

# ***ÉVALUER ET TRAITER LES TENDINOPATHIES ACHILLÉENNES***

**Jerome Riera, MKDE, Doctorant**

## **Programme**

**Titre de la formation : « ÉVALUER ET TRAITER LES TENDINOPATHIES ACHILLÉENNES »**

**Intervenant :** Jérôme Riera

**Modalités de la formation :**

Durée : 1h30 en ligne + 7 heures en présentiel.

Le nombre maximum de participants est de 20 personnes (minimum de 10).

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

Tarifs : 299 euros

### **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

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 20 personnes .

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

**Objectifs de la formation :**

- Décrire l'anatomie et la physiologie du tendon d'Achille
- Reconnaître une douleur achilléenne d'origine tendineuse d'autres pathologies
- Décrire et pratiquer les différents tests cliniques et fonctionnels permettant le suivi de cette pathologie
- Analyser la biomécanique de saut et identifier comment elle peut participer aux douleurs achilléennes
- Identifier les éléments de la biomécanique de course à pied pouvant jouer un rôle dans les douleurs achilléennes
- Lister les différentes phases de la rééducation
- Critiquer les différentes options de traitement et leurs niveaux de preuves

**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 devront répondre à un questionnaire d'évaluation de leurs connaissances avant et après 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 : 8H30**

**Déroulé de la formation :**

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

Horaire	Durée	Séquence	Intervenant	Moyens pédagogiques	Objectifs
	10 min	Questionnaire pré-formation	Jérôme Riera	QCM (online)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluer le niveau de connaissances des participants</li> </ul>
	45 min	Physiologie tendineuse	Jérôme riera	Présentation théorique (online)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Décrire l'anatomie du tendon</li> <li>• Expliquer comment le tendon réagit aux contraintes</li> <li>• Décrire les contraintes auxquelles le tendon d'Achille fait face dans les activités quotidiennes et sportives</li> </ul>
	45 min	Épidémiologie	Jérôme Riera	Présentation théorique (online)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Décrire les principales données épidémiologiques concernant les douleurs tendineuses achilléennes</li> </ul>

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

					<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expliquer leur intérêt pour la pratique clinique</li> </ul>
	30 min	Accueil-présentation	Jérôme riera	Discussion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présenter l'intervenant et le déroulement de la journée</li> <li>• Connaître les attentes des participants</li> <li>• Répondre aux questions relatives à la partie online</li> </ul>
	1H30	L'examen clinique	Jérôme Riera	Présentation théorique et atelier pratique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les différentes présentations cliniques</li> <li>• Reconnaître une douleur achilléenne d'origine tendineuse d'autres pathologies</li> <li>• Décrire et pratiquer les différents tests cliniques et fonctionnels permettant le suivi de cette pathologie</li> </ul>
	15 min	PAUSE			

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

	1H30	Évaluation biomécanique	Jérôme Riera	Présentation théorique et atelier pratique	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyser la biomécanique de saut</li> <li>Identifier les éléments de la biomécanique de course à pied pouvant jouer un rôle dans les douleurs achilléennes</li> </ul>
	1H	Pause déjeuner			<ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>
	1H	Traitement des douleurs tendineuses achilléennes	Jérôme Riera	Présentation théorique	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lister les différentes phases de la rééducation</li> <li>Critiquer les différentes options de traitement et leurs niveaux de preuves</li> </ul>
	2H	Traitement : de la phase aigüe au retour à la performance	Jérôme Riera	Présentation théorique Cas cliniques Ateliers pratiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Composer avec les différents stades de la pathologie et le patient en face de soi</li> <li>Identifier les exercices indispensables et</li> </ul>

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

					<p>comment les enseigner aux patients</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer une progression pliométrique</li> <li>• Estimer comment modifier la biomécanique de course à pied lorsque nécessaire.</li> </ul>
	15 min	Conclusion de la journée	Jérôme Riera	Discussion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Répondre aux questions des participants</li> </ul>
	10 min	Questionnaire de fin de formation	Jérôme Riera	QCM (online)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Évaluer les acquis des participants au cours de la formation</li> </ul>

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)