



PRISE EN CHARGE DU COVID LONG par le Kinésithérapeute Libéral

DEROULE PEDAGOGIQUE

Nombre de jours : 2 jours

Nombre d'heures : 16 heures

Pré-requis : MK DE

Formateur :

Vincent LE TALLEC

MK DE

Spécialisé en kinésithérapie respiratoire

Modalité : Présentiel

Objectifs :

Cette formation a pour objectif global de permettre au MK d'intégrer dans sa rééducation une prise en charge efficace, adaptée et sécurisée pour le patient atteint de COVID long, en prenant en compte les dernières données de la science (recommandation HAS), les textes législatifs en vigueur (Loi HPST, code de déontologie)

A l'issue de cette formation, le MK aura acquis les compétences pour :

- Evaluer de manière globale le handicap de son patient en utilisant les outils validés
- Elaborer un programme complet individualisé d'exercices physique en endurance et en force dans le COVID long
- Evaluer et traiter par l'éducation un possible syndrome d'hyperventilation persistant secondaire à la COVID
- Evaluer et traiter les troubles de l'équilibre persistant secondaire à la COVID
- Faire le bilan des autres troubles cognitifs ou neuromoteurs
- Communiquer efficacement avec les autres intervenants
- Former son patient à l'autogestion de son activité physique journalière

Modalités d'évaluation :

En début de formation :

Une évaluation subjective de 5 minutes (les participants se placent sur une échelle visuelle analogique géante en fonction de ce qu'ils pensent avoir comme niveau théorique puis pratique sur le COVID-long)

Une évaluation objective de 10 minutes (un questionnaire nominatif écrit).

En cours de formation :

Chaque séquence de la formation est évalué soit sous forme de questionnaire Kahoot soit par le formateur en direct

NB : Kahoot est une plate-forme d'apprentissage utilisée comme technologie éducative dans les écoles et autres établissements d'enseignement. Ces « jeux d'apprentissage Kahoot », sont des questionnaires à choix multiples qui permettent à plusieurs utilisateurs de répondre simultanément.

En fin de formation :

Un questionnaire d'évaluation des connaissances (kirkpatrick niveau 2) sous forme de KAHOOT et sous format papier

Un questionnaire de satisfaction anonyme (kirkpatrick niveau 1) sous format papier

Un questionnaire de d'évaluation pédagogique anonyme (kirkpatrick niveau 2)

3 mois après la formation

Un questionnaire évaluant la mise en application des savoirs appris lors de cette formation (kirkpatrick niveau 4)

Déroulé pédagogique :

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
1^{er} JOUR DE FORMATION				
REENTRAINEMENT A L'EFFORT DANS UN CONTEXTE COVID LONG				
08H30 - 09H50	Accueil des participants	Lister les attentes des stagiaires	Tour de table Distribution des polycopiés et fiches	Emargement
09h50 - 09h10	SEQUENCE 1 Évaluation des participants : évaluation subjective 5' (les participants se placent sur une échelle visuelle analogique géante en fonction de ce qu'ils pensent avoir comme niveau théorique puis pratique sur la bronchiolite) et évaluation objective 15' (par un questionnaire de début de stage)	Evaluation des participants	Tour de table	Evaluation de préformation
09h10 - 09h30	SEQUENCE 2 Brainstorming sur le COVID-long	Déconstruire les fausses idées et se servir de leurs apports comme point d'ancrage pour faciliter l'apprentissage	Méthode expérientielle Brainstorming Outils : Tableau blanc ou paperboard	QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée
09h30 - 10h00	SEQUENCE 3 Définition et explication du COVID-long, bilan initiale d'un patient COVID-long, les recommandations HAS sur le COVID-long	Comprendre le COVID-long et connaitre les recommandations (HAS...), les règles d'hygiène	Méthode expositive (magistrale) Exposé (diaporama) Outils : Vidéoprojecteur avec son support de projection	QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée
10h00 - 10h20	Pause			

