



Formation : Le coude douloureux : de la thérapie manuelle à l'exercice

Intervenant : Alexandre Guedj

Nombre d'heures : 2 jours – 15 heures

Objectifs pédagogiques :

*Comprendre la physiopathologie complexe de l'épicondylalgie latérale
Savoir établir un bilan précis afin d'optimiser la prise en charge et le suivi de la pathologie*

Etablir un protocole de rééducation combinant la thérapie manuelle, les exercices de rééducation et l'éducation thérapeutique basé sur les dernières recherches scientifiques

Prendre connaissance des dernières études scientifiques sur le sujet afin de mieux appréhender cette pathologie chronique

Savoir s'orienter vers un diagnostic différentiel de l'épicondylalgie latérale et savoir diagnostiquer et prendre en charge les autres douleurs du coude

Public visé : Masseur Kinésithérapeutes DE

Pré-requis : diplôme MKDE

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement : la formation alternera des séquences théoriques sous forme de PowerPoint et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'action : signatures des feuilles d'émargement par 1/2 journées chaque jour de formation par les participants et contresignées par l'intervenant.

Appréciation des résultats de l'action : chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction.

Modalités d'évaluation : réalisation d'une évaluation pré-formation en début de formation le matin du premier jour et d'une évaluation post-formation à la fin du dernier jour de formation.



Programme :

JOUR 1

*8h45 : Accueil des participants
9h : QCM d'évaluation des connaissances pré formation
9h30 : Anatomie, pathologies du coude et épidémiologie des tendinopathies
11h: Pause
11h15: Physiopathologie des tendinopathies du coude
12h30: Repas
13h30 : Examen physique du coude
14h30 : Pratique examen physique (mobilité des articulations du membre supérieur et du rachis , neurodynamique nerf radial)
15h30 : Pause
15h45 : Diagnostics différentiels et autres douleurs du coude
16h15 : Rééducation et prescription d'exercices
17h : Approche Mulligan des épicondylalgies
18h : Fin de la journée*

JOUR 2

*9h: Thérapie manuelle : MWM Coude
Étude Bisset et al.2006 : MWM + exercices
10h : MWMs et autres mobilisations du coude et du poignet
11h : Pause
11h15 : Mobilisations coude et poignet (suite)
12h : Introduction aux mobilisations cervicales
12h30: Repas
13h30: Mobilisations cervico-thoraciques
Mobilisations neuro-dynamiques
15h30 : Pause
15h45 : Traitement myo-fascial et taping
16h15 : Élaboration d'un plan de traitement
16h45 : QCM d'évaluation des connaissances post formation
17h : Fin de la formation*