Raisonnement clinique et traitement du rachis lombaire (F. BARILLEC)

Objectifs

Appliquer un traitement kinésithérapique des algies du rachis lombaire en suivant les principes d'une approche par raisonnement clinique intégrant connaissances fondamentales actualisées, bilan diagnostic différentiel et mise en œuvre de techniques de kinésithérapie différenciées (thérapie manuelle, techniques actives, auto-rééducation…)

Formateur.trice

M. Fabrice BARILLEC

Masseur-kinésithérapeute – Formateur expert

Note

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

10/10

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 820€

DPC - Reste à charge : 273.33€

FIFPL - Reste à charge : 0€

Organisation

Construction du groupe :
18 personnes

Du 14 au 16 octobre 2027 - Mulhouse

22h30 / 3 jours

Public et Prérequis

Formation ouverte exclusivement aux kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.) : une expérience professionnelle supérieure à 6 mois est souhaitable.

Contenu

Cette formation mêlant des séquences théoriques et pratiques sous supervision du formateur, vous permettra de développer un raisonnement clinique et diagnostic autour de la prise en charge et le traitement du rachis lombaire.

- **Mise en place de la notion du modèle structurel** : application au rachis lombaire – raisonnement clinique et diagnostic kiné – tests appliqués au rachis lombaire- symptômes et pathologies du rachis lombaire en thérapie manuelle et techniques de traitement.
- **Le Rachis lombaire myo fascial** : concept du SMD et du PT : définition – physiopathologie – terminologie – examen, plan de traitement, traitement des muscles.
- **Les Fascias lombaires** : modèle de distorsion fascial (MDF) : présentation des six lésions
- **Les hernies fasciales** : topographie et traitement. Les lignes myo fasciales selon Myers (Anatomy Trains) – gymnastique fasciale selon Robert Schleip.
- **La réhabilitation musculaire du rachis lombaire** : quels muscles renforcer ? Quels muscles étirer ? Notions d'étirements spécifiques – chaines musculaires – gainage.
- **Le rachis lombaire discal** : anatomie – biomécanique – dégénérescence et pathologies discales – examen spécifique – notion de préférence directionnelle (Mc Kenzie) – techniques de traitement du disque (techniques de « Hands Off » et « Hands On ») – auto-traitement et prophylaxie.
- **Le rachis lombaire neuro dynamique** : définition – terminologie – physiopathologie – examen neurologique et neuro dynamique (tests EJT et Slump) – traitement de neuro glissement – neuro massage et neuro tension – syndrome du piriforme – syndrome des IJ – syndrome de la dure mère lombaire et la radiculopathie lombaire.
- **Le modèle bio psycho social appliqué au rachis lombaire :** kinésiophobie – programmation neuro linguistique (vocabulaire utilisé et impact sur le patient) – gestion de la douleur chronique.

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	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Intégrer les notions fondamentales d'une pratique moderne et éclairée de la kinésithérapie Intégrer les éléments de l'interrogatoire et du bilan		
09h00 09h15	Accueil des stagiaires Présentation de la formation et des participants	Echanges	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h15 09h45	Le modèle bio-psycho-social, l'evidence based practice, neurophysiologie de la douleur	Expositive – Power point	Projection du diaporama -supports audio visuels
09h45 10h15	Catalogue d'hypothèses, épidémiologie, classifications, facteurs de risque et pronostic	Expositive	Projection du support numérique Préparer l'élaboration du bilan en envisageant les hypothèses cliniques et les facteurs de risques.
	Pause		
10h30 12h15	Anatomie descriptive, cinésiologie et anatomie de surface	Théorique Echange Méthode active	Projection du diaporama -supports audio visuels – discussion – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
	Repas		
13h15 14h15	Interrogatoire semi-dirigé, body chart, drapeaux jaunes, différents types de douleur selon l'IASP, évaluation de l'engagement du patient (auto-efficacité)	Expositive – Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Interrogatoire, Body Chart, drapeaux jaunes, bleus et noirs. Type de mécanisme douloureux : dominante nociceptive, neuropathique, nociplastique
14h15 15h15	Abord des drapeaux rouges selon l'acronyme VIT-N-VIT	Théorique – Expositive	Projection du diaporama -supports audio visuels
	Pause		
15h30 17h15	Observation, bilan musculaire, ligamentaire, articulaire et pertinence du marqueur	Théorique Démonstrative Méthode active	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
17h15 17h30	Evaluation de fin de journée	Echanges	Questions-réponses Participation active des stagiaires

Jour 2	Contenus	Pédagogie	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Intégrer les recommandations scientifiques pour la prise en charge de la lombalgie		
09h00 10h00	Bilan neurologique et neurodynamique (palpation du nerf, mise en tension, neurogymnastique)	Expositive et démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
10h00 10h30	Phénotype nociplastique, kinésiophobie, peur évitement, croyances et catastrophisme	Théorique – Expositive	Projection du diaporama -supports audio visuels
	Pause		
10h45 11h15	Recommandations JOSPT et HAS selon les tableaux cliniques	Expositive	Projection du diaporama – support audio visuel
11h15 12h15	Placebo et potentialisation des effets contextuels, lutte contre croyances, peur évitement, catastrophisme, travail sur l'engagement du patient	Expositive	Projection du diaporama – support audio visuels
	Repas		
13h15 14h15	Techniques articulaires passives : PA lombaires, lumbarol, Technique Chicago modifiée Mobilisations avec mouvement	Expositive Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
14h15 15h15	Techniques actives de modulation symptomatiques : mouvements répétés	Expositive Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Pause		
15h30 17h15	Exercices à visée de gain de mobilité : gain de mobilité lombaire, gain de mobilité de la hanche et du bassin.	Expositive Méthode active	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
17h15 17h30	Bilan de fin de journée	Echanges	Questions – réponses
Jour 3	**Contenus**	**Pédagogie**	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :		

	Intégrer les techniques kinésithérapiques Savoir proposer au patient un plan d'auto-rééducation		
09h00 09h45	Levées de tension musculaires, techniques sur muscles lombo-pelviens et proposition d'auto-étirements	Théorique Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama – support audio-visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
09h45 10h15	Trigger point : approche hands-on par le praticien et enseignement au patient en tant que technique d'auto-modulation de la douleur	Théorique Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Pause		
10h45 12h15	Exercices à visée de renforcement musculaire : extenseurs lombo-pelviens, transverse de l'abdomen, abdominaux superficiels, muscles fessiers, muscles de la cuisse	Théorique Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Repas		
13h15 15h15	Théorie sur le contrôle moteur, application au rachis lombo-pelvien, exercices pertinents et appropriation par le patient Exercices permettant de lutter contre la kinésiophobie	Théorique Méthode active Démonstrative	Projection du diaporama -supports audio visuels Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
	Pause		
15h45 17h15	Cas cliniques : abord de cinq cas cliniques en atelier : douleur neurogénique de type sciatalgie, douleur à dominante nociceptive lombaire d'origine zygapophysaire , douleur à dominante nociceptive lombaire d'origine discale, douleur sacro-iliaque, douleur nociplastique. Pour chaque cas seront recherchés les éléments pertinents du diagnostic, les moyens de moduler la douleur et les exercices qui viseront à autonomiser le patient.	Méthode active Démonstrative Echanges	Travail en groupe – jeux de rôle
17h15 17h30	Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances	Démonstrative Echanges	Quizz de fin de formation