

DOULEUR CERVICO-THORACIQUE : DIAGNOSTIC, MODULATION SYMPTOMATIQUE ET AUTONOMISATION

Objectif Opérationnel

Appliquer un traitement kinésithérapique des algies du rachis cervical et thoracique, en suivant les principes d'une approche par raisonnement clinique

Public et Prérequis

Formation réservée exclusivement aux kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.) une expérience supérieure à 6 mois est conseillée.

Maximum 18 stagiaires

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

NOUVELLE FORMATION

Présentation de la formation

La formation alternera des séquences théoriques sous forme de PowerPoint et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur :

- Nouveaux concepts de la douleur – les patients à dominance nociplastique : conséquences sur la prise en charge
- Anatomie palpatoire de la région cervico-thoracique – ateliers pratiques
- Bilan diagnostique de la région : interrogatoire, triage, observation morphostatique et morphodynamique, bilan tissulaire, bilan fonctionnel, conclusions du bilan et apport des examens complémentaires
- Mise en place et tests des traitements : fascias cervico-thoraciques – applications aux muscles de la région – points trigger – levées de tension
- Approche articulaire cervicale et thoracique structurelle simplifiée avec ou sans impulsion
- Techniques articulaires adaptées à la charnière cervico-thoracique
- Comment agir contre la kinésiophobie ?
- Exercices de centralisation – coordination – notions d'ergonomie – conseils et éducation thérapeutique

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

Accès aux personnes en situation de handicap

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5^{ème} catégorie)

Formateur

Fabrice BARILLEC

Masseur Kinésithérapeute

Durée - Horaires

21 heures

J1 à J3 : 9h00 – 17h00

Programme détaillé de la formation

JOUR 1	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Intégrer la morpho palpation de la région cervico-thoracique</i> <i>Intégrer les notions de nouveaux concepts de la douleur</i>		
9h00	Accueil des stagiaires Présentation de la formation et des participants	ÉCHANGES	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-			
10h30	Revue de la littérature : articles et guides	THÉORIQUE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
10h45	PAUSE		
-	Neurophysiologie de la douleur et application dans la pratique de la vie quotidienne	THÉORIQUE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
12h30	Nouveaux concepts de la douleur : conséquences sur la catégorisation des patients		
	Classification internationale	THÉORIQUE	Projection du diaporama -supports audio visuels
REPAS			
13h30	Anatomie palpatoire de la région cervico-thoracique	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
-	Bilan diagnostique de la région : interrogatoire – triage – observation morphostatique – morphodynamique – bilan tissulaire – conclusions du bilan et apport des examens complémentaires	THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
15h30			
15h45	PAUSE		
-	Début du traitement : les fascias cervico-thoraciques Education thérapeutique	THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
17h00	Evaluation de fin de journée	ÉCHANGES	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 2	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Intégrer les techniques passives articulaires et musculo-aponévrotiques et les techniques actives</i>		
9h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES METHODE ACTIVE REFLEXIVE	Reprise du contenu de la veille
-	Abord des levés de tension - inhibition	THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels Démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
10h30	TRAPEZE SUPERIEUR – SCOM – SCALENES – SPLENIUS – SEMI-EPINEUX – ELEVATEUR SCAPULA – PETIT PECTORAL - PETIT DENTELE POSTERO SUPERIEUR - SUB CLAVIER		
10h45	PAUSE		
-		THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
12h30	Les points trigger	THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
REPAS			
13h30	Les points trigger (suite)	THÉORIQUE DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
-	Approche thoracique articulaire structurelle simplifiée avec et sans impulsion	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
15h30	PAUSE		
15h45	Le travail actif : lutte contre la kinésiophobie, assouplissements, mouvements répétés, renforcement musculaire	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
-			
17h00	Evaluation de fin de journée et de l'objectif opérationnel	ÉCHANGES	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 3	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Intégrer les techniques de mobilisation et les conseils thérapeutiques</i>		
9h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES METHODE ACTIVE REFLEXIVE	Reprise du contenu de la veille
-	Approche articulaire cervicale structurelle simplifiée avec et sans impulsion	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
	Les exercices de centralisation	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
10h30			
10h45	PAUSE		
-	Les exercices de coordination – renforcement et endurance	DEMONSTRATIVE METHODE ACTIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
12h30			
REPAS			
13h30	Notion d'ergonomie	THEORIQUE	Projection du diaporama – supports audiovisuels
-	Conseils et éducation thérapeutique	THEORIQUE ECHANGES	Projection du diaporama - discussion
	PAUSE		
15h30	Cas cliniques	ECHANGES DEMONSTRATIVE	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
15h45		METHODE ACTIVE	
-	Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel	DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
17h00	Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances		