Centre Européen de Formation et d'Information des Professions de Santé

SARL CEFIPS
38 Chemin des Vieilles Ecoles
31200 TOULOUSE

05 34 25 48 73
05 34 25 59 59

cefips@orange.fr
www.cefips.com

N° déclaration d'activité Formation :
73310731531
N° SIRET : 50927606900036
SARL
NAF 8559A

Lombalgies aiguës et thérapie manuelle chez le senior

Formation destinée aux Masseurs-Kinésithérapeutes

Formateur : BERNATETS Jean-Paul et OLIVIER Stéphane
Durée : 2 jours - 14 heures
Pré-requis : Aucun

Matériel à prévoir : un tapis + une serviette + une tenue décontractée

Contexte :

Selon l'OMS, une personne sur 13 souffre de lombalgie dans le monde, avec une augmentation de 60 % des cas depuis 1990. De récentes études publiées dans la revue scientifique Nature, confirment un lien entre troubles du contrôle postural et lombalgies, avec moins d'acuité proprioceptive et de conscience dans le bas du dos notamment chez nos patients seniors.
La lombalgie aiguë constitue un motif fréquent de recours aux soins et une cause majeure de limitation fonctionnelle transitoire chez la personne âgée. Une prise en charge inadaptée en phase aiguë favorise l'évitement du mouvement, la désadaptation fonctionnelle et augmente le risque d'évolution défavorable.
Les données récentes montrent chez le sujet âgé lombalgique une altération du contrôle postural, une diminution de la précision proprioceptive lombo-pelvienne, une rigidification adaptative du mouvement.
Les recommandations internationales et de l'OMS pour la prise en charge non chirurgicale des lombalgies préconisent les approches manuelles, l'éducation du patient, la reprise précoce du mouvement.
La thérapie manuelle proprioceptive, réalisée en posture debout, intégrée à une stratégie graduée et sécurisée, permet de moduler la douleur aiguë, de restaurer l'exploration sensorimotrice, de faciliter la reprise fonctionnelle, de prévenir la désadaptation.

Objectifs :

Objectifs généraux :

Cette formation a pour objectif **d'acquérir ou d'améliorer les compétences dans la prise en charge clinique et thérapeutique des algies lombo-pelviennes aigues chez les patients âgés, en s'appropriant les nouvelles connaissances en neurosciences de la douleur et physiopathologie des lombalgies, avec leurs différentes possibilités de traitements.** Le but est de réaliser un bilan diagnostique basé sur un arbre décisionnel recommandé et validé (HAS, OMS) ainsi qu'une évaluation complémentaire des anomalies du système de contrôle postural. De définir un programme de soins comprenant, une approche réflexive centrée sur le patient, sa motivation et ses objectifs, d'utiliser des techniques manuelles proprioceptives réalisés en posture debout (1), (techniques pratiquées par de nombreux kinésithérapeutes depuis des dizaines d'années, en toute sécurité pour nos patients seniors) ; associés à une éducation thérapeutique et des exercices actifs adaptés à leurs douleurs aigues.
(1) Proprioceptive manipulations in orthograde posture modulate postural control in low back pain patients : a pilot study (Bouisset, Scientific Reports, 2022)

Objectifs spécifiques :

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- **Identifier une lombalgie aiguë relevant d'une prise en charge kinésithérapique** non médicamenteuse ;
- **Réaliser une évaluation clinique de la douleur lombaire aiguë** à l'aide d'outils validés ;
- **Repérer les altérations du contrôle postural chez le sujet âgé lombalgique** ;
- **Sélectionner et adapter des techniques de thérapie manuelle proprioceptive sécurisées**, pour moduler la douleur du patient ;
- **Utiliser les post-effets de la thérapie manuelle**, patient debout, pour initier la reprise du mouvement ;
- **Associer thérapie manuelle, éducation et exercices simples**, en tenant compte de la douleur, pour prévenir la désadaptation ;
- **Définir des critères de progression et de réévaluation**.

Certification QUALIOPI :
" la certification qualité a été délivrée au CEFIPS au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de Formations "
délivrée par AFNOR le 07/01/24 et valable jusqu'au 04/10/2027

N° 1212
odpc
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

DATADOCKÉ

Centre Européen de Formation et d'Information des Professions de Santé

SARL CEFIPS
38 Chemin des Vieilles Ecoles
31200 TOULOUSE

05 34 25 48 73
05 34 25 59 59

cefips@orange.fr
www.cefips.com

N° déclaration d'activité Formation :
73310731531
N° SIRET : 50927606900036
SARL
NAF 8559A

JOUR 1

MATIN 9h00-12h30

THEORIE (30min) :

- Accueil, présentation, prise en compte des attentes des stagiaires

THEORIE (1h30) :
*Objectif : **Connaître et comprendre les différents modes de régulation de l'équilibre, de la posture et du mouvement chez les personnes âgées, pour intégrer des séquences de mouvements actifs adaptés dans le traitement***
(Apport théorique power point)

- **Organisation du contrôle postural** - Entrées sensorielles
- Focus sur la **proprioception**
- **Ajustements posturaux anticipés**
- **Altérations observées dans les lombalgies aiguës**
- **Conséquences fonctionnelles**

THEORIE / PRATIQUE (1h30) :
*Objectif : **Maitriser les techniques manuelles proprioceptives en toute sécurité pour le patient âgé en phase aigüe***
(Apport pratique. Mise en pratique en groupe, correction et démonstration de l'intervenant)

- **Pratique des techniques manuelles de base sur la colonne vertébrale**. Dosage, progressivité, adaptation à la douleur
- *Communication thérapeutique* pendant le soin

APRES-MIDI 14h00-17h30

THEORIE (1h) :
*Objectif : **Connaître les bases Anatomo-Physio Pathologiques des lombalgies aigues et du modèle Bio-Psycho-Social***
(Apport théorique power point)

- **Neurosciences et Physiopathologie de la douleur**
- **Physiopathologie des lombalgies aiguës**

PRATIQUE (1h) :
*Objectif : **Différencier les lombalgies sur un plan clinique et repérer, par des bilans validés, les risques de chronicisation chez le lombalgique aigu Pratiquer et maitriser les bilans diagnostiques. Détecter ses croyances, et déterminer les attentes et objectifs des patients. Différencier les patients qui peuvent se chroniciser***
(Apport pratique. Démonstration de l'intervenant et mise en pratique)

- **Nociception**
- **Sensibilisation périphérique et centrale**
- **Modulation de la douleur. Neurogénèse. Neuroplasticité**
- **Réseaux de saillance**

THEORIE / PRATIQUE (45min) :
*Objectif : **Synthétiser les paramètres les plus pertinent et les plus utiles d'une analyse stabilométrique et du bilan clinique postural***
(Apport théorique et pratique)

- **Bilans selon l'arbre décisionnel (HAS) - Drapeaux rouges et jaunes**
- **Bilan-Diagnostic**. Partie pratique avec cas cliniques. **Echelles de douleur, anamnèse, tests sensitifs, moteurs, Réflexes Ostéotendineux, fonctionnels**
- **Red flags** : Savoir identifier et référer. DN4, STarT Back, Sensibilisation centrale
- **Communication patient centré**

PRATIQUE (45min) :
*Objectif : **Poursuivre la maitrise des techniques manuelles proprioceptives et faire le lien avec la partie active du traitement***
(Apport pratique. Démonstration de l'intervenant et mise en pratique)

- **Pratique des Techniques manuelles sur le bassin, les hanches**. Observation et validation par le patient des réponses motrices immédiates

JOUR 2

MATIN 9h00-12h30

THEORIE (1h) :
*Objectif : **Répondre aux éventuelles questions et exposer l'ensemble des thérapeutiques passives, leurs intérêts et modes d'actions chez le senior lombalgique aigu***
(Tour de table et Apport théorique power point)

- Réponses aux questions de J1
- **Thérapie passives - Les médicaments antalgiques**
- **Modalités d'action des thérapies manuelles** : Effets périphériques, centraux, neurovégétatifs
- **Contexte des manipulations patients debout** - Quel intérêt
- **Validité des bilans en thérapie manuelle** et posturologie ?

PRATIQUE (1h) :
*Objectif : **Poursuivre la maitrise des techniques manuelles proprioceptives et faire le lien avec la partie active du traitement***
(Apport pratique. Mise en pratique en groupe, correction et démonstration de l'intervenant)

- **Pratique des techniques manuelles proprioceptives sur les membres inférieurs** en incluant des mouvements fonctionnels durant la séance pour modifier la perception douloureuse aigue

THEORIE (1h30) :
*Objectif : **Connaitre la validité scientifique et des bienfaits des mouvements et de l'activité physique sur la douleur en général et la lombalgie aigue en particulier***
(Apport théorique power point)

- **Thérapie actives, mouvements et exercices**. Quelle Validité ? Quels effets ? Quand les utiliser ?

APRES-MIDI 14h00-17h30

THEORIE / PRATIQUE (45min) :
*Objectif : **Stratégies pour faire comprendre au patient qu'il est sûr et utile de bouger et faire***
(Apport théorique power point & Apport pratique. Mise en pratique en groupe, correction et démonstration de l'intervenant)

- **Comment encourager le patient à réaliser des exercices malgré leur lombalgie**

THEORIE / PRATIQUE (1h30) :
*Objectif : **Appliquer la méthode SMART pour fixer des objectifs et des exercices réalisables immédiatement et adaptables de façon pérenne pour le patient***
(Apport théorique power point & Apport pratique. Mise en pratique en groupe, correction et démonstration de l'intervenant)

- **Exposition graduelle à la douleur**. Partir d'un exercice et le moduler de façon progressive en augmentant la précision sensorielle de l'imagerie motrice et du contrôle moteur. Augmenter l'intensité vers les objectifs définis par le patient

THEORIE / PRATIQUE (1h) :
*Objectif : **Appliquer les techniques passives et actives de manière adaptée pour percevoir une diminution rapide de la douleur aigue et lui donner confiance dans le mouvement***
(Apport théorique et pratique. Mise en pratique en groupe, correction et démonstration de l'intervenant)

- **Mise en situation avec différents cas cliniques**

THEORIE (15min) :
(Apport théorique et pratique)

- Synthèse, QCM, administratif

Certification QUALIOPI :
" la certification qualité a été délivrée au CEFIPS au titre de la catégorie d'action suivante : Actions de Formations "
délivrée par AFNOR le 07/01/24 et valable jusqu'au 04/10/2027

N° 1212
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

DATADOCKÉ