



# EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Thème traité selon l'orientation pluriannuelle de DPC 2023-2025  
Kinésithérapeutes (OPP N°269)

## FORMATION

### Description

La formation « Epaulé 2.0 : rééducation et autonomisation » s'inscrit dans un parcours de formation de 2x2 jours autour de la prise en charge des pathologies de l'épaule dans le cadre musculo-squelettique. La prise en charge d'une épaule douloureuse et ce quelque soit le type de pathologie nécessite la mise en place d'un entretien clinique construit et organisé avec des techniques de communication où les compétences dans l'art thérapeutique sont nécessaires pour obtenir une observance et autonomisation du patient.

La formation est construite sur un modèle de prise en charge active des pathologies de l'épaule. A l'issue de la formation, le kiné aura acquis la capacité de construire une progression de contraintes/exercices individualisée pour rendre le patient pro-actif et autonomiser au mieux la prise en charge. Les techniques d'entretien thérapeutique et de prescription seront enseignées pour mieux répondre à cette approche où le patient est au centre de la rééducation. Les bases de la construction d'un examen ciblé, avec des stratégies d'inclusion et d'exclusion pour un raisonnement clinique efficace est un pré-requis nécessaire pour une prise en charge la plus pertinente possible et ce dans un contexte biopsychosocial.

**Pré-requis :** Masseurs - Kinésithérapeutes DE

**Durée de la formation :** 32 heures (4 jours - 2 modules de 2 jours)

**Nombre de stagiaires minimum :** 7

**Nombre de stagiaires maximum :** 20

**Coût de la formation :** 999€ (L'inscription par module n'est pas possible)

**Formateur :** Frédéric CAUSSE

**Accessibilité :** accessible aux personnes à mobilité réduite.

En cas de handicap, merci de nous contacter préalablement pour étudier une adaptation du contenu ou autres dispositions possibles. Vous pouvez vous rendre sur notre page « HANDICAP » de notre site internet.

**Eligibilité :** susceptible d'être prise en charge par le FIFPL et le DPC

### Objectifs de la formation :

- Développer des connaissances anatomiques sur le complexe scapulo-humérale
- Mettre en place une stratégie d'exclusion des drapeaux rouges autour des pathologies de l'épaule
- Mettre en place un Arbre décisionnel pour affiner le diagnostic et la prise en charge
- Affiner les outils de l'entretien thérapeutique et les techniques de communication
- Intégrer des stratégies de raisonnement clinique basées sur les preuves
- Intégrer les principes de prescriptions d'exercices spécifiques et une chronologie d'exercices pour l'autonomisation du patient dans le cadre des pathologies du membre supérieur opéré et non opéré
- Développer une prise en charge active autour des pathologies de l'épaule
- Comprendre la neuro-physiologie de la douleur pour une prise en charge patient centré
- Développer des stratégies pour impliquer le patient dans sa prise en charge

