

Plan détaillé de la formation,

# NIVEAU 1

« Évaluation, diagnostic différentiel et traitement des pathologies en lien avec l'épaule »

**Module 1 et 2: E-Learning en préparation à la formation en vidéo et PDF, avec quizz. Ajout de vidéos et contenu après la formation via PODIA. Accès pendant 1 an au contenu. À la fin du e-learning, le candidat pourra déjà appliquer le contenu du e-learning dans sa pratique!**

Durée du totale du E-Learning: environ 8h00

- 3h00 E-learning PDF.
- 3h00 de contenu Vidéo.
- 30 minutes de Quizz avec les réponses.
- 1h30 de prise de note.

## Module 1: Version E-learning PDF :

- 1.1. La prévalence des douleurs d'épaules
- 1.2. Impact du style de vie
- 1.3. Le bilan subjectif
- 1.4. Les red flags de l'épaule
- 1.5. La chaîne cinétique inférieure
- 1.6. Rôle et fonction de l'épaule
- 1.7. Anatomie générale de l'épaule
- 1.8. Anatomie des ligaments de l'épaule
- 1.9. Fonction des ligaments de l'épaule
- 1.10. Fonction des surfaces G/H et du labrum
- 1.11. Fonction des bourses
- 1.12. Fonction des muscles de l'épaule
- 1.13. Fonction des muscles axio-scapulaires
- 1.14. Fonction du biceps brachial
- 1.15. Fonction du deltoïde
- 1.16. Fonction de la scapula
- 1.17. Fonction des articulations claviculaires
- 1.18. Fonction de la région thoracique
- 1.19. Conclusion

## Module 2: Version E-learning vidéo et Quizz:

- **2.1. Anatomie et neuroanatomie de l'épaule:**
  - Anatomie spécifique de la coiffe des rotateurs et neuro-anatomie spécifique de l'épaule.
- **2.2. Fonction de la coiffe des rotateurs:**
  - Physiologie de la fonction de la coiffe des rotateurs.
  - Fonction principale de la coiffe des rotateurs et des piliers fonctionnels de la coiffe.
  - Direction de traitement.

Module 1: Les cervicales: Différenciation entre une épaule et une neuropathie périphériques:

## Module 2: Version E-learning vidéo et Quizz (SUITE):

- **2.2.1. Schéma conceptuel de la coiffe des rotateurs: Compréhension des piliers de fonction.**
- **2.2.2. Schéma contrôle moteur et inhibition réflexe.**
  - Le schéma du contrôle moteur.
  - Les phénomènes d'inhibition du contrôle moteur de la coiffe des rotateurs.
  - Théorie de la cascade inhibitrice de la coiffe des rotateurs et de sa fonction.
  - Compréhension de la prise en charge d'une épaule : "*If Pain, No Gain*".
- **2.2.3. Évaluation de la fonction de la coiffe des rotateurs**
  - In supine fonctional test.
  - Arbre décisionnel du "In Supine" test.
- **2.3. Modification de symptômes selon le stade clinique / inflammatoire,**
  - Principe de la modification de symptôme et banque d'exercice.
  - Modification de symptôme et traitement pour une phase irritable.
  - Modification de symptôme et traitement pour un phase de transition.
  - \*\*\*Les phases neuromotrices et de force seront vues en présentielle pour l'aspect plus technique\*\*\*
- **3.0: Les cervicales: Différenciation entre une épaule et une neuropathie périphériques:**
  - Red flags cervicaux.
  - Arbre décisionnel et différenciation cervical vs épaule.
  - Implication des cervicales dans les problèmes d'épaules: ce que dit la science.
  - Raisonnement clinique et direction de traitement épaule vs cervicale
  - Différenciation body chart / douleur, screening test, tests neurodynamiques.
  - Cluster des radiculopathies et neuropathies périphériques. (Test d'inclusion)
  - Direction de traitement générale.

\*\*\* Il n'y aura aucune technique de traitement démontrée. Cette partie sera abordée au niveau 2.\*\*\*

## Contenu de la formation en présentielle: 16h00

### Jour 1: 8h00

#### Introduction et arbre décisionnel de la prise en charge d'une épaule douloureuse

- Raisonnement et diagnostique différentiel clinique pour la prise en charge d'une épaule douloureuse en fonction de la pathologie.
- Différenciation des sous-types de chaque pathologie de l'épaule.

## Module 2. Les douleurs en lien avec la coiffe des rotateurs. (RCRSP)

- Retour sur le e-learning.
- Bilan actif et observation des mouvements actifs:
  - Analyse des mouvements en fonction des pathologies.
  - Schéma clinique d'identification des pathologies en fonction des mouvements actifs.
  - Test de différenciation et raisonnement clinique pour identifier la pathologies lors des mouvements actifs.
- Retour et ajout des tests actifs permettant l'analyse et l'évaluation de la fonction de la coiffe des rotateurs: analyse et identification du pilier de la fonction atteinte.
- Lésion atraumatique de la coiffe des rotateurs:
  - Physiopathologie des lésions atraumatique.
  - Approche de la rééducation: évaluation, tests, direction de traitements.
- Lésion traumatique de la coiffe des rotateurs:
  - Classification.
  - Évaluation, prise en charge, arbre décisionnel, tests spécifiques.
  - Recherche active des déchirures du subscapulaire, urgence orthopédique.
  - Prise en charge spécifique des "coiffes massives" et direction de traitement.
- Les conflits sous-acromiaux: **"The end of an era?"**: Mise à jour des paradigmes via la science.
- Les dyskinésies scapulaires: **"Une réalité clinique ou une atteinte du schéma d'activation?"**:
  - Mise à jour des paradigmes sur les donnée scientifiques actuelles.
  - Différenciation entre une atteinte du schéma d'activation moteur ou d'une dyskinésie pathologiques.
  - Tests spécifiques et direction de traitement.
- Traitement des pathologies en lien avec la coiffe des rotateur:
  - **Prise en charge selon le pilier fonctionnel de la coiffe atteinte.**
  - Intégration des phases de rééducation en fonction du pilier atteint.
  - **Reprogrammation de la coiffe: "De la théorie à la juxtaposition clinique."**
  - **Reprogrammation de la coiffe spécifique par pilier/phase ( Schéma de la fonction de la coiffe des rotateurs par Swiss Shoulder Clinic.**
- Prise en charge post-opératoire de la coiffe des rotateurs: direction spécifique et évolution.
- Cas pratiques, analyse de cas, exercices d'intégration en équipe et mise en pratique clinique.
- Conclusion, et retour sur les points clés des RCRSP de la théorie et la pratique abordée au jour 1. Raisonnement clinique et application de la théorie et de la pratique.