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
10h20 - 12h20	<p>SEQUENCE 4</p> <p>Construction du bilan en vue d'un réentraînement à l'effort et d'une réhabilitation respiratoire</p> <p>Tous les items du bilan ainsi que leurs interprétations. Les stagiaires travailleront dans un premier temps (1H20) en sous-groupe à la recherche des différents items à inclure dans ce bilan puis à expliquer chaque item (physiopathologie de l'item). Dans un deuxième temps (40minutes) chaque sous-groupe passera à l'oral pour présenter son bilan et le comparer avec celui des autres. Dans un troisième et dernier temps (1H), le formateur rajoutera les items oubliés ou approfondira ceux déjà présentés et enseignera le raisonnement clinique en partant du bilan pour arriver à la construction logique du plan de traitement qui en découle (2H de travail en sous-groupe de 10H20 à 12H20 puis 1H de diaporama récapitulatif de 13H30 à 14H30)</p>	<p>Savoir réaliser et interpréter un bilan d'un patient COVID-long en vue de la création d'un programme de réentraînement à l'effort et d'une réhabilitation respiratoire. Le stagiaire sera en mesure d'avoir un raisonnement clinique clair et précis suite à l'évaluation global du handicap (y compris troubles de l'équilibre et troubles cognitifs voire neuromoteurs) de son patient en utilisant des outils validés. Le stagiaire sera en mesure à partir de son bilan, d'élaborer un programme complet individualisé d'exercices physiques en endurance et en force.</p>	<p>Travail de groupe avec la méthode découverte puis méthode expositive (magistrale).</p> <p>La méthode interrogative pourra être utilisée si les stagiaires bloquent sur certains items du bilan</p> <p>Chaque sous-groupe aura des marqueurs et un post-it format géant pour y reporter les items. Puis grâce à un diaporama, nous récapitulerons l'ensemble des items attendus ainsi que leur physiopathologie</p> <p>Outils :</p> <p>Post-it géants, marqueurs, paperboard, vidéoprojecteur avec son support de projection</p>	<p>QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée</p>
12h20 - 12h30	<p>Tour de table pour voir si tout va bien, si personne n'est perdu, et pour écouter les éventuelles remarques des stagiaires</p>		<p>Tour de table</p>	
12h30 - 13h30	<p>Déjeuner</p>			

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
13h30 - 16h15	SEQUENCE 5 Travaux pratiques en groupe entier TP1 sur le TDM6' - 30 minutes Test de marche de 6 minutes)	Savoir réaliser un TDM6' sans erreur, et en toute sécurité (chaque stagiaire jouera alternativement le rôle du patient puis celui du kiné en binôme).	Méthode active expérientielle (ou expérimentale). jeux de rôle Outils : Mètre ruban de 20m, plots, saturomètre avec fréquence cardiaque, bilan de TDM6'	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	TP2 sur l'évaluation de la Pimax (pression inspiratoire maximale pour une évaluation indirecte de la force du diaphragme) Mesure de la pression maximale inspiratoire	Savoir réaliser une évaluation de la force du diaphragme par une mesure de la Pimax (certains stagiaires joueront alternativement le rôle du patient puis celui du kiné en binôme).	Méthode démonstrative Jeux de rôle Outils : Appareil « microRPM »	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	TP3 sur le réentraînement respiratoire en force et en endurance des muscles inspireurs Démonstration de l'utilisation du Spirotiger et du Threshold IMT	Savoir réaliser un entraînement en force et en endurance du diaphragme. Savoir régler la pression de travail en fonction de la Pimax mesurée	Méthode démonstrative Expérimentation Outils : Threshold IMT et Spirotiger	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	TP4 sur l'obtention de la fréquence cardiaque cible de réentraînement à l'effort Exemples d'EFX et de TDM6'de différents patients	Maitriser la lecture et le décodage des EFX. Le stagiaire pourra lire les EFX et connaitre la fréquence cardiaque cible de réentraînement à l'effort. En l'absence d'EFX le stagiaire sera aussi capable de calculer cette fréquence cardiaque cible avec le résultat du TDM6'	Démarche inductive avec méthode découverte active expérientielle. Etudes de cas Outils : Fiches plastifiées d'EFX de patients et fiche bilan de TDM6'	Par le formateur en direct lors de l'atelier

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
	<p>TP5 sur les tests d'évaluations de la capacité à l'effort (ex : test de relevé de chaise de 1 minute...), évaluation de la fatigue, de l'activité physique, évaluation des activités ou des incapacités fonctionnelles (TUG...)</p> <p>expérimentation des différents tests physique et papier et résumé des exercices pouvant entrer dans le plan d'autogestion des patients dans leur activité physique journalière</p>	<p>Le stagiaire sera en mesure d'évaluer la capacité à l'effort (test de relevé de chaise de 1 minute...), évaluer l'équilibre (TUG : timed up and go), évaluer la fatigue (échelle de Chader), évaluer la dyspnée (échelle de dyspnée mMRC), évaluer l'activité physique (Ricci et Gagnon). Ce TP permettra aussi de mettre en place un plan d'autogestion des patients dans leur activité physique journalière</p>	<p>Démarche expérientielle Expérimentation Outils : Fiches plastifiées avec les différents tests avec que le matériel nécessaire qui s'y rapporte</p>	<p>Par le formateur en direct lors de l'atelier</p>
	<p>TP6 sur le choix et l'utilisation des évaluations de la qualité de vie liée à la santé, évaluation de l'anxiété de la dépression, évaluation motivationnelle</p> <p>Evaluations de la qualité de vie liée à la santé, évaluation de l'anxiété de la dépression, évaluation motivationnelle</p>	<p>Les stagiaires devront connaitre quand et comment remplir les différents tests et grilles d'évaluation. Le stagiaire sera en mesure d'évaluer la qualité de vie lié à la santé (SF-12, St George), évaluer l'anxiété et la dépression (échelle HAD), évaluer la présence d'un syndrome d'hyperventilation (CF 2^e journée), évaluer la présence d'une atteinte cognitive (score MoCA), évaluer la présence de douleur et de douleur neuropathiques (EVA, DN4). Beaucoup de ces tests permettront au masseur-kinésithérapeute de communiquer plus facilement et d'envoyer plus précisément à d'autres intervenants comme le psychologue, le pneumologue, le neurologue</p>	<p>Méthode active de découverte expérientielle Expérimentation Outils : Différents tests et grilles d'évaluation</p>	<p>Par le formateur en direct lors de l'atelier</p>
16h30 - 16h50	Pause			

