

## SHAKE UP

46 boulevard Joseph GARNIER

06000 NICE

contact@shake-up.org



## Lombalgie chronique : remettre de l'ordre dans la complexité

*Les patients souffrant de lombalgie chronique constituent pour beaucoup de praticiens un réel défi. La diversité des profils de patients et la complexité des présentations cliniques mettent souvent notre raisonnement clinique à l'épreuve. Enfin, certains patients souffrent depuis si longtemps qu'il peut nous arriver de douter de pouvoir vraiment les aider.*

*Cette formation s'adresse aux praticiens souhaitant :*

- élargir leur raisonnement clinique en intégrant de nouvelles dimensions,
- perfectionner leurs compétences d'évaluation clinique,
- être capables de construire des stratégies thérapeutiques adaptées à chaque patient, en collaboration avec lui et visant à développer son autonomie.

**Durée:** 16.00 heures (2.00 jours)

### Profils des stagiaires

- Kinésithérapeutes
- Ostéopathes
- Chiropracteurs

### Prérequis

- La formation est ouverte à toute personne répondant aux critères exposés ci-dessus, sans autre prérequis spécifique. Un justificatif professionnel est obligatoire pour valider l'inscription : copie du diplôme, copie de carte professionnelle, preuve d'inscription au tableau de l'Ordre, preuve d'enregistrement au répertoire ADELI, ou feuille de soins barrée.

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre le retentissement et les enjeux de la lombalgie chronique sur les plans sociétal et individuel
- Reconnaître les signes d'alerte de pathologies requérant une prise en charge médicale
- Identifier et intégrer au raisonnement clinique les facteurs biopsychosociaux mis en cause dans la persistance des symptômes
- Conduire une évaluation biopsychosociale pertinente des patients
- Connaître et savoir mettre en œuvre les tests et les outils d'évaluation cliniques validés et pertinents pour la situation du patient
- Co-construire une prise en charge personnalisée, adaptée à l'unicité des patients, et visant leur autonomie

### Contenu de la formation

- La lombalgie, une pandémie d'invalidité
- Modèles de peur-évitement et évitement-endurance
- Le parcours de soin et l'expérience patient
- Définition et classification de la lombalgie chronique
- Drapeaux rouges et critères de réorientation
- Examen physique

SHAKE UP | 46 boulevard Joseph GARNIER 06000 NICE | [www.shake-up.org](http://www.shake-up.org) | [contact@shake-up.org](mailto:contact@shake-up.org)

Numéro SIRET: 83197228600015 | Numéro de déclaration d'activité: 93060827406 (auprès du préfet de région de Provence Alpes Côte d'Azur)

## SHAKE UP

46 boulevard Joseph GARNIER

06000 NICE

contact@shake-up.org



- Dépistage des facteurs psycho-sociaux
- Education à la neurophysiologie de la douleur
- Modifications sensori-motrices et cognitives
- Introduction à l'imagerie et à la patho-anatomie courante
- Syndromes radiculaires
- Examen neurologique et neurodynamique
- Pathologies spécifiques
- Syndromes douloureux complexes, fibromyalgie, spondylarthrite ankylosante
- Rééducation, réhabilitation

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Joshua LAVALLEE est kinésithérapeute libéral. Passionné par le raisonnement clinique et la lombalgie, il a puisé dans les meilleures ressources (articles scientifiques, formations, congrès...) pour développer son expertise.

Il partage son savoir à travers ses interventions en formation initiale (IFMK), en formation continue, en congrès et sur le le blog Kinéfact.

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.



## Lombalgie chronique : remettre de l'ordre dans la complexité

**Durée : 2 jours / 16h**

**Intervenant :**  
Joshua LAVALLÉE

### PROGRAMME

*Les horaires ci-dessous sont donnés à titre indicatif.  
Les durées exactes de chaque séquence sont susceptibles d'être adaptées  
selon les attentes et les besoins du groupe de participants, sans modification de la durée totale du programme.  
L'heure de début de formation (1er jour) sera confirmé sur la convocation.*

<b>Jour 1</b>		
8h30 – 9h00	Présentations et introduction	Tour de table, échanges
9h00 – 9h15	La lombalgie, une pandémie d'invalidité	Cours magistral
9h15 – 9h30	Modèles de peur-évitement et évitement-endurance	Cours magistral
9h30 – 10h15	Le parcours de soin et l'expérience patient	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
10h15 – 10h30	Pause	
10h30 – 11h15	Définition et classification de la lombalgie chronique	Cours magistral
11h15 – 12h30	Drapeaux rouges et critères de réorientation	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
12h30 – 14h00	Pause déjeuner	
14h00 – 15h30	Examen physique	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme
15h30 – 16h15	Dépistage des facteurs psycho-sociaux	Cours magistral
16h15 – 16h30	Pause	
16h30 – 17h00	Education à la neurophysiologie de la douleur	Cours magistral
17h00 – 17h45	Modifications sensori-motrices et cognitives	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
17h45 – 18h00	Conclusion de la première journée	Tour de table, échanges
	<b>Sous-total (sans les pauses) : 7h30</b>	

<b>Jour 2</b>		
8h30 – 8h35	Récapitulatif de la première journée	Tour de table, échanges
8h35 – 10h30	Introduction à l'imagerie et patho-anatomie courante	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
10h30 – 10h45	Pause	
10h45 – 12h30	Syndromes radiculaires	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
12h30 – 13h30	Pause déjeuner	
13h30 – 14h30	Examen neurologique et neurodynamique	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme
14h30 – 16h00	Pathologies spécifiques (sacro-iliaques, hanches)	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme + Analyse de cas cliniques
16h00 – 16h15	Pause	
16h15 – 17h00	Syndromes douloureux complexes, fibromyalgie, spondylarthrite ankylosante	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
17h00 – 18h15	Rééducation, réhabilitation	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
18h15 – 18h30	Conclusion	Tour de table, échanges
	<b>Sous-total (sans les pauses) : 8h30</b>	
	<b>TOTAL : 16h</b>	