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>JOUR 1</b>					
8h30-8h45	Introduction	Présentation de la formation/stagiaires et objectifs	Retour sur les questionnaires pré formation Evaluation du niveau/attentes et objectifs des stagiaires	Méthode participative prise de parole	Evaluation en amont en pré formation
8h45-9h30	Rappel anatomique	Rappel clé autour du complexe scapulo-humérale	Evaluer la compréhension des pré-requis Développer des connaissances anatomiques sur le complexe scapulo-humérale	Méthode explicative PPT	Evaluation des acquis sous forme d'échange
9h30-10h15	Biomécanique appliquée	Biomécanique du complexe scapulo-thoraco humérale	Evaluer la compréhension des pré-requis	Méthode explicative PPT	Evaluation des acquis sous forme d'échange
10h15-10h45	Partie 1: Raisonnement clinique et arbre décisionnel	Test - validités, stratégies décisionnelles, valeurs diagnostiques, revue de littérature, pratiques et drapeaux rouges	Mettre en place un arbre décisionnel pour affiner le diagnostic et la prise en charge Améliorer le raisonnement clinique	Pratique Méthode participative	Evaluation par le formateur des pratique des tests
<b>PAUSE</b>					
11h00-11h45	Partie 2: Raisonnement clinique et arbre décisionnel	Diagnostic différentiel et différenciation cervicale/épaule Neuropathie périphérique et mobilisation neuro-méningé	Mettre en place un arbre décisionnel pour affiner le diagnostic et la prise en charge Améliorer le raisonnement clinique	Pratique Méthode participative	Cas cliniques : travaux de groupe sur raisonnement clinique
11h45-12h30	Concept d'autonomisation	1. concept d'empowerment 2. neurosciences de la douleur 3. principe d'alliance thérapeutique 4. respect pour les valeurs, préférences et besoins exprimés des patients 5. principe de transition et continuité	Développer des stratégies de suivi, d'autonomisation du patient et de transfert de savoirs Thérapeute-Patient	Méthode participative Jeux de rôle	Cas clinique appliqué de groupe
<b>REPAS</b>					
13h30-15h30	Thérapie manuelle orthopédique	Technique manuelle capsulaire et travail des tissu mous Mobilisation et glissement gléno-humérale, mobilisation et glissement Acromio-claviculaire et sterno-claviculaire	Acquérir des techniques issues de la thérapie manuelle et un raisonnement clinique basé sur les preuves	Mise en pratique	Evaluation par le formateur des pratiques

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>PAUSE</b>					
15h45-17h45	Stratégie de développement mobilité active	Concept de CARS Travail de fin d'amplitude active Développement de catalogue d'exercice pour le patient	Acquérir des exercices Prescription d'exercices pour le patient Methodologie d'Autonomisation Développer des stratégies d'auto-évaluation pour et par le patient	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
17h45-18h00	Assimilation/ Question/ Réponses	Evaluation des connaissances et discussion de groupe	Partager les notions clés retenus de la journée	Methode participative / temps d'échange	Auto-évaluation
<b>JOUR 2</b>					
8h30-8h45	Retour pédagogique	Rappel sur les notions clés de la veille	Rétention des connaissances	Méthode participative / temps d'échange	Quizz
8h45-9h30	Rappel physiopathologique	Pathologies de la coiffe des rotateurs : tendinopathies primaires Vs secondaires tendon reactif / remanié / dégénératif tendinopathies et ruptures : conduites à tenir Principes généraux de traitement : exposition progressive concept management Jil Cook Les meilleurs tests et clusters	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégies de triage	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage	/
9h30-10h45	1er partie : Prise en charge active des tendinopathies de la coiffe	Mise en place d'un catalogue d'exercices Ateliers pratiques Cas cliniques Stratégie de prescription d'exercices Auto-correction pour le patient	Intégrer les principes de prescriptions d'exercices spécifiques et une chronologie d'exercices pour l'autonomisation du patient dans le cadre des pathologies de la coiffe	Mise en pratique	Evaluation par le formateur des pratiques
<b>PAUSE</b>					
11h-12h30	2e partie : Prise en charge active des tendinopathies de la coiffe	Mise en place d'un catalogue d'exercices Ateliers pratiques Cas cliniques Construction d'un home working protocole pour le patient	Intégration des stratégies motivationnelles pour le patient Mettre un place un continuum d'exercices et leurs justifications. Création de routines pour responsabiliser le patient	Mise en pratique	Evaluation par le formateur des pratiques