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
16h50 - 17h30	SEQUENCE N° 6 Clôture de cette 1^{ère} journée Tour de table et questions diverses posées par les stagiaires, Réalisation d'une nouvelle carte mentale sur le même thème pour que le stagiaire prenne conscience de ce qu'il vient d'apprendre			
2^{ème} JOUR DE FORMATION				
SYNDROME D'HYPERVENTILATION D'ANS LE CONTEXTE DE COVID LONG				
08h30 - 08h40	Accueil des participants, émargement et distribution des polycopiés et fiches		Tour de table Distribution des polycopiés et fiches	Emargement
08h40 - 09h00	SEQUENCE 7 Evaluations de départ Évaluation des participants : évaluation subjective 5' (les participants se placent sur une échelle visuelle analogique géante en fonction de ce qu'ils pensent avoir comme niveau théorique puis pratique sur la réhabilitation respiratoire) et évaluation objective 10' (par un questionnaire de début de stage) ainsi que réalisation d'une carte mentale (état des lieux de leurs connaissances) 5'.	Evaluation des participants	Tour de table	Evaluation de préformation
09h00 - 09h20	SEQUENCE 8 Brainstorming sur le syndrome d'hyperventilation lors d'un COVID long	Déconstruire les fausses idées et se servir de leurs apports comme point d'ancrage pour faciliter l'apprentissage	Méthode expérimentale Brainstorming Outils : Tableau blanc ou paperboard	QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée
09h20 - 10h30	SEQUENCE 9 Définition et explication du syndrome d'hyperventilation, les recommandations HAS	Comprendre le syndrome d'hyperventilation lors d'un COVID-long et connaître les recommandations (HAS...).	Méthode expositive (magistrale) Exposé (diaporama) Outils : Vidéoprojecteur avec son support de projection	QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
10h30 - 10h40	Pause			
10h40 - 12h20	<p>SEQUENCE 10 Construction du bilan d'un syndrome d'hyperventilation dans un contexte de COVID long</p> <p>Tous les items du bilan ainsi que leurs interprétations. Les stagiaires travailleront dans un premier temps (1H) en sous-groupe à la recherche des différents items à inclure dans ce bilan puis à expliquer chaque item (physiopathologie de l'item). Dans un deuxième temps (40minutes) chaque sous-groupe passera à l'oral pour présenter son bilan et le comparer avec celui des autres. Dans un troisième et dernier temps (20minutes), le formateur rajoutera les items oubliés ou approfondira ceux déjà présentés et enseignera le raisonnement clinique en partant du bilan pour arriver à la construction logique du plan de traitement qui en découle</p> <p>Durée : 2 heures (2H de travail en sous-groupe de 11H20 à 12H20 et 13H30 à 14H10 puis 20minutes de diaporama récapitulatif de 14H10 à 14H30)</p>	<p>Savoir réaliser et interpréter un bilan d'un patient COVID-long en vue de la création d'un programme de réentraînement à l'effort et d'une réhabilitation respiratoire. Le stagiaire sera en mesure d'avoir un raisonnement clinique clair et précis suite à l'évaluation global du handicap (y compris troubles de l'équilibre et troubles cognitifs voire neuromoteurs) de son patient en utilisant des outils validés. Le stagiaire sera en mesure à partir de son bilan, d'élaborer un programme complet individualisé d'exercices physiques en endurance et en force</p>	<p>Travail de groupe avec la méthode découverte puis méthode expositive (magistrale). La méthode interrogative pourra être utilisée si les stagiaires bloquent sur certains items du bilan. Chaque sous-groupe aura des marqueurs et un post-it format géant pour y reporter les items. Puis grâce à un diaporama, nous récapitulerons l'ensemble des items attendus ainsi que leur physiopathologie. Outils : Post-it géants, marqueurs, paperboard, vidéoprojecteur avec son support de projection.</p>	<p>QCM avec l'application KAHOOT en fin de journée</p>
12H20 - 12H30	Tour de table pour voir si tout va bien, si personne n'est perdu, et pour écouter les éventuelles remarques de stagiaires.		Tour de table	
12h30 - 13h30	Déjeuner			

