

Programme Formation d'Ann Cools niveau 2

Titre de la formation : « Rééducation de l'épaule : Quoi de neuf du point de vue scientifique et pratique ? »

Intervenant : Ann Cools

Traduit et assisté par : Jérôme Riera

Public concerné, particularités et copyright

La formation s'adresse aux kinésithérapeutes diplômés d'état ou tout autre professionnel de santé ainsi qu'aux préparateurs physiques et entraîneurs sportifs.

La formation sera effectuée en français ou lorsque l'intervenant est étranger, sera traduite simultanément en français.

La formation et l'ensemble des documents relatif à la formation sont soumis à copyright et ne peuvent être reproduits sans permission. L'utilisation de systèmes d'enregistrements audio et vidéo pendant la formation sera soumise à l'approbation de l'intervenant.

Le nombre maximum de participants est de 25 personnes (minimum de 15).

Objectifs de la formation :

Dans le domaine de la rééducation de l'épaule, le savoir scientifique et l'application clinique des données issues de la recherche ont énormément évolué ces dernières années. Le but de ce cours avancé est de vous amener plus loin dans les connaissances théoriques vues au niveau 1, votre raisonnement clinique et vos habiletés cliniques. En particulier 2 points vont nous intéresser:

- Voir en détails, en terme de raisonnement clinique et de pratique, le rôle, de la scapula dans les pathologies de l'épaule.
- Aborder des pathologies spécifiques non abordée dans le niveau 1.

Moyen et support pédagogique :

Présentation powerpoint, livret de prise de note, fourniture de publications scientifiques permettant d'aider à la compréhension du cours, outils vidéo, matériel de rééducation (tables d'examens, bandes élastiques, haltères, tape...)

Évaluation et certificat de la participation à la formation :

Les participants seront invités à donner leur appréciation par écrit à la fin du cours.
La formation n'est pas diplômante mais un certificat de participation sera délivré

Durée de la formation : 14 heures

JOUR 1 :

Examen et rééducation des dyskinésies scapulaires

9h-10h30 : Biomécanique avancée de la scapula

Mouvements couplés, rôle de l'art. SC, fonction des muscles « posturaux » vs « mobilisateurs et stabilisateurs », mise à jour sur la littérature concernant les relations entre pathologies de l'épaule et dyskinésie scapulaire.

-Présentation théorique

10h30-11h : Pause

11H-12H30 : Examen clinique avancé

Observation des dysfonctions scapulaires, mesures objectives de l'inclinaison et de la force scapulaire, valeurs normatives de flexibilité et force scapulaires, prise de décision en se basant sur le modèle de « test d'amélioration des symptômes », et sur les différents types de dyskinésies scapulaires.

-Présentation théorique et atelier pratique

12h30-13h30 : Pause

13h30-15h : Rééducation scapulaire avancée

Habilité de traitement basée sur les 3 types de dyskinésies, techniques de taping pour corriger la position scapulaire, tape pour le trapèze sup. , l'infra épineux, hypertoniques, techniques d'étirement et de tissus mous pour le petit pectoral.

-Présentation théorique et atelier pratique

15h-15h30 : Pause

15h30-17h : Suite

-Atelier pratique

JOUR 2 :

Connaissances et pratique avancée dans une sélection de pathologies de l'épaule

9h-10h30 : Lésions SLAP et pathologies du biceps

Rééducation fondée sur les preuves et recommandations cliniques pour les conditions post-opératoires. (Progression d'exercice, entraînement excentrique, exercices plyométriques)

-Présentation théorique et atelier pratique

10h30-11h : Pause

11h12h30 : Entraînement haute performance de l'overhead athlete et décisions de retour au sport.

Exercices spécifiques de haut niveau pour gymnastes, sports de collisions, sports à impacts et critères de retour au jeu basés sur les preuves, en particulier, mesures objectives des mobilités et force GH.

-Présentation théorique et atelier pratique

12h30-13h30 : Pause

13h30-15H : Instabilités multidirectionnelles

Traitement conservateur progressif d'un patient avec une instabilité multidirectionnelle non traumatique-exercices en chaine ouverte, chaine fermée et technique de taping.

-Présentation théorique et atelier pratique

15h-15h30 : Pause

15h30-17h : Lésions de la coiffe des rotateurs

Traitement conservateur de ruptures partielles ou totale (non opérables) de la coiffe des rotateurs et recommandations cliniques de rééducation post-opératoire (exercices, taping, conseils de retour au activités)

-Présentation théorique et atelier pratique