LES TENDINOPATHIES DE L'EPAULE : Bilan, conduite thérapeutique et autonomisation du patient

DEROULE PEDAGOGIQUE

Nombre de jours : 2 jours
Nombre d'heures : 13 heures
Pré requis : MK DE
Formateur : ERIC MARTIN / MK DE. Formateur Epaule depuis 2012
Modalités : Présentiel
Objectifs :
Objectifs généraux :

- Améliorer les pratiques dans une thématique, « les tendinopathies de l'épaule », atteintes de l'appareil musculo squelettique très fréquemment rencontrées dans l'activité quotidienne des MK ;
- Proposer une prise en charge qui permette une autonomie la plus rapide possible du patient ;
- construire un programme de soins avec la participation active du patient, aux différentes phases.
- Prévenir les récidives grâce à un programme d'auto rééducation e et de prévention en fin de traitement

Objectifs spécifiques :
Cette formation présentielle permettra aux kinésithérapeutes de :

- Réaliser et maîtriser un bilan validé.
- Reconnaître les symptômes, les signes cliniques et de décrire la pathologie tendineuse.
- Produire un raisonnement clinique.
- Mettre en place une stratégie thérapeutique avec une participation active du patient.
- Construire un traitement à partir du bilan en proposant des exercices adaptés.
- De proposer des exercices d'auto-rééducation afin d'autonomiser le patient.
- De mettre en œuvre une action de prévention des récidives grâce à un programme d'auto rééducation post soin.

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.

DEROULE PEDAGOGIQUE DE LA FORMATION

1ère Journée.

09:00 – 09:30 :	Accueil et échange autour des besoins en formation – Présentation de la formation.
09:30 – 10:30 :	Le contexte, Anatomie fonctionnelle
10:30 – 12:30 :	Questionnement et construction collaborative du bilan de l'épaule
12:30 – 14:00 :	Pause déjeuner
14:00 – 16:00 :	Apport théorique, critique des tests spéciaux, la modification de symptômes, évaluation de la force musculaire de la coiffe des rotateurs (Karen Ginn)
16:00 - 16:45:	Le renforcement musculaire et programme de prévention des récidives
16:45 - 17:00 :	Evaluation formative (Kahoot)

2ème Journée.

09:00 – 10:15 :	Révision du bilan
10:15 – 12 :00 :	Recherche collaborative et proposition d'exercice de la coiffe des rotateurs recherche et proposition d'exercice à réaliser en par le patient afin de le rendre autonome.
12 :00– 12 :30 :	Physiopathologie
12:30 – 14:00 :	Pause déjeuner
14:00 – 15 :00 :	Physiopathologie et critères d'évaluation de fin de rééducation.
15:00 – 16 :30 :	Mises en situation résolution collaborative de cas clinique construction de programmes d'auto-rééducation post soins
16:30 – 17:00 :	Bilan de la formation – Evaluation de la formation.

Scénario pédagogique

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 1 : Le contexte L'anatomie de l'épaule ostéologie, myologie, anatomie fonctionnelle. *Objectifs pédagogiques (compétences)* ✓ Citer les muscles de l'épaule. ✓ Décrire leurs fonctions. ✓ Décrire les articulations et leurs interactions.	Activité 1 : Présentation des intervenants et leurs attentes.	Icebreaker.	20mn	Poll everywhere	Constitution de binômes et présentation Lecture du QR code Lister ses attentes par un mot.
	Activité 2 : Présentation du formateur ainsi que du plan chronologique de la formation.		10mn	Diaporama	
	Activité 3 : Le contexte de l'épaule douloureuse.	Exposé. Apport théorique.	15mn	Diaporama	
	Activité 4 : Anatomie fonctionnelle.	Questionnement. Exposé. Apport théorique.	45mn	Diaporama	Dérivez le rôle de la coiffe des rotateurs.

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 2 : Le bilan de l'épaule. *Objectifs pédagogiques (compétences)* ✓ Construire un bilan. ✓ Organiser un bilan. ✓ Conduire une anamnèse. ✓ Observer un patient en statique et en dynamique. ✓ Utiliser des tests spécifiques. ✓ Avoir un regard critique. ✓ Évaluer les faiblesses musculaires. ✓ Proposer un diagnostic kiné.	Activité 1 : travail collaboratif pour définir un bilan d'épaule complet.	Tableau collaboratif Organiser les résultats. Créer différents groupes (anamnèse, mobilité, tests, force, l'imagerie).	30mn	Tableau collaboratif post it.	Trouvez les éléments constitutifs du bilan de l'épaule.
	Activité 2 : après le travail collaboratif et réflexif de l'activité 1 créer 5 groupes de travail sur les thèmes ressorti ✓ 1 l'anamnèse. ✓ 2 le mouvement et l'évaluation de la mobilité. ✓ 3 les tests spécifiques. ✓ 4 la force. ✓ 5 l'imagerie.	Travail réflexif et présentation.	2H00	Présentation orale devant les autres groupes.	Décrire le fond la forme avoir un regard critique présentation des résultats de chaque groupe.
	Activité 3 : construction d'un bilan judicieux et cohérant, en intégrant la production des apprenants aux données actuelles Introduction à la modification de symptômes.	Pratique du bilan à partir des apports théoriques (Exposé).	2H00	Diaporama	Pratique par binôme.

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 3 : Le renforcement musculaire. *Objectifs pédagogiques* *(Compétences)* ✓ Connaître les principes du renforcement musculaire. ✓ Connaître les effets de la fatigue musculaire sur l'espace sous acromiale. ✓ Identifier les critères de la bonne réalisation d'un exercice	Activité 1 : Comment et pourquoi faire un renforcement adapté de la coiffe des rotateurs.	Exposé.	30mn	Diaporama	
	Activité 2 : Programme de prévention des récidives Exercices d'autonomisations	Exposé	15mn	Diaporama Vidéo	
SEANCE 4 : Evaluation de la journée.	Evaluation formative en ligne via leur smartphone		15mn	Kahoot	Consignes et explications d'un Kahoot.
FIN DE LA PREMIERE JOURNEE					

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 5 : Révision du bilan. *Objectifs pédagogiques (compétences)* ✓ Proposer un bilan. ✓ Organiser un bilan. ✓ Reproduire les tests.	Construction du bilan de l'épaule douloureuse de façon collaborative	Mise en situation Présentation par un apprenant et son cobaye d'une partie du bilan à l'ensemble du groupe.	1h15	Paper board	Rotation des apprenants et des cobayes.
SEANCE 6 : Proposition d'exercices. *Objectifs pédagogiques (compétences)* ✓ Identifier et appliquer les courses musculaires ✓ Identifier et appliquer les modes de contraction. ✓ Reconnaître les différentes fonctions de la coiffe. ✓ Proposer une progression d'exercices. ✓ Identifier l'exercice adapté.	Activité 1 : à partir de la consigne, proposer des exercices intégrant une progression logique.	Travail collaboratif par groupe de 3.	15mn		
	Activité 2 : présentation à l'ensemble des groupes du travail de l'activité 1 et justification de vos choix	Travail collaboratif. Correction collaborative. Discussion des choix. Autres propositions.	1H30	Présentation orale. Utilisation du matériel disponible (table, ballon, poids, élastique...).	L'animateur présente le travail et le cobaye fait les exercices.

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 8 : Physiopathologie des tendinopathies de l'épaule . *Objectifs pédagogiques (compétences)* ✓ Reconnaître les symptômes. ✓ Comprendre la pathologie. ✓ Décrire la pathologie tendineuse. ✓ Décrire la chirurgie de la coiffe. ✓ Décrire la chirurgie des prothèses inversées.	Activité 1 : Les 9 vérités sur les tendinopathies. Présentation de l'article de Peter Malliaras.	Exposé.	15mn	Diaporama	
	Activité 2 : Patho-étiologie • Tendinopathies calcifiantes. • Tendinopathies non rompues. • Tendinopathies rompues.	Exposé.	30mn	Diaporama	
	Activité 3 : classification des tendinopathies.	Exposé.	15mn	Diaporama	
	Activité 4 : la chirurgie de la coiffe et de la prothèse inversée.	Travail réflexif et collaboratif global.	30mn	Diaporama vidéos	Echanges sur l'actualité chirurgicale de l'épaule
SEANCE 9 : cas cliniques. *Objectifs pédagogiques (Compétences)* ✓ Adopter les mécanismes du raisonnement clinique. ✓ Construire un traitement et de justifier ses choix. ✓ Co-construction avec le patient un programme thérapeutique essentiellement actif ✓ Être capable de construire et de donner des exercices d'auto-rééducation. ✓ Construire un programme d'auto rééducation post soins adaptés.	Activité 1 : Cas clinique 1 Proposition de traitement. Discussion.	Travail réflexif et collaboratif global. Mise en situation	45mn	Diaporama Vidéo	
	Activité 2 : Cas clinique 2 Proposition de traitement. Discussion.	Travail réflexif et collaboratif global. Mise en situation	45mn	Diaporama Vidéo	

• TITRE SEANCE • Objectifs • Présence /distance	Activités pédagogiques	Suivi et exploitation pédagogique des travaux / exercices / évaluations	Durée	Supports/outils	Consignes
SEANCE 10 : Evaluation de la formation.	Activité 1 : Evaluation formative en ligne via leur smartphone.		15mn	Kahoot	Consigne et explication d'un Kahoot
	Activité 2 : Synthèse et perspectives du management thérapeutique de l'épaule	Retour d'expérience de chacun et partage sur notre thème.	15mn	Poll everywhere	
FIN DE LA DEUXIEME JOURNEE FIN DE LA FORMATION					