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>REPAS</b>					
13H30 - 14h00	SLAP lésion	Rappel physiopathologique Les meilleurs tests et clusters de tests	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage	
14h00-15h30	1er partie : Prise en charge active des SLAPS lésions	Mise en place d'un catalogue d'exercices Ateliers pratiques Cas cliniques Stratégie de prescription d'exercices Auto-correction pour le patient	Intégration des stratégies motivationelles pour le patient Mettre un place un continuum d'exercices et leurs justifications	Mise en pratique	Evaluation par le formateur des pratiques
<b>PAUSE</b>					
15h45-16h15	GIRD	Rappel théorique Travail actif Prescription d'exercice auto-correctif pour le patient	Intégrer les principes de prescriptions d'exercices spécifiques	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
16h15-16h45	Pathologie acromio-claviculaire	Rappel Physiopathologique Test et cluster de tests - clinimétrie appliqués Processus rééducatif et stratégie de maintien des acquis par le patient	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage Développer un catalogue d'exercices Développer des stratégies participatives pour et par le patient	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
16h45-17h15	Cas cliniques	Patient rupture de coiffe complète Patient tendinopathie du long biceps Mise en place d'une stratégie de raisonnement clinique et de Construction de plan de traitement	Mise en application des savoirs théoriques et pratiques Développer un plan de prise en charge et de soin de cabinet vers l'autonomisation du patient	Travaux de groupe	Evaluation de groupe
17h15-17h30	Assimilation/ Question/Réponses	Evaluation des connaissances et discussion de groupe	Partager les notions clés retenues des 2 jours	Méthode participative / temps d'échange	Questionnaire et Quizz post formation

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>JOUR 3</b>					
8h30-8h45	Retour pédagogique	Rappel sur les notions clés du module 1	Rétention des connaissances	Méthode participative / temps d'échange	Quizz
8h45 -9h00	La place des dyskinésies scapulaires dans les pathologies de l'épaule	Biomécanique Causes Les meilleurs tests Classification (type 1 - type 2 - type 3) Analyse et mesure Intérêt et limite dans l'approche rééducative Le SAT	Améliorer le raisonnement clinique et les arbres décisionnels Développer le concept de dyskinésie scapulaire et son impact sur les pathologies	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
9h00-10h45	Extension thoracique et implication dans les pathologies gléno-humérales	Evaluation Tests cliniques la relation scapulo-thoracique modulation thoracique intégration mobilité costale catalogue d'exercices et programmation pour le patient approche patient centrée	Intégrer la relation thorax dans les pathologies d'épaule Comprendre l'épaule dans un contexte global de prise en charge : une approche holistique Construire une chronologie d'exercice	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
<b>PAUSE</b>					
11h00-12h30	Partie 3 : Prise en charge active des tendinopathies de la coiffe	Retour sur la prise en charge de la coiffe des rotateurs • Prescrire et évolution d'exercices ciblés • Gainage et épaule • Chaîne cinétique • Concept d'anti-fragilité spécifique de la coiffe	Intégrer les principes de prescriptions d'exercices spécifiques et une chronologie d'exercices pour l'autonomisation du patient dans le cadre des pathologies de la coiffe	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
<b>REPAS</b>					
13h30-15h30	Stratégie rééducative	Quelles stratégies face à un patient douloureux (croyances, attentes, irritabilité, objectifs, alliance thérapeutique, assurance, auto-efficacité). Rôle de l'effet contextuel	Renforcement des stratégies pro-actives par le patient, pour le patient	Mise en pratique Méthode explicative PPT jeux de rôle	Evaluation par le formateur des pratiques