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
13h30 - 16h30	<p>SEQUENCE 11</p> <p>Travaux pratiques réalisé en 6 sous-groupes qui chargeront d'atelier toutes les 20 minutes</p> <p>TP7 sur l'utilisation du capnographe et sur la réalisation d'un test d'hyperventilation volontaire</p> <p>Réalisation en binôme d'un test d'hyperventilation volontaire (chaque stagiaire jouera alternativement le rôle du patient puis celui du kiné).</p>	Savoir utiliser un capnographe lors d'un test d'hyperventilation volontaire	<p>Méthode démonstrative</p> <p>Jeux de rôle</p> <p>Outils :</p> <p>Capnographe et fiche bilan</p>	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	<p>TP8 sur les techniques d'hypoventilation volontaire</p> <p>Une dizaine d'exercices de difficultés croissantes</p>	Savoir apprendre aux patients l'hypoventilation volontaire	<p>Méthode démonstrative</p> <p>Epérimentation</p> <p>Outils :</p> <p>Fiches plastifiées des différents exercices en progression des techniques d'hypoventilation volontaire (11 exercices)</p>	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	<p>TP9 sur la respiration abdomino-diaphragmatique avec des ceintures en feedback</p> <p>Méthode d'apprentissage de la respiration abdomino-diaphragmatique avec des difficultés croissante (au repos puis à l'effort) jusqu'à l'utilisation de cette respiration dans les AVQ. (chaque stagiaire jouera alternativement le rôle du patient puis celui du kiné).</p>	Savoir réaliser un apprentissage progressif de la respiration abdomino-diaphragmatique à l'aide de plusieurs ceintures pour le feedback puis sans ce feedback.	<p>Méthode expérientielle.</p> <p>Jeux de rôle.</p> <p>Outils :</p> <p>Ceintures d'apprentissage spécifiques avec traqueur Bluetooth (ceintures thoracique, abdominale et pelvienne)</p>	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	<p>TP 10 sur les exercices d'étirement du diaphragme</p> <p>10 exercices d'assouplissement et d'étirement du diaphragme</p>	Le stagiaire pourra enseigner les techniques d'étirement du diaphragme	<p>Méthode démonstrative</p> <p>Epérimentation</p> <p>Outils :</p> <p>Fiches avec les consignes et tapis de sol pour la réalisation de ceux-ci</p>	Par le formateur en direct lors de l'atelier

Horaires	Contenu de la séquence	Objectif pédagogique de la séquence	Méthodes, moyens pédagogiques	MOYENS D'EVALUATION
	TP11 sur la technique d'hyperventilation volontaire avec rétention du souffle (pour les cas d'hyperventilation récalcitrant). déroulé de cette technique avec 40 ventilations maximale suivie d'une apnée maximale poumon au trois quart vide puis inspiration maximale avec apnée de 15 secondes poumons pleins	Le stagiaire sera en mesure d'apprendre aux patients la technique d'hyperventilation volontaire avec rétention du souffle	Méthode démonstrative L'expérimentation. Outils : Fiches plastifiées avec la description de la technique et tapis de sol pour la réalisation de celle-ci.	Par le formateur en direct lors de l'atelier
	TP12 sur des études de cas et sur l'utilisation du bilan présentations de cas concrets vu par le formateur lors de rééducation dans son cabinet	Les stagiaires connaîtront différents cas avec prise en charge différente et adaptée, et seront familiarisés avec le bilan. Ils seront capables d'avoir un raisonnement clinique du bilan jusqu'au traitement	Méthode expérientielle. Etude de cas et conseil mutuel. Outils : bilan et fiches plastifiées pour chaque cas	Par le formateur en direct lors de l'atelier
16H30 - 16H40	Pause			
16h40 - 17h30	SEQUENCE 12 Clôture de cette 2^{ème} journée et clôture de la formation Tour de table et questions diverses posées par les stagiaires, Réalisation d'une nouvelle carte mentale sur le même thème pour que le stagiaire prenne conscience de ce qu'il vient d'apprendre			questionnaire d'évaluation des connaissances (kirkpatrick niv2) sous forme de KAHOOT et sous format papier questionnaire de satisfaction (kirkpatrick niv1) de fin de stage sur feuilles papier, distribution des attestations de présence. Il y aura un envoi 3 mois après la formation d'un questionnaire évaluant la mise en application des savoirs appris lors de cette formation (kirkpatrick niv 4)