

SHAKE UP

46 boulevard Joseph GARNIER

06000 NICE

contact@shake-up.org



L'épaule douloureuse : de la thérapie manuelle aux exercices

L'épaule douloureuse est un véritable problème de santé publique. Les données épidémiologiques classent les douleurs d'épaule comme le troisième plus grand groupe en importance pour les troubles musculo-squelettiques, après les douleurs lombaires et cervicales. Par conséquent, son impact est important sur l'économie, tant au niveau des coûts liés aux soins de la santé qu'aux coûts liés aux accidents de travail. La prise en charge reste un défi pour de nombreux praticiens. En effet devant la complexité clinique et la diversité des méthodes décrites, il n'est pas facile de s'y retrouver. La bonne nouvelle étant que les preuves actuelles vont nettement en faveur des prises en charge non chirurgicales. La kinésithérapie est la stratégie de choix pour ces patients.

Cette formation s'organise autour de 3 étapes :

- *Un apport théorique en pré-learning dans le mois qui précède la formation, comprenant des rappels indispensables en anatomie, cinésiologie, et une introduction à la physiopathologie;*
 - *Deux jours en présentiel essentiellement basés sur de la pratique avec la mise en place d'un examen clinique précis et systématique basé sur la notion de triage (diagnostic différentiel et d'exclusion) et laissant une place importante au raisonnement clinique. Les recommandations de prise en charge et les nombreux outils proposés pour le traitement sont particulièrement adaptés à la pratique libérale;*
 - *Un post-learning de synthèse où seront fournis de nombreux documents et support vidéos.*
- L'approche se veut « actuelle » et suit les dernières publications en matière de rééducation.*

La démarche pédagogique vise à ce qu'à l'issue du séminaire, le participant puisse appliquer directement le raisonnement clinique et les techniques à sa pratique quotidienne.

Durée: 16.00 heures (2.00 jours)

Profils des stagiaires

- Kinésithérapeutes

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

- Décrire les différents états physiopathologiques et l'étiologie de l'épaule tendineuse et de l'épaule gelée.
- Réaliser un examen clinique suivant un raisonnement hypothético-déductif.
- Construire un plan de traitement, connaître des indicateurs de suivis et les modalités de modifications de charge.
- Définir la place du passif et de l'actif dans la prise en charge des douleurs d'épaule.
- Comprendre l'impact de la communication et de l'éducation thérapeutique sur l'observance et les résultats.
- Améliorer ses compétences pratiques, son habileté gestuelle et l'adaptation aux patients.

SHAKE UP

46 boulevard Joseph GARNIER
06000 NICE
contact@shake-up.org



Contenu de la formation

- Bases théoriques
 - Epidémiologie
 - Etat des lieux de la littérature
 - Rappels anatomiques et biomécaniques
 - Neuro-sciences de la douleur
 - Histoire et classification
- Raisonnement et examen cliniques
 - Raisonnement clinique
 - Structure de l'examen clinique
 - Communication
 - Examen subjectif
 - Examen objectif et tests orthopédiques
- Prise en charge
 - Recommandations et guidelines
 - Approche passive
 - Approche active
 - Education

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Matthieu LOUBIERE est kinésithérapeute DE depuis 2005, spécialisé dans les pathologies musculo-squelettiques.

Son activité se concentre sur les problèmes d'épaule et les rachialgies. Il pratique la thérapie manuelle orthopédique (TMO) et est fellow d'OMT-France depuis 2022.

Après quelques années de pratique libérale, il s'est investi dans l'enseignement et a progressivement partagé son activité entre pratique clinique spécialisée en musculo- squelettique et formation. Il enseigne ainsi depuis 2007 en formation continue dans de nombreux organismes et depuis 2009 en formation initiale.

Il est co-gérant d'une société de formation, GEM-K, qui organise, accueille et anime des formations dans le centre est de la France. En 2017, il crée un podcast et un blog pour promouvoir la kinésithérapie et la pratique fondée sur les preuves.

Il participe régulièrement à des congrès professionnels (JFK, CIFEPK, Gicare, SPB, Interphysio), a participé et dirigé des comités scientifiques (JFK, Rencontre Euro-physio) et a publié une vingtaine d'articles dans des revues nationales et indexées (Kinés la Revue, Main libres, Kiné Scientifique, EMC).

Il est lauréat du grand prix de la SFP 2019.

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

SHAKE UP

46 boulevard Joseph GARNIER

06000 NICE

contact@shake-up.org



- 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.



L'épaule douloureuse : de la thérapie manuelle aux exercices

Durée : 2 jours / 16h

Intervenant : Matthieu LOUBIERE

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.*

Jour 1		
8h30 – 9h00	Présentation et table ronde	Echanges
9h00 –10h30	Etat des lieux de la littérature, enjeux et mises à jour des problématique de santé en musculo-squelettique	Cours magistral
10h30 – 10h45	Pause	
10h45 – 12h30	Scenarii cliniques et actualisation de la physiopathologie	Cours magistral
12h30 – 13h30	Pause déjeuner	
13h30 – 14h30	Examen Clinique, sensibilisation au triage (diagnostic différentiel et d'exclusion) en théorie, comparaison entre la réponse clinique et le diagnostic structurel	Cours magistral + Analyse de cas cliniques
14h30 – 18h00	Examen clinique Pratique : Interrogatoire, orthopédie et exclusion Observation Examen actif des mobilités Examen passif des mobilités Palpation Examens fonctionnels Tests spécifiques Place de l'éducation thérapeutique	Cours magistral + Démonstration pratique + Jeux de rôles
Sous-total (sans les pauses) : 8h		

Jour 2		
8h30 – 9h00	Retour sur les éléments de la veille	Echanges
9h00 – 10h00	Présentation du plan de prise en charge : Revue de littérature (guidelines)	Cours magistral
10h00 – 10h15	Pause	
10h15 – 12h30	Approche et place des techniques Passives (Musculaire, conjonctives, articulaires)	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme
12h30 – 13h30	Pause déjeuner	
13h30 – 15h45	Approche et place des techniques actives (Activation, renforcement, reprogrammation sensori-motrice)	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme
15h45 – 16h00	Pause	
16h00 – 17h00	Autonomisation et éducation thérapeutique	Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme
17h00 – 17h30	Conclusion	Echanges
	Sous-total (sans les pauses) : 8h	
	TOTAL : 16h	