



La cheville : de l'entorse au retour au sport

Intervenants : François Fourchet & Brice Picot

Nombre d'heures : 2 jour – 15 heures

Objectifs pédagogiques :

- Repérer les Red Flags de l'entorse de cheville
- Evaluer les déficiences et incapacités du patient par un bilan précis
- Savoir réorienter si besoin à la suite du bilan initial sur le bord du terrain ou en cabinet
- Mettre en place une rééducation adaptée au patient après une entorse ou instabilité chronique de la cheville
- Proposer des critères de retour au sport (RTP) en fin de rééducation

Public visé : Masseur Kinésithérapeutes DE

Pré-requis : 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

8h30 Accueil des participants, présentations et évaluation préformation

9h Rappels anatomiques, mise au point dans le contexte de l'entorse

9h30 Repérage et palpation anatomique

10h00 Pause

10h15 Comprendre l'instabilité chronique de cheville

11h00 Identification des mécanismes lésionnels

11h45 Savoir repérer les cinématiques de l'entorse

12h30 Déjeuner

13h30 Prise en charge de l'entorse de cheville sur le terrain : identifier les drapeaux rouge et organiser la prise en charge

14h30 Pause

14h45 Pris en charge de l'entorse de cheville aigue en cabinet

16h00 Bilan fonctionnel de l'entorse de cheville, le ROAST

17h00 Retour sur les éléments clés de la journée, Q/R

17h30 Fin de la première journée

JOUR 2

8h30 Mise en place pratique des critères du ROAST

10h30 Pause

10h45 Cas cliniques : réflexions de groupe et discussions

12h30 Déjeuner

13h30 La prise en charge rééducative en cabinet

14h30 Mise en pratique de techniques et exercices de rééducation

15h30 Comprendre les enjeux du RTS

16h30 : Mise en pratique des tests de RTS

17h Conclusion de la formation, retour sur les points clés, Questions Réponses et évaluation post formation

17h30 Fin de la formation