

LES LOMBALGIES

Diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation

PROGRAMME

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

JOUR 1

9h00-9h45	Le modèle bio-psycho-social, l'evidence based practice, neurophysiologie de la douleur
9h45-10h15	Catalogue d'hypothèses, épidémiologie, classifications, facteurs de risque et pronostic
10h15-10h30	Pause
10h30-12h15	Anatomie descriptive, cinésiologie et anatomie de surface
12h15-13h15	Pause déjeuner
13h15-14h15	Interrogatoire semi-dirigé, body chart, drapeaux jaunes, différents types de douleur selon l'IASP, évaluation de l'engagement du patient (auto-efficacité)
14h15-15h15	Abord des drapeaux rouges selon l'acronyme VIT-N-VIT
15h15-15h30	Pause
15h30-16h30	Bilan musculaire : palpation, évaluation de la coordination, de l'endurance et de la force pour les extenseurs lombaires, les fléchisseurs lombaires, les fléchisseurs de hanche, les extenseurs de hanche, les abducteurs de hanche
16h30-17h30	Bilan articulaire lombaire, sacro-iliaque et hanche, abord des mouvements physiologiques et accessoires, recherche de marqueurs symptomatiques

LES LOMBALGIES

Diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation

PROGRAMME

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

JOUR 2

9h00-10h00	Bilan neurologique et neurodynamique pour le nerf sciatique et le nerf crural (palpation du nerf, mise en tension, neurogymnastique)
10h00-10h30	Phénotype nociplastique, kinésiophobie, peur évitement, croyances et catastrophisme
10h30-10h45	Pause
10h45-11h15	Recommandations JOSPT et HAS selon les tableaux cliniques
11h15-12h15	Placebo et potentialisation des effets contextuels, lutte contre croyances, peur évitement, catastrophisme, travail sur l'engagement du patient
12h15-13h15	Pause déjeuner
13h15-15h15	Techniques articulaires passives : mobilisations physiologiques et spécifiques lombo-pelviennes (PA lombaires, lumbarol, Chicago modifié). Techniques actives de modulation symptomatiques : mouvements répétés, mobilisation avec mouvement
15h15-15h30	Pause
15h30-17h30	Exercices à visée de gain de mobilité : gain de mobilité du complexe lombo-pelvi-fémoral

LES LOMBALGIES

Diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation

PROGRAMME

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

JOUR 3

9h00-9h45	Levées de tension musculaires, techniques sur muscles lombo-pelviens et proposition d'auto-étirements
9h45-10h15	Trigger point : approche hands-on par le praticien et enseignement au patient en tant que technique d'auto-modulation de la douleur
10h15-10h30	Pause
10h30-11h15	Exercices à visée de renforcement musculaire : extenseurs lombo-pelviens, transverse de l'abdomen, abdominaux superficiels, muscles fessiers, muscles de la cuisse
11h15-11h45	Théorie sur le contrôle moteur, application au rachis lombo-pelvien, exercices pertinents et appropriation par le patient
11h45-12h15	Exercices permettant de lutter contre la kinésiophobie
12h15-13h15	Pause déjeuner
13h15-14h00	Cas clinique en atelier : la douleur neurogénique de type sciatalgie. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
14h00-14h45	Cas clinique en atelier : douleur à dominante nociceptive d'origine zygapophysaire. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
14h35-15h15	Cas clinique en atelier : douleur d'origine sacro-iliaque. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
15h15-15h30	Pause
15h30-16h30	Cas clinique en atelier : douleur à dominante nociceptive d'origine discale. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
16h30-17h30	Cas clinique en atelier : douleur à dominante nociplastique. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient

LES LOMBALGIES

Diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation

PROGRAMME

Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Connaître la neurophysiologie de la douleur et savoir l'adapter en pratique clinique
- Maîtriser le diagnostic d'exclusion et le diagnostic différentiel
- Être capable d'interroger le patient afin de déterminer ses attentes et son niveau d'auto-efficacité
- Mettre en place des stratégies d'éducation thérapeutique
- Connaître les recommandations françaises et internationales
- Choisir et doser les techniques passives de modulation symptomatique sans créer d'addiction à celles-ci
- Orienter le patient, dès que possible, vers un abord actif spécifique et progressif
- Établir un programme d'auto-rééducation individualisé en partenariat avec le patient

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Elle alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'ation

- Signatures des feuilles d'émargement par demie-journées pour les 3 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

LES LOMBALGIES

Diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation

PROGRAMME

Appréciation des résultats de l'action

Chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction et les acquisitions des connaissances seront évaluées et les résultats transmis aux participants.

Modalités d'évaluation

- En début de formation, la remise au participants d'un pré-questionnaire permettra de répondre aux questions éventuelles. Ce questionnaire permettra servira également d'évaluation des compétences. Une analyse des besoins de chaque participant sera effectuée en début de session.
- Au cours de la formation, quizz, cas pratiques en binôme supervisés par le formateur
- En fin de journée, un post-test afin de voir les acquisitions voire les problèmes restants des participants ainsi qu'un questionnaire de satisfaction

Modalités de la formation

- Durée - 3 jours - 21h - Présentiel - dans une salle de réunion avec 1 table de massage pour 2 stagiaires + matériel de vidéo-projection + matériel nécessaire à la formation
- 16 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Date : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 770€ - Prise en charge DPC et FIF PL possible

Formateur

- Fabrice BARILLEC
- MKDE en libéral depuis 2001
- Nombreuses publications et participations à des congrès en tant que formateur en cervicalgies et thérapie manuelle

Version du 08/11/2023