



## LE LIGAMENT CROISE ANTERIEUR : de la prévention au « Return to Play »

### DEROULE PEDAGOGIQUE

**Nombre de jours** : 2 jours

**Nombre d'heures** : 14 heures

**Prérequis** : MK DE

**Formateur** : FLORIAN FORELLI

**Modalités** : Présentiel

**Objectifs** :

- Acquérir les données nouvelles théoriques, biomécaniques, physiologiques, physiopathologiques
- Savoir dépister les personnes à risques et savoir réaliser les protocoles de prévention des lésions du LCA
- Connaître les protocoles de rééducation selon les différentes phases
- Appréhender les différents systèmes d'évaluations quantitatives du LCA

**Modalités d'évaluation** : Une évaluation est réalisée en début et fin de formation pour mesurer la progression réalisée par les stagiaires. A l'issue de la formation, le stagiaire réalise une évaluation portant sur la qualité et l'organisation de la formation. La mesure de l'impact dans le programme de formation est basée sur une EPP donnée 2 mois minimum après la formation et sur un questionnaire de mesure d'impact

**Déroulé pédagogique :**

Horaires	Contenu de la séquence Objectif pédagogique de la séquence		Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
<b>1<sup>er</sup> JOUR DE FORMATION</b>				
08h30 09h00	Accueil Participants, administratif et réceptions des questionnaires recueillant les connaissances des participants avant le début de formation.	Connaître les attentes des participants	Tour de table	Questionnaire d'évaluation des connaissances préexistantes sur le sujet.
<p>La chirurgie du LCA constitue un enjeu socio-économique prédominant. La reprise du sport est un enjeu capital tout le long de la rééducation et constitue le principal objectif des patients à long terme.</p> <p>La rééducation reste du point d'orgue de la prise en charge du LCA. De la prévention des lésions et des complications, à l'évaluation quantitative, les protocoles varient et proposent grâce à la littérature scientifique actuelle, de nouvelles données qui permettent un retour à la performance de manière sécuritaire.</p> <p>Pour cela, le masseur-kinésithérapeute doit envisager la rééducation sur des bases biomécaniques et physiopathologiques solides. Il devra acquérir la pratique d'une évaluation clinique précise afin de mettre en place une rééducation ciblée et efficace.</p>				
09h00 10h30	Acquisition des données nouvelles théoriques, biomécaniques, physiologiques, physiopathologiques		Power point	Évaluation sur cette session des participant à l'aide d'un QCM en groupe...
10h30 10h45	Pause			
10h45 12h00	Dépistage des personnes à risques et protocoles de prévention des lésions du LCA		PowerPoint + Binômes	Discussion autour du retour des bilans en binômes et des protocoles mis en place en fonctions des déficiences retrouvées
<p>Cette partie aide le professionnel à être en mesure de comprendre le fonctionnement d'un genou sain et la mise en place des phénomènes pathologiques. Il maîtrisera également les bases neurophysiologiques du mouvement appliquées au domaine sportif et leurs principes de régulation.</p> <p>Il sera abordé les protocoles de prévention des lésions du LCA. Une réflexion aura lieu sur la mise en place de programme de prévention efficace basé sur la littérature scientifique. En binôme, les étudiants réaliseront les exercices des protocoles établit.</p>				
12h00 13h30	Repas			

Horaires	Contenu de la séquence Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
13h30 15h00	Rééducation: protocoles, controverses, phases	Power Point + Échanges en groupe	Évaluation sous forme de QCM en groupe sur les critères de validation des phases de rééducation
15h00 16h30	Présentation des différents outils d'analyses quantitatives	Power Point	
16h30 16h45	Pause		
16h45 18h11	Laximétrie et Stabilométrie	Binômes	Réalisation, lecture et interprétation des tests
<p>Il sera abordé les différents protocoles présents dans la littérature scientifique. L'objectif est que le professionnel soit en mesure de créer un protocole individualisé en raisonnant sur les contraintes ligamentaires en fonction des phases de transformation du transplant et de la récupération musculaire du patient</p> <p>Un temps d'échange et d'évaluation des pratiques professionnelles aura lieu. L'utilité étant d'harmoniser les pratiques professionnelles et permettront au praticien d'adapter son protocole de soins en fonction de son patient.</p> <p>Il sera essentiel d'appréhender les différents systèmes d'évaluation quantitative du LCA à savoir l'analyse spatio-temporelle de la marche, la stabilométrie, la laximétrie et l'isocinétisme</p> <p>Nous utiliserons la stabilométrie et la laximétrie (pour des raisons logistiques la marche et l'isocinétisme seront détaillés le lendemain) mais également les clés de l'analyse des résultats des différents tests et en extraire les variables utiles et pertinentes</p>			
<b>2ème JOUR DE FORMATION</b>			
09h00 10h30	Evaluation et rééducation isocinétique appliquée au genou ligamentaire: Physiologie musculaire, principes	Isocinétique	QCM en groupe sur les modalités de réalisation des tests isocinétiques
10h30 10h45	Pause		
10h45 12h00	Evaluation de la marche et rééducation appliquée au genou ligamentaire : Protocole dans le LCA	Power Point + Binômes	Réalisation d'une analyse de marche avec un dispositif médical, lecture et interprétations
Après un bref rappel sur la physiologie musculaire, il s'agira de maîtriser les notions d'évaluation et de renforcement musculaire isocinétique appliqués au genou ligamentaire. Toutes ces notions seront justifiées au regard de la littérature scientifique.			

<b>Horaires</b>	<b>Contenu de la séquence Objectif pédagogique de la séquence</b>	<b>Méthodes, moyens pédagogiques</b>	<b>MOYENS D'EVALUATION</b>
12h00 13h30	Repas		
13h30 16h00	Evaluation et rééducation isocinétique appliquée au genou ligamentaire : Protocole dans le LCA	Binômes	Réalisation d'une analyse isocinétique, lecture et interprétations
16h00 16h15	Pause		
16h15 18h00	Tests fonctionnels et échelles	Power Point + Binômes	Réalisation des tests et interprétations Questionnaire nominatif d'évaluation des connaissances acquises lors de formations Questionnaire anonyme d'évaluation de la formation