

Traitements des adhérences cicatricielles musculaires et articulaires chez le sportif

Partie 1 : le membre inférieur et le bassin

NATURE DE L'ACTION DÉFINIE À L'ARTICLE L.6313-1 DU CODE DU TRAVAIL

Action d'adaptation et de développement des compétences professionnelles

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Il peut arriver que le sportif présente des gênes à la reprise du sport après blessure pour des raisons difficilement objectivable.

Ces douleurs ont souvent pour origine des adhérences cicatricielles au niveau de différentes structures :

- Myo-aponévrotique
- Capsulo-ligamentaire
- Nerveuse.

Au cours de ce séminaire de formation, nous apprendrons à diagnostiquer puis à traiter à l'aide de l'échographie, les adhérences cicatricielles au niveau de ces différentes structures.

Un intérêt particulier sera donné à l'éducation thérapeutique afin que le patient puisse, à l'aide d'auto-mobilisations faciles à mettre en œuvre, traiter ses adhérences

La formation sera essentiellement d'ordre pratique avec toutefois des rappels anatomiques et biomécaniques ainsi que des rappels physiopathologiques afin de comprendre les axes de traitements.

PUBLIC CIBLE

Masseurs Kinésithérapeutes DE ou équivalent
Maximum 25 stagiaires (minimum 2 formateurs présents)

OBJECTIFS

- Comprendre le mode d'apparition d'un tissu cicatriciel
- Savoir bilancer le type d'adhérence en présence (myo-aponévrotique, capsulo-ligamentaire, neurologique)
- Connaître les indications et contre-indications au traitement
- Savoir traiter les différents types d'adhérences
- Mettre en place une éducation thérapeutique adaptée

DURÉE DE L'ACTION DE FORMATION

2 JOURS de 8 heures (SOIT 16 H)

PROGRESSION PÉDAGOGIQUE

Pour chaque zone nous :

- Étudierons les éléments de biomécanique, physiopathologie et d'imagerie indispensables
- Analyserons sur cobaye les étapes du diagnostic clinique
- Montrons sur cobaye les techniques manuelles de traitement.
- L'échographie sera présente à chaque étape pour une meilleure représentation.
- Les stagiaires appliqueront les techniques en binôme
- Les formateurs guideront et corrigeront les techniques des stagiaires

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Tables de soins mis à disposition
- Polycopiés fournis aux stagiaires
- Rétroprojection
- Mise en pratique des techniques

L'ENCADREMENT

- Nicolas KHALIL, Masseur-kinésithérapeute DE, Kiné du sport, Thérapeute Manuel, attaché de cours à l'IFMK d'Alsace, Président de MKNG Formations
- Manuel GAVELLE, Masseur-Kinésithérapeute, Ostéopathe DO, Thérapeute Manuel, Directeur Général de MKNG Formations
- Dr Thierry HO PUN CHEUNG, Médecin du Sport, Ostéopathe DO, Diplômé du centre francophone d'échographie, DU d'Anatomie et de Biomécanique de l'Appareil locomoteur

SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME

- Feuille d'émargement
- Evaluation des acquisitions à la fin de chaque séminaire



FORMATIONS

ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

- Questionnaire de pré-formation
- Évaluation des stagiaires de la formation à l'aide d'un questionnaire
- Évaluation à froid des stagiaires 6 mois après la formation
- A l'issue de la formation, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action de la formation sera délivrée aux stagiaires sous réserve qu'ils réussissent l'examen final
- **Examen final comprenant un QCM et une épreuve pratique**

JOUR 1 (8 heures)

Durée de la séquence	Objectifs	Méthodes
8h30 à 9h00 (30 min)	Présentation des instructeurs et des stagiaires, formalités administratives	Définir les attentes spécifiques des stagiaires.
9H00 à 9h15 (15 min)	Définition et physiopathologies des Adhérences cicatricielles musculo-aponévrotiques (ACMA) et capsulo-ligamentaires (ACCL)	Diaporama
CHEVILLE (2h45)		
9h15 à 9h45 (30 min)	Anatomie. Physiopathologie. Indications/Contre-indications. Anatomie palpatoire.	Illustration sur modèle, pièces anatomiques et analogique.
9h45 à 10h30 (45 min)	Diagnostic clinique des ACMA assisté par l'échographie. Traitements manuels des ACMA de la cheville. Importance du long fléchisseur.	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie. Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
10h30 à 10h45 (15 min)	PAUSE	
10h45 à 12h00 (1h15)	Diagnostic clinique des ACCL assisté par l'échographie. Traitements manuels des ACCL. Importance de la malléole fibulaire.	
12h00 à 13h00	PAUSE REPAS	
TENDINOPATHIES CALCANEENES (2h15)		
13h00 à 13h30 (30 min)	Anatomie. Physiopathologie. Indications/Contre-indications. Anatomie palpatoire.	Illustration sur modèle, pièces anatomique et analogique.
13h30 à 14h20 (50 min)	Diagnostic des ACMA de la loge postéro-médiale assisté par échographie. Traitements manuels des ACMA loge postéro-médiale.	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie. Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
14h20 à 14h40 (20 min)	Adaptation à la Fasciite plantaire.	
14h40 à 15h00 (20 min)	Adaptation à la Périostite Tibiale.	
15h00 à 15h30 (30 min)	PAUSE	
GENOU (2h30)		
15h30 à 16h00 (30 min)	Anatomie. Physiopathologie. Indications/Contre-indications. Anatomie palpatoire.	Illustration sur modèle, pièces anatomique et analogique.
16h00 à 16h45 (45 min)	Diagnostic clinique des ACMA assisté par l'échographie. Traitements manuels ACMA du genou.	Démonstration réelle sur cobaye ; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
16h45 à 17h00 (15 min)	Diagnostic clinique ACCL assisté par l'échographie. Traitements manuels ACCL du genou.	Études de Clichés radiologiques. Tests en groupe.
17h00 à 17h30 (30 min)	Diagnostic clinique des ACCL de la tête de la fibula. Traitements manuels des ACCL de la tête de la fibula.	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie. Démonstration sur cobaye ; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
17h30 à 18h00(30 min)	Cas particulier du système méniscal.	



FORMATIONS

JOUR 2 (8h)

Durée de la séquence	Objectifs	Méthodes
BASSIN (2h30)		
8h30 à 9h30 (1h)	Anatomie. Physiopathologie. Indications / Contre-indications. Anatomie palpatoire.	Illustration sur modèle, pièce anatomique.
9h30 à 10h30 (1h)	Diagnostic et traitements manuels des ACMA (PSOAS-iliaque / Foramen Obturateur / Gluteus, Piriforme / Diaphragme).	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie.
10h30 à 10h45	PAUSE	
10h45 à 11h15 (30 min)	Cas particulier de la sacro iliaque.	Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
PUBALBGIE (1H30)		
11h15 à 11h45 (30 min)	Physiopathologie Indications/Contre-indications. Anatomie palpatoire.	Illustration sur modèle, pièces anatomique et analogique.
11h45 à 12h45 (1h)	Diagnostic clinique des ACMA des adducteurs assisté par l'échographie. Traitements manuels des adhérences des ACMA des Adducteurs. Cas particulier du Nerf Obturateur.	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie. Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
12h45 à 13h30	PAUSE REPAS	
EDUCATION THERAPEUTIQUE ET AUTO TRAITEMENT (4h)		
13h30 à 14h45(15min)	Explications théoriques pour la mise en pratique de l'auto traitement.	Illustration sur modèle, pièce anatomique / démonstrations .
13h45 à 14h15 (30 min)	Auto traitement des ACCL de la malléole fibulaire	Illustration sur pièce anatomique.
14h15 à 14h45 (30 min)	Auto traitement des ACMA et des ACCL de la cheville.	Visualisation sur échographie.
14h45 à 15h15 (30 min)	Auto traitement des tendinopathies d'Achille.	Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
15h15 à 15h45 (30 min)	Auto traitement des ACCL de la tête de la fibula.	Illustration sur pièce anatomique.
15h45 à 16h15 (30 min)	Auto traitement du système méniscal.	Visualisation sur échographie.
16h15 à 16h45 (30 min)	Auto traitement des ACCL et des ACMA dans les pubalgies.	Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
16h45 à 17h00 (15 min)	Auto traitement des Pubalgies	Illustration sur pièce anatomique. Visualisation sur échographie. Démonstration sur cobaye; puis application en binômes contrôlée par les formateurs.
17h00 à 17h30 (30 min)	Auto traitement des ACMA et des ACCL appliqué à la région pélvienne.	Démonstration réelle, puis Auto-application en binômes contrôlée par les formateurs.