

# Cervicalgie chronique post traumatique après coup de fouet cervical (whiplash) (C. SCHANG)

## Objectifs

La visée de ce stage est de permettre une remise à jour complète des savoirs et savoir-faire afin de les rendre conformes aux connaissances actuelles de la biomécanique à la physiopathologie et du bilan au traitement en prenant en compte le patient dans sa globalité dans ses dimensions structurelles, environnementale et psycho comportementale.

## Formateur.trice

Claude SCHANG

Masseur-Kinésithérapeute Cadre de Santé –  
Directeur pédagogique à l'IFMK de Berck-sur-Mer (62)

## Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

FIFPL - Reste à charge : 0€

## Organisation

Construction du groupe :  
18 personnes

Du 24 au 25 avril 2026 - Mulhouse

14h / 2 jours

## Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseurs-kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.)

## Contenu

La compréhension et la prise en charge de la physiologie et la physiopathologie de la cervicalgie chronique chez l'adulte en désadaptation fonctionnelle dans un contexte dégénératif ou traumatique ont évolué profondément et très rapidement ces dernières années, notamment sous l'impulsion de la recherche française et internationale. Ce phénomène tend à s'accroître avec une augmentation multifactorielle des agents déclenchants (accident de sport, ou de voiture responsable du coup de fouet cervical) associés aux facteurs favorisants que sont la sédentarité, le surpoids, les maladies associées ainsi que le vieillissement de la population avec comme conséquence un coup financier non négligeable pour la sécurité sociale (arrêt de travail, reclassement professionnel, ...).

La visée de ce stage est de permettre une remise à jour complète des savoirs et savoir-faire afin de les rendre conformes aux connaissances actuelles de la biomécanique à la physiopathologie et du bilan au traitement en prenant en compte le patient dans sa globalité dans ses dimensions structurelles, environnementale et psycho comportementale avec la mise en place d'un programme d'auto-rééducation, pour conduire vers l'autonomisation du patient source de vitalité et de bien-être.

La prise en charge en masso-kinésithérapie de la cervicalgie chronique chez l'adulte dans le cadre d'un traitement conservateur s'inscrit dans une démarche holistique ou l'on doit considérer le patient dans ses dimensions structurelles, environnementales et psycho-comportementales.

Les soins passifs analytiques et fonctionnels restent nécessaires mais doivent être complétés à chaque étape de la prise en charge par une participation active du patient avec comme objectif final l'autonomie du patient.

Cette autonomisation du patient passe par une démarche éducative en définissant un programme personnalisé avec des priorités d'apprentissage : Mouvement/ posture/ ergonomie/ activités adaptées.

## Programme de la formation

### OBJECTIFS GENERAUX :

A l'issue de la formation, le participant sera capable après une analyse de la pratique actuelle et des recommandations de :

- Réaliser des tests et évaluations simples et rapides, recommandés et validés par l'HAS et ensuite d'améliorer leur prise en charge avec une approche globale, novatrice et mieux adaptée.
- Contribuer à améliorer l'offre de soins et leur accès par des prestations pertinentes, réalisées par un plus grand nombre de professionnels.
- Mobiliser, en situation de soins, différents savoirs et capacités conformes aux données actuelles de la science et aux publications et recommandations de l'HAS :
  - savoir de connaissances ;

- savoir de techniques pratiques ;
- savoir-faire opérationnel ;
- savoir relationnel.
- Analyser et évaluer un patient, sa situation et élaborer un diagnostic kinésithérapique
- Concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique, adapté au patient et à sa situation (incluant la dimension éducative +++)
- Concevoir, mettre en œuvre et évaluer la prise en charge kinésithérapique. Intégrer l'aspect économique dans sa réflexion au quotidien lors des prises en charge des patients.
- Proposer comme finalité de rééducation une démarche éducative avec la mise en place d'un programme d'auto-rééducation post soins qui conduit vers l'autonomisation du patient +++.

