



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71

[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 11 75 116 30 75



# DOULEUR et POSTUROLOGIE EN REEDUCATION

## Prise en charge de la douleur par l'approche posturale clinique et instrumentale

### A – Programme détaillé

#### **DUREE**

Deux jours en présentiel :

- 14 heures de formation

#### **NOMBRE DE STAGIAIRES**

- Minimum : 8 (sauf cas exceptionnels)
- Maximum : 25

#### **FORMATEUR**

Stéphane FABRI – Masseur-Kinésithérapeute – Kinésithérapeute du Sport, MSc1

#### 1) OBJECTIFS

La compréhension des liens entre la douleur et les troubles de la posture a évolué profondément et très rapidement ces dernières années, notamment sous l'impulsion de la recherche française et internationale. La visée de ce stage est de permettre une remise à jour complète des savoirs et savoir-faire afin de les rendre conformes aux connaissances actuelles de la biomécanique à la physiopathologie, du bilan au traitement en passant par des travaux pratique.

#### **Contenu :**

Théorique (cognitif, conceptuel), technologique et pratique (Voir infra)

#### **Objectifs généraux :**

L'objectif général est d'acquérir ou de perfectionner ses techniques de prise en charge de la douleur par l'approche posturale, permettant d'améliorer l'offre de soins et leur accès par des prestations.

A l'issue de la formation, le participant sera capable après une analyse de la pratique actuelle et des recommandations de :

- Réaliser des tests et évaluations simples et rapides, recommandés et validés par l'HAS pour la plupart, afin de dépister les troubles de la posture et ensuite d'améliorer la prise en charge de la douleur avec une approche globale, novatrice et mieux adaptée.
- Contribuer à améliorer l'offre de soins et leur accès par des prestations pertinentes, réalisées par un plus grand nombre de professionnels.
- Mobiliser, en situation de soins, différents savoirs et capacités conformes aux données actuelles de la science et aux publications et recommandations de l'HAS :
  - savoir de connaissances ;
  - savoir de techniques pratiques ;
  - savoir-faire opérationnel ;
  - savoir relationnel.
- Analyser et évaluer un patient, sa situation et élaborer un diagnostic kinésithérapique
- Concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique, adapté au patient et à sa situation (incluant la dimension éducative)
- Concevoir, mettre en œuvre et évaluer la prise en charge kinésithérapique
- Intégrer l'aspect économique dans sa réflexion au quotidien lors des prises en charge des patients.



DEVIENT



## Objectifs spécifiques :

### Objectifs principaux :

- Approfondir les connaissances fondamentales des processus de régulation posturale
- Connaitre les récentes notions sur la douleur et les thérapeutiques adaptées en rééducation
- Comprendre les phénomènes de régression posturale et les évolutions de l'appareil locomoteur liées à la sédentarité
- Savoir réaliser un bilan postural clinique et/ou instrumental chez un patient douloureux
- Savoir déterminer les sources sensorielles de perturbation de la posture du patient
- Savoir mettre en place une thérapeutique rééducative moderne, adaptée aux données actuelles de la science.

### Objectif secondaire :

- Se confronter à une vision globale de la rééducation, complémentaire de la kinésithérapie analytique et segmentaire
- Dépasser le soin du symptôme pour mettre en place une thérapeutique kinésithérapique orientée sur la cause de la pathologie
- Définir les limites de la rééducation et savoir évoluer vers une prise en charge pluridisciplinaire
- S'approprier les techniques pour effectuer un bilan morphostatique et un bilan postural clinique
- Connaitre les différents outils instrumentaux du bilan postural et savoir sélectionner celui qui est adapté
- Mettre en place un programme de rééducation avec un appareillage accessible qui favorise la reproduction des exercices au domicile du patient (éducation).

## 2) RESUME

### Premier jour : 9h00-12h30 & 13h30-17h00

#### Matin

##### Contenus :

##### **9h-10h**

- Restitution des grilles « Pré-formation » (pré-test) et tour de table
- Evaluation initiale des connaissances, tour de table et attentes de chacun

##### **10h-12h30**

Les mécanismes neurophysiologiques de régulation posturale  
Les syndromes de régression fonctionnelle et pathologies douloureuses associées de l'appareil locomoteur (lombalgie, cervicalgie, tendinopathie, douleurs articulaires, fibromyalgie, ...) : raisonnement APC

#### Après-midi

##### Contenus :

##### **13h30-15h30**

Le bilan morphostatique : analyse clinique du sujet debout. Relation avec les plaintes douloureuses

##### **15h30-17h**

Evaluation posturale clinique : verticale de Barré, Fukuda, les tests cliniques utilisables en pratique

### Objectifs de la première journée :

- Approfondir les connaissances fondamentales des mécanismes de régulation posturale
- Connaitre les notions récentes sur la douleur et les thérapeutiques adaptées en rééducation
- Comprendre les phénomènes de régression posturale et les évolutions de l'appareil locomoteur liées à la sédentarité
- Savoir réaliser un bilan postural clinique et/ou instrumental chez un patient douloureux
- Se confronter à une vision globale de la rééducation, complémentaire de la kinésithérapie analytique et segmentaire
- Dépasser le soin du symptôme pour mettre en place une thérapeutique



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71

[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 11 75 116 30 75



kinésithérapique orientée sur la cause de la pathologie

## Deuxième jour : 9h00-12h30 & 13h30-17h00

Contenus :

### Matin

#### 9h-10h

- Résumé de la veille, temps de partage

#### 10h-12h30

- Evaluation posturale instrumentale : plateforme de force, examen stabilométrique, analyse vidéo
- La prise en charge pluri-professionnelle
- Techniques de mobilisations de points charnières : cheville/pied

### Après-midi

#### 13h30-15h30

- Les options de rééducations : protocole progressif de prise en charge du patient douloureux
- Méthodes de retonification musculaire posturale

#### 15h30-17h

- Protocole de progression et programme d'éducation du patient douloureux
- Synthèse –

Objectifs de la seconde journée :

- Savoir déterminer les sources sensorielles de perturbation de la posture du patient
- Savoir mettre en place une thérapeutique rééducative moderne, adaptée aux données actuelles de la science
- Dépasser le soin du symptôme pour mettre en place une thérapeutique kinésithérapique orientée sur la cause de la pathologie
- Définir les limites de la rééducation et savoir évoluer vers une prise en charge pluridisciplinaire
- S'approprier les techniques pour effectuer un bilan morphostatique et un bilan postural clinique
- Connaître les différents outils instrumentaux du bilan postural et savoir sélectionner celui qui est adapté.
- Mettre en place un programme de rééducation avec un appareillage accessible qui favorise la reproduction des exercices au domicile du patient (éducation).

## 3) METHODOLOGIES

- Analyse des pratiques par grille d'évaluation« pré formation » (**pré-test**)
- Restitution au formateur des résultats de ces grilles d'analyse des pratiques préformation, question par question au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présente d'une durée de 14 h comportant des échanges sur les résultats de l'évaluation pré-formation (**pré-test**), d'un face à face pédagogique de d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les évaluations.
- Analyse des pratiques par évaluation post formation
- Restitution individuelle au stagiaire de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle
- Restitution statistique, au formateur, de l'impact de sa formation sur la pratique

## **B – Méthodes pédagogiques mises en œuvre**

Les différentes méthodes pédagogiques sont employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation (pré-test)
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances



DEVIENT



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique, sur un stagiaire ou un modèle anatomique, devant les participants lors des TP
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes techniques, entre eux, par binôme.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours, photocopié et / ou clé USB reprenant le PPT
- Si besoin et en fonction du thème de la formation : tables de pratiques (1 pour 2), tapis, coussins, modèles anatomiques, consommables (bandages, élastiques, etc...).

### C – Méthodes d'évaluation de l'action proposée

- Evaluation « pré » (pré-test) et « post formation » (post-test)
- Questionnaire de satisfaction immédiate
- Questionnaire de satisfaction à distance

### D – Référence recommandation bibliographie

- Acapo S, Seyrès P., Savignat É. Définition et évaluation de la douleur. Kinesither Rev 2017(17):186.
- Berthoz A. Le sens du mouvement. éd. Odile Jacob, 2008.
- Bouisset, S. et Do, M.C. Posture, dynamic stability, and voluntary movement. Clinical Neurