

## Ann Cools, PT, PhD : Rééducation de l'épaule Programme

**Titre de la formation : « Rééducation de l'épaule : Quoi de neuf du point de vue biomécanique et clinique ? »**

**Intervenant :** Ann Cools, Jérôme Riera

**Public concerné, particularités et copyright**

La formation s'adresse aux kinésithérapeutes diplômés d'état ou tout autre professionnel de santé diplômé d'état 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).

**Modalités de la formation :**

Durée : 2 jours-14 heures en présentiel.

Le nombre maximum de participants est de 25 personnes (minimum de 12).

Adaptation possible aux personnes en situation de handicap si contact en amont de la formation.

Tarifs : 546 euros

**Objectifs de la formation :**

Savoir adapter son raisonnement clinique de manière théorique et pratique en fonction des différentes pathologies de l'épaule. Comprendre et pratiquer les principes de rééducation en sachant les adapter en fonction de la pathologie rencontrée, en thérapie manuelle et par exercices.

**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 :**

Un questionnaire d'évaluation des connaissances pré-formation est envoyé aux participants en amont de la formation.

Un questionnaire d'évaluation des connaissances post-formation est envoyé aux participants suite 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 : 14H00**

***Déroulé de la formation :***

**Jour 1 : Raisonnement clinique et examen du patient**

9h00-10h30 (Ann Cools):

- Nouveautés dans les pathologies de l'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectif : Décrire les nouveautés scientifiques sur les pathologies de l'épaule
- Les conflits de l'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectif : Définir les différents conflits de l'épaule
- Tendinopathie de la coiffe des rotateurs
  - Présentation théorique
  - Objectif : Décrire l'étiologie et la sémiologie des pathologies de la coiffe des rotateurs

10h30-11h00 : Pause

11h00-12h30 (Ann Cools) :

- Instabilité de l'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectif : Décrire l'étiologie, la sémiologie et la classification des instabilités d'épaule
- Pathologie du biceps – lésions de type SLAP
  - Présentation théorique

- Objectifs : Décrire l'étiologie, la sémiologie et la classification des lésions de type SLAP
- Le déficit de rotation interne gléno-humérale comme possible source de dysfonction de l'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectifs : Décrire l'origine des déficits de rotation interne de l'épaule et expliquer leur rôle dans les douleurs d'épaule
- Le rôle des dysfonctions scapulaires dans les douleurs d'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectifs : Identifier les dysfonctions scapulaires et discuter leur rôle dans les douleurs d'épaule

12h30-13h30 : Déjeuner

13h30-15h00 (Ann Cools):

- Examen clinique : des symptômes de conflit à la pathologie sous-jacente
  - Présentation théorique
  - Objectifs : identifier les symptômes et reconnaître des patterns cliniques permettant de classifier l'origine des douleurs d'épaule
- Raisonnement clinique : algorithme de décision
  - Présentation théorique
  - Objectifs : décrire un algorithme décisionnel quant aux tests cliniques à pratiquer

15h00-15h30 : Pause

15h30-17h00 (Ann Cools, Jérôme Riera):

- Tests cliniques pour l'instabilité, les pathologies de la coiffe des rotateurs, les pathologies du biceps, des dysfonctions scapulaires...
  - Atelier pratique
  - Objectifs : Pratiquer les différents tests cliniques permettant d'orienter le traitements des douleurs d'épaule.
- Valeur diagnostic des tests de l'épaule.
  - Présentation théorique
  - Objectifs : Discuter du rôle des tests cliniques de l'épaule dans l'examen clinique

## **Jour 2 : Raisonnement clinique et rééducation de l'épaule**

9h00-10h30 (Ann Cools, Jérôme Riera):

- Tendinopathie de la coiffe (exercices de la coiffe, renforcement excentrique...)
  - Atelier pratique
  - Objectifs : choisir les exercices appropriés au traitement des douleurs d'épaule d'origine tendineuse

10h30-11h00 : Pause

11h00-12h30 (Ann Cools, Jerome Riera) :

- Renforcement progressif de la stabilité dans les instabilités d'épaule (antérieures, multi directionnelles, instabilité fonctionnelle de surcharge, approche spécifique au sport)
  - Atelier pratique
  - Objectifs : choisir les exercices appropriés au traitement des instabilités d'épaule

12h30-13h30 : Déjeuner

13h30-15h00 (Ann Cools, Jérôme Riera):

- Thérapie manuelle et techniques d'étirement pour les conflits ou les déficits de rotation interne gléno-humérale
  - Atelier pratique
  - Objectifs : pratiquer les techniques de thérapie manuelle utiles au traitement des douleurs d'épaule
- Exercices de rééducation scapulaire (force, équilibre musculaire)
  - Atelier pratique
  - Objectifs : choisir les exercices appropriés au renforcement des muscles scapulaires dans le cadre des dysfonctions scapulaires
  -

15h00-15h30 : Pause

15h30-17h00 (Ann Cools) :

- La chaîne cinétique chez les sportifs de lancer ayant une pathologie d'épaule
  - Présentation théorique
  - Objectifs : expliquer le rôle de la chaîne cinétique dans les sports de lancer