

Titre de la formation : « LA CHEVILLE TRAUMATIQUE : diagnostic, traitement et prévention des récives.

»

Intervenants Massamba M'Baye et Romain Tourillon

Modalités de la formation :

Durée : 2 jours-15 heures en présentiel + 2H en e-learning

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

Pré requis, particularités et copyright :

Professionnels de santé diplômés d'état et préparateurs physiques ou entraîneurs sportifs diplômés.

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.

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 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.

Objectifs de la formation :

- Identifier les drapeaux rouges suite à un traumatisme de cheville.

- Identifier les outils objectifs, fiables et valides permettant d'évaluer les déficits présents après un traumatisme de cheville.

-Reconnaitre un mécanisme lésionnel

- Interpréter les évaluations réalisées et comprendre comment elles vont orienter le traitement.

-Pratiquer les techniques de traitement visant à traiter les déficits de mobilité, de contrôle sensori-moteur, de force etc ... et comprendre comment individualiser ses traitements au travers d'exemples concrets.

-Pratiquer les bases de l'approche neuro-cognitive

Programme :

E-learning

INTRO :

Introduction générale & épidémiologie.

Anatomie & Biomécanique du Pied/cheville.

Épidémiologie : Du traumatisme initial à l'instabilité chronique de cheville. (Cascade + cout sociétaux)

PARTIE 1 : Théorie du développement de l'instabilité chronique de cheville

Ce n'est pas juste une entorse de cheville...

Présentation du modèle de Hertel.

Stabilité mécanique & lésions associées.

Comprendre le système sensori-moteur (afférences sensorielles & efférences motrices)

Explication du concept de Neurosignature.

Conclusion et cas cliniques.

PARTIE 2 : Comprendre les mécanismes lésionnels.

Mécanismes indirect VS directs.

L'entorse externe de cheville : lésions ligamentaires et lésions associées.

Spécificité du mécanisme de la lésion isolée de la syndesmo

PARTIE 3 : La prise en charge en aigüe.

Mise à jour sur la prise en charge en aigu.

Les Drapeaux rouges : Règle d'Ottawa, de Bernese et utilisation du diapason.

JOUR 1 : 7h30 de cours effectif.

8h30-9h : Accueil, présentation de la formation et verbalisation des objectifs de chacun.

9h-9h45 : Le Quizz : Retour sur le pré-requis e-learning.

9h45-10h15 : Règle d'Ottawa, de Bernese et utilisation du diapason. (Pratique).

10h15-10h30 : Anatomie : Dessinez c'est gagner. (Pratique).

10h30-10h45 : Pause-café.

10h45-11h30 : Bilan ligamentaire du compartiment externe (Théorie et Pratique).

11h30-12h00 : Bilan ligamentaire de la syndesmose. (Théorie et Pratique).

12h00-13h00 : Pause déjeuner.

13h00-13h30 : Pathologie traumatique du carrefour postérieur. (Théorie et Pratique).

13h30-14h00 : Pathologie Chronique du carrefour postérieur. (Théorie et Pratique).

14h00-14h15 : Les atteintes de la sous-talienne. (Théorie)

14h15-14h45 : Autres lésions associées (Conflit antéro externe, oedèmes osseux,etc).
(Théorie et Pratique).

14h45-15h00 : Intérêt clinique de l'utilisation des questionnaires auto-rapportés (Théorie +
Cas clinique)

15h00-15h15 : Introduction de la partie Prise en charge rééducative. (Théorie)

15h15-15h30 : Pause-café.

15h30-16h15 : Thérapie manuelle et traitement des articulations tibio-fibulaires inférieures
et supérieures. (Théorie et Pratique).

16h15-16h45 : Les chevilles raides : Comprendre l'origine de la raideur par des évaluations
quantitatives (Cinématique de la cheville et mouvements mineurs). (Théorie et Pratique).

16h45-17h30 : Les chevilles raides : Thérapie manuelle de l'articulation talo-crurale et
amélioration de la mobilité. (Théorie et Pratique).

JOUR 2 : 7h30 de cours effectif.

8h30-9h30 : Thérapie manuelle et traitement du pied. (Théorie et Pratique).

9h30-10h00 : 2 cas cliniques : aborder les problématiques musculaires et neurales en
rééducation. (Théorie + Cas clinique).

10h-10h15 : Sortir du classique « Renfo/proprio » pour tous les patients : Postulat d'une
stratégie de rééducation basée sur l'évaluation : Le ROAST 2019.

10h15-10h30 : Pause-café.

10h30-11h00 : Évaluation neuromusculaire de base des muscles extrinsèques. (Théorie et
Pratique).

11h00-11h45 : Quels exercices de renforcement musculaire pour mon patient ? Proposition
de stratégies rééducatives (Force/Vitesse/Endurance) adaptées aux déficits
neuromusculaires observés (pratique).

11h45-12h00 : Proprioception / Équilibre postural : mieux comprendre le fonctionnement du
système sensori-moteur. (Théorie)

12h00-12h30 : Évaluation de l'équilibre postural statique. (Théorie et Pratique).

12h30 – 13h30 : Pause repas.

13h30-14h15 : Proposition de stratégies rééducatives adaptées aux déficits de contrôle postural statique observés (pratique)

14h15 – 14h45 : Évaluation de l'équilibre postural dynamique. (Théorie et démonstration Pratique).

14h45-15h15 : Proposition de stratégies rééducatives adaptées aux déficits de contrôle postural dynamique observés (pratique).

15h15-15h30 : Pause-café.

15h30 – 16h45 : Évaluations spécifiques du patient sportif et propositions d'exercices pour le retour au sport. (Théorie et Pratique).

16h45-17h15 : Intégration d'une approche neurocognitive chez le sportif. (Théorie et Pratique).

17h15- 17h30 : Conclusion de la formation.