**Fin de la journée 1: ratio théorie/pratique: 50/50 à 40/60 minimum**

## Jour 2: 8h00

### Module 3: Les instabilités d'épaule.

- Étiopathologie et épidémiologie des instabilités ant. et post.
- Classification des instabilités: re classification des instabilités du triangle de Stanmore par le losange de l'instabilité de l'épaule de Swiss Shoulder Clinic:
  - Compréhension des différents type d'instabilités et leurs directions de traitement.
  - Introduction de la nouvelle catégorie d'instabilité (Polar type 2b),
  - Complication selon le type d'instabilité.
- Différenciation des instabilités positionnelles et non positionnelles, contrôlable et non contrôlable.
- Évolution pathophysiologique négative des instabilités en fonction du type d'instabilité.
- Kinésiophobie post luxation: Prise en charge et direction de traitement.
- Complications et "dommages collatéraux" des luxations.
  - Type de pathologies associées aux luxations.
  - Évaluation et raisonnement clinique de la prise en charge selon la gravité de ces pathologies et leur impact fonctionnel.
  - Red flags des luxations et prise en charge.
- Les changements corticaux associés aux instabilités et la l'impact en fonction du type d'instabilité.
- Traitement chirurgicaux
- Traitement conservateur et post-opératoire: évaluation, direction de traitement et prise en charge spécifique des instabilités ant. et post. **(PRATIQUE):**
  - Intégration du feux quadricolore lors du traitement des instabilités.
  - Tests spécifiques des instabilités antérieures et postérieures.
  - CLIST test ant. et post. ( Capsulo-Labral Insufficiency Test) (Polar Type 2b).
  - Le Swiss Shoulder Clinic instability test.
  - Raisonnement clinique et interprétation des tests.
  - Prise en charge et traitement spécifique des instabilités traumatiques aiguës.
  - Arbre décisionnel pour l'évaluation et le traitement selon le type d'instabilité.
  - Traitements et exercices spécifiques en fonction de l'instabilité et du pilier de la coiffe atteint: Optimisation du traitement des instabilités.
  - Péjoration/mauvaise évolution: Prise en charge et guidelines.

### Démo patient.

Un patient non connu sera invité pour être évalué par le formateur et par les étudiants à l'aide du support du bilan d'évaluation de l'épaule de **Swiss Shoulder Clinic**.

Cela permet de consolider les acquis et de mettre en pratique la théorie ainsi que le raisonnement clinique vu pendant la formation.

## Module 4: Les épaules raides

- Épidémiologie et étiologie des épaules raides.
- Différenciation des différentes raideurs d'épaule.
- L'épaule gelée:
  - Étiopathologie
  - Physiopathologie et changements intra-capsulaires.
  - Changement de paradigme dans les phases.
  - Évaluation et différenciation de l'épaule gelée.
  - Red flags et diagnostic différentiel de l'épaule gelée.
  - Direction de traitement et exercice spécifique en fonction de la phase.
- Les raideurs d'épaule d'origine de la coiffe des rotateurs/protection:
  - Différenciation clinique vs l'épaule gelée
  - **Le Shoulder stiffness inhibition test: application, résultat, prédication et raisonnement clinique**
  - **Intégration des exercices neuro-développementaux dans l'inhibition de la raideur.**
  - Évaluation et traitement spécifique.
- Raideur d'origine post-opératoire ou post bursite sous-acromiale aiguë:
  - Diagnostique différentiel et évaluation.
  - Traitement spécifique.

## Module 5. Dysfonction et instabilité claviculaire.

- Biomécanique et théorie de ACJ de l'articulation sterno-claviculaire.
- Pathologies en lien avec L'AC: dysfonction, ostéolyse et instabilité.
- Pathologies en lien avec la sterno-claviculaire: dysfonction et instabilité.
- Différenciation AC vs Épaule VS cervicales.
- Examen physique: Cluster, tests spécifiques.
- Traitement spécifique en fonction de la pathologie claviculaire.
- Évaluation et traitement de l'atteinte du rythme claviculo-scapulo-coiffe.

**Fin de la journée 2: ratio théorie/pratique: 40/60 minimum**

## FORMATEUR



### Timothée Bernard

PhD(S).PT, Fellow OMT AFOM/IFOMPT, Echographie NSMK.

- Physiothérapeute spécialisé dans la rééducation et la recherche clinique de l'épaule.
- Sous-spécialisé dans les instabilités et les raideurs d'épaule.
- Advanced practice.
- Master et Fellowship en thérapie manuelle orthopédique et manipulation vertébrale AFOM-IFOMPT.
- Advanced NMSK sonographer (échographie).

*Support de cours, boisson sans alcool, boissons chaudes et collation fournis.  
Pour l'hébergement n'hésitez pas à nous contacter pour obtenir des informations.*