

DETAIL DU PROGRAMME DE LA FORMATION

PROGRAMME DU SÉMINAIRE SUR 2 JOURS



Les cervicalgies au sein du complexe épaule rachis cervico-thoracique : des thérapies manuelles à l'auto-rééducation pour une autonomisation du patient adulte



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 1 DURÉE 1H30

- Accueillir les participants.
- Traiter les dossiers administratifs.
- Présenter le séminaire, le formateur et les participants entre eux.
- Retour sur le premier tour d'audit clinique : synthèse collective et pistes d'amélioration des pratiques.



Contenu

- Signature des feuilles d'émargement, présentation du programme du séminaire, présentation du formateur et des stagiaires, présentation du contexte de la formation.
- Retour sur le premier tour d'audit clinique: échanges avec les participants sur les pistes d'amélioration des pratiques.



Outils et méthodes pédagogiques

- Remise des dossiers administratifs au cas par cas, tour de table interactif avec recueil des informations sur paperboard, diapositives.



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 2 DURÉE 2H00

- Diagnostic Kinésithérapique : savoir évaluer cliniquement le patient en vue de lui proposer son programme personnalisé et sécurisé de rééducation et d'auto-rééducation.



Contenu

- Les drapeaux rouges.
- Les tests cliniques liés à l'évaluation du patient : Spring test, c-test, manœuvres de conflits : Neer, Yocum, Hawkins, les tests de tendinopathie : Jobe, Patte, palm-up test, Gerber, Press Belly. Questionnaire de Constant, Classification de Blazina, classification Neck Pain Task Force des cervicalgies, palpation et repérage des contractures musculaires, arbre décisionnel mettant en relation les tests et le BDK.
- Tests cliniques spécifiques pour évaluer les causes d'une névralgie cervico brachiale.



Outils et méthodes pédagogiques

- Diaporama, démonstration par les formateurs, atelier pratique en bi ou trinôme sur table de soin, réalisation de vidéos sur site pour révision à postériori. Présentation d'un arbre décisionnel mettant en lien les tests et les techniques. Travail collaboratif entre les stagiaires expérimentés et les novices.



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 3 DURÉE 2H00

- Maîtriser les techniques de levé de tension des muscles clés des régions cervicales dorsales et de l'épaule.
- Appréhender les mobilisations vertébrales correctives non forcées en conformité avec l'avis du Conseil de l'Ordre.



Contenu

- Démonstration des modalités de réalisation des levés de tension, des mobilisations vertébrales non forcées, des mobilisations des articulations de l'épaule, du thorax et du rachis cervicale en lien avec l'arbre décisionnel, des tests cliniques abordés dans la séquence précédente.



Outils et méthodes pédagogiques

- Diaporama, démonstration par les formateurs, ateliers pratiques en bi ou trinôme sur table de soin, réalisation de vidéos sur site pour révision à postériori. Travail collaboratif entre les stagiaires expérimentés et les novices, afin que chacun trouve sa position ergonomique adéquate, et sa gestualité personnalisée.



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 4 DURÉE 2H00

- Maîtriser les exercices d'auto-mobilisation neuroméningées des nerfs médians, radiaux et ulnaires à enseigner aux patients.
- Maîtriser les techniques auto-rééducatives qui ont vocation à autonomiser le patient.



Contenu

- Démonstration des exercices de mobilisation concernant le nerf médian, radial et ulnaire
- Co-construction d'un recueil vidéo d'auto-exercices visant la mobilisation auto-réalisée de ces 3 nerfs.



Outils et méthodes pédagogiques

- Diaporama, démonstration par les formateurs, ateliers pratiques en bi ou trinôme sur table de soin et sur tapis, réalisation de vidéos sur site pour révision à posteriori.
- Travail collaboratif entre les stagiaires : place de l'adhésion thérapeutique, approche motivationnelle et proposition d'auto-rééducation. Régulation par les formateurs.



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 5 DURÉE 2H15

- Maîtriser les techniques de recentrage de la gléno-humérale, articulation sous-jacente et directement liée au rachis cervical.
- Réaliser un programme auto-rééducatif de proprioception et de renforcement de l'épaule.



Contenu

- Les techniques de correction en recentrage de la gléno-humérale en fonction de l'arbre décisionnel du BDK active et passive.
- Conception d'un programme d'exercice progressif de proprioception en chaîne fermée, couplé à un renforcement musculaire ciblé des muscles de la coiffe, d'abord en position de sécurité puis progressivement vers la position qui génère initialement la plainte.



Outils et méthodes pédagogiques

- Diaporama, démonstration par les formateurs, ateliers pratiques en bi ou trinôme sur table de soin, réalisation de vidéos sur site pour révision à posteriori. Travail collaboratif entre les stagiaires expérimentés et les novices, afin que chacun trouve sa position ergonomique adéquate, et sa gestualité personnalisée.



Objectifs pédagogiques spécifiques

SÉQUENCE 6 DURÉE 0H30

- Promouvoir la santé par le sport conformément à la Stratégie Nationale sport Santé 2019-2024.
- Sensibiliser les professionnels à la prescription du sport santé.



Contenu

- Définir ce qu'est l'activité physique adaptée à visée thérapeutique et/ou préventive
- Rôle des maisons sport santé.
- Les ressources des territoires.
- Impact biopsychosocial et sanitaire.



Outils et méthodes pédagogiques

- Diaporama, méthode affirmative.