

# LA CHEVILLE TRAUMATIQUE

## PROGRAMME

---

2 journées - 15 h - Massamba M'BAYE & Romain TOURILLON

### JOUR 1

8h30-9h10	Introduction de la formation, verbalisation des objectifs des stagiaires, questionnaire pré formation (MM - RT)
9h10-9h20	Épidémiologie : la cascade catastrophique, de l'entorse initiale à la récurrence, de l'instabilité chronique à l'arthrose post traumatique (MM)
9h20-10h30	Les différents mécanismes lésionnels de l'entorse de cheville (MM)
10h30-10h45	Pause
10h45-11h	Évaluer l'œdème et le prendre en charge (RT)
11h-11h30	Rappel anatomique par un jeu (RT)
11h30-12h00	Bilan ligamentaire de la syndesmose (RT)
12h00-13h	Pause repas
13h-15h	Bilan ligamentaires et lésions associées : (MM) <ul style="list-style-type: none"><li>- Bilan ligamentaire du compartiment externe</li><li>- Quelle est l'origine de cette problématique ?</li></ul>
15h-15h30	Bilan ligamentaires et lésions associées : (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- Les œdèmes osseux post traumatique</li><li>- Les pathologies du carrefour postérieur</li><li>- Autres lésions associées</li><li>- Les atteintes du système nerveux périphériques</li></ul>
15h30-15h45	Pause
15h45-15h55	Synthèse du bilan clinique + apport des questionnaires (MM)
15h55-16h05	La phase aiguë. (au cabinet et en autonomie) (RT)
16h05-17h15	Problématique sensori-motrice : théorie et pratique (MM) <ul style="list-style-type: none"><li>- 4 ateliers visant à mettre en place des stratégies d'amélioration des afférences sensorielles.</li></ul>
17h15-18h	Thérapie manuelle tibio-fibulaire : théorie et pratique (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- Introduction à la partie thérapie manuelle : intérêts et limites</li><li>- Thérapie manuelle tibio-fibulaire inférieur</li><li>- Autonomisation par des techniques d'automobilisation</li></ul>

# LA CHEVILLE TRAUMATIQUE

## PROGRAMME

---

### JOUR 2

8h30-8h35	Introduction de la 2ème journée de formation (MM)
8h35-10h10	Récupération de la mobilité en flexion dorsale : théorie et pratique. (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- L'impact de la restriction de flexion dorsale et ses mécanismes</li><li>- Les outils d'évaluation de la flexion dorsale</li><li>- Techniques de thérapie manuelle directe et indirecte</li><li>- Maintien des gains d'amplitude par des techniques d'autonomisation</li></ul>
10h10-10h30	Thérapie manuelle catégorie « autres » (MM)
10h30-10h45	Pause
10h45-12h	Rééducation basée sur l'évaluation : les outils. (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- Évaluation du contrôle posturale statique et dynamique</li><li>- Évaluation de la force musculaire</li><li>- Évaluation de la force réactive</li></ul>
12h-13h30	Pause repas
13h30-14h55	Rééducation basée sur l'évaluation : Ateliers pratiques + cas cliniques (MM)
14h55-15h45	Les solutions thérapeutiques pour l'amélioration : théorie et pratique (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- De la force musculaire</li><li>- Du contrôle postural</li><li>- Que faire au cabinet ? que faire à la maison ?</li></ul>
15h45-16h	Pause
16h-16h45	Rééducation du système sensori-moteur dans les tâches explosives et dynamiques : (MM) <ul style="list-style-type: none"><li>- Activités de marche et de course</li><li>- Activités de saut et de réception</li><li>- Activités de changement de direction</li></ul>
16h45-17h10	Rééducation dans des tâches non contrôlés : (RT) <ul style="list-style-type: none"><li>- Concept d'intégration sensorimotrice</li><li>- Concept de rééducation neuro-cognitive</li><li>- Mise en place de situation de rééducation spécifiques</li></ul>
17h10-17h20	Synthèse : la prévention des récurrences dans la durée (MM)
17h20-17h30	Questionnaire post formation + conclusion (MM - RT)

# LA CHEVILLE TRAUMATIQUE

## PROGRAMME

---

### Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

### Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

### Objectifs

- Repérer cliniquement les drapeaux rouges dans le cadre d'une prise en charge en première intention d'un traumatisme de cheville afin de les orienter efficacement
- Mener un bilan diagnostic précis des différentes atteintes capsulo-ligamentaires et des lésions associées possibles à la suite d'un traumatisme de cheville
- Comprendre les mécanismes biomécaniques et neurophysiologiques aboutissant à la situation d'instabilité chronique de cheville (concept de neuro-signature entre autres)
- Savoir évaluer les déficits sensori-moteurs à travers un processus d'évaluation (tests cliniques et fonctionnels) basé sur les preuves
- Maîtriser des techniques de traitement manuel (thérapie manuelle, neurodynamique) pour améliorer les déficits pathomécaniques liés à un traumatisme de cheville
- Mettre en place un plan de rééducation adapté et individualisé par rapport aux déficits préalablement observés
- Comprendre les techniques d'évaluations des qualités neuro-musculaires nécessaires à un retour au sport
- Savoir mettre en place une démarche d'éducation thérapeutique visant l'adhésion et l'autonomisation du patient que ce soit dans le traitement de déficits mécaniques ou de déficits sensori-moteurs

### 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'emargement par demie-journées pour les 2 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

# LA CHEVILLE TRAUMATIQUE

## 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

- Avant la formation, les participants devront suivre un pré-requis en elearning d'1h30. En début de formation, la remise au participants d'un pré-questionnaire permettra de vérifier le bon suivi de l'elearning et 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 - 2 jours - 16h - Présentiel - dans une salle de réunion avec 1 table de massage pour 2 stagiaires + matériel de vidéo-projection + salle de sport avec 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 : 520€ - Prise en charge DPC et FIF PL possible

### Formateurs

Massamba M'BAYE

- MKDE libéral
- Diplome Universitaire de Préparateur Physique
- Suivi individuel de sports de haut niveau
- Intervenant en réathlétisation - DU de préparateur physique

Romain TOURILLON

- MKDE libéral depuis 2019 - spécialisé en kiné du sport
- Master en Sciences du Sport
- Réalisation d'études cliniques à l'Hopital de La Tour - Suisse