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>PAUSE</b>					
15h45-17h45	Instabilité d'épaule	Notion d'instabilité primaire Vs secondaire Clusters de tests Points clés de l'interrogatoire Synthèse et revues de littératures : Watson -Cools - Jaggi Pratiques et protocoles d'exercices	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégies de triage Développer un catalogue d'exercices Développer des stratégies participatives pour et par le patient	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
17h45-18h00	Assimilation/ Question/ Réponses	Evaluation des connaissances et discussion de groupe	Partager les notions clés retenues de la journée	Méthode participative / temps d'échange	Auto-évaluation et évaluation de groupe
<b>JOUR 4</b>					
8h30-8h45	Retour pédagogique	Rappel sur les notions clés de la veille	Rétention des connaissances	Méthode participative / temps d'échange	Quizz
8h45-10h30	Epaule traumatique	Bankart/Latarjet : spécificité de prise en charge post op optimisation du travail du chirurgien Concept optimal loading Tests Analyse vidéos et compréhension des contraintes spécifiques Prise en charge et méthodes de traitement Thérapie active et exercices Pratiques et catalogue d'exercices	Développer une stratégie de prise en charge post op	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
<b>PAUSE</b>					
10h45 - 11h30	Epaule raide	Capuslite rétractile Programme d'auto-rééducation Stratégies de suivi et perspective d'évolution	Renforcer l'approche patient centrée Développer un cadre d'inclusion exclusion	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
11h30 -12h30	Return to Sport	Analyse vidéos et compréhension des contraintes spécifiques Optimisation des risques de récurrences dans les pathologies du sport du membre supérieur	Comprendre les contraintes spécifiques pour une meilleure prise en charge	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

Horaires	Séquence	Programme	Objectifs	Méthode	Evaluation
<b>REPAS</b>					
13h30 -15h00	Return to Sport	Concept d'anti-fragilité appliqué à l'épaule management du risque	Intégrer les stratégies rééducatives chez le patient sportif blessé	Mise en pratique Méthode explicative PPT	Evaluation par le formateur des pratiques
15h00-15h30	Cas cliniques	Le cas d'un judoka : tendinopathie secondaire à instabilité	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage Développer un catalogue d'exercices Développer des stratégies participatives pour et par le patient	Methode participative / temps d'échange / travaux de groupe	Evaluation de groupe
<b>PAUSE</b>					
15h45 - 17h00	Cas cliniques suite	Tendinopathie dans le cadre de la natation Les sports de lancer et pathologie de l'épaule Arbre décisionnel - chronologie de prise en charge Les meilleurs exercices à prescrire Autonomiser le patient sportif blessé Mise en pratique Retour sur les dernières recommandations de la science en 2023	Développer des compétences dans le diagnostic clinique et les stratégie de triage Développer un catalogue d'exercices Développer des stratégies participatives pour et par le patient	Methode participative / temps d'échange / travaux de groupe	Evaluation de groupe
17h00-17h30	Assimilation/ Question/ Réponses	Evaluation des connaissances et discussion de groupe	Partager les notions clés retenues de la journée	Methode participative / temps d'échange	Questionnaire post formation
<b>FIN DE FORMATION</b>					

## EPAULE 2.0 : REEDUCATION ET AUTONOMISATION

### SUIVI DE L'EXECUTION ET EVALUATION DES RESULTATS

- Un document théorique de synthèse sera proposé aux participants avant le cours
- Questionnaire pré-formation (J-3) - Ce questionnaire est adressé au formateur en amont de la formation
- Questionnaire pré-formation (J-3) - Une auto-évaluation en amont sur chacun des objectifs du programme de la formation sera notamment présente sur ce questionnaire pré-formation
- Feuille de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Evaluation des pratiques post formation par questionnaire en ligne
- Mises en situation et cas cliniques
- Tour de table à chaque début de journée sur les questions et précisions
- Formulaire d'évaluation de la formation à J+1 : formulaire à chaud évaluant l'organisation de la formation, la qualité pédagogique du formateur, le contenu, l'autoévaluation et l'acquisition des objectifs définis en amont
- Questionnaire post-formation pour le formateur : évaluation des moyens techniques à disposition, des objectifs remplis ou en cours d'acquisition et les stratégies / techniques communes à adopter si nécessaire pour acquisition.
- Questionnaire post-formation (J+30)

### MOYENS PEDAGOGIQUES

- Support de cours informatique et papier
- Plateforme en ligne, cas cliniques en ligne.
- L'apprentissage se fait également par des travaux pratiques et des études de cas
- Utilisation de support anatomique - matériel de musculation ...
- Méthode explicative
- Méthode participative
- Cas cliniques
- Travaux de groupe