## OBJECTIFS SPECIFIQUES :

A l'issue de ce stage, le stagiaire sera en capacité de :

- Comprendre et connaître l'organisation du système neuro musculo squelettique au niveau rachidien et pelvien.
- Maîtriser les principes de sécurité de mobilisation/ étirement.
- Maîtriser l'usage des outils de diagnostic différentiel de la douleur musculo squelettique et neuropathique des unités fonctionnelles rachidiennes et notamment cervicale. – Savoir interpréter des signes cliniques en lien avec les symptômes du patient.
- Savoir réaliser et utiliser un Bilan Diagnostique Kinésithérapique (BDK), d'entrée, intermédiaires et final, en particulier :
  - Savoir évaluer et tracer la nécessité et les objectifs de rééducation via le BDK
  - Savoir réaliser des techniques manuelles de mobilisation neuro musculo squelettique.
  - Savoir éduquer le patient pour qu'il réalise des exercices simples en phase avec une démarche éducative.
  - Savoir proposer des techniques à des cas complexes.
- Traiter le dysfonctionnement cervical par une approche mécanique du traitement de la douleur via une mobilisation de toutes les interfaces mécaniques et une participation active du patient lors des différentes phases de prise en charge
- Proposer un programme d'auto-rééducation post soins avec des outils simples et accessibles que le patient peut utiliser en autonomie

## **Moyens pédagogiques et pratiques**

Formation essentiellement pratique qui a vocation d'être utilisable immédiatement et de conduire vers une autonomisation du patient.

En amont de la formation un support de cours sera envoyé et servira de pré requis à la formation (fiche de lecture, PPT)

Après le stage un support de cours vidéo + différents posters seront proposés reprenant l'ensemble des techniques utilisées.

Lieu : salle adaptée à l'effectif.

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>Connaitre et comprendre l'organisation du système neuro-musculo-squelettique tête et cou ainsi que les mécanismes physiologiques et physiopathologiques associés. Maitriser les principes de sécurité et proposer un bilan et un traitement adapté.</i>		
09h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h30	Présentation de la formation et des participants	REFLEXIVE	
	Analyse partagée de la pratique professionnelle		
09h30 10h45	Biomécanique tête-cou-rachis et identification des zones de vulnérabilité cervicale	THEORIQUE	Projection du diaporama et échanges
	Pause		
11h00	Raisonnement clinique	THEORIQUE	Projection du diaporama et échanges
12h30	Etude du mécanisme lésionnel et diagnostic différentiel	PRATIQUE	Partie pratique sous supervision du formateur  Echange autour de situations cliniques
	Symptomatologie	REFLEXIVE	
	Co-construction du programme de rééducation avec le patient + comment favoriser la participation active du patient + exercices à domicile		
	Repas		
14h00 16h15	Techniques de soulagement et de levé de tensions : mobilisations, automobilisations...	THEORIQUE PRATIQUE REFLEXIVE	Projection du diaporama et échanges  Partie pratique sous supervision du formateur  Echange autour de situations cliniques
	Pause		
16h30 17h00	Thérapie neurodynamique appliquée en cas de névralgie cervico-brachiale	THEORIQUE PRATIQUE	Projection du diaporama et échanges  Partie pratique sous supervision du formateur
17h00 17h30	Evaluation de fin de journée	ÉCHANGES	Questions-réponses  Participation active des stagiaires
Jour 2	Contenus	Pédagogie	
	<u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>  <i>Proposer une rééducation adaptée au patient en fonction de sa situation clinique.</i>		

09h00 09h30	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Reprise du contenu de la veille
09h30 10h30	<b>Phase de restauration de mobilité</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>PRATIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b>	Projection du diaporama et échanges  Partie pratique sous supervision du formateur  Echange autour de situations cliniques
	<b>Pause</b>		
10h45 12h30	<b>Renforcement musculaire, proprioception cervicale</b>	<b>THEORIQUE</b> <b>PRATIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b>	Projection du diaporama et échanges  Partie pratique sous supervision du formateur  Echange autour de situations cliniques
	<b>Repas</b>		
14h00 15h00	<b>Dynamisation active et accompagnement</b>	<b>THEORIQUE</b> <b>PRATIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b>	Projection du diaporama et échanges  Partie pratique sous supervision du formateur  Echange autour de situations cliniques
16h00 16h15	<b>Démarche éducative</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b>	Projection du diaporama et échanges  Echange autour de situations cliniques
	<b>Pause</b>		
16h30 17h00	<b>Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel</b>  <b>Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances</b>	<b>ECHANGES</b>  <b>REFLEXIVE</b>	Evaluation orale et écrite – discussions et questionnements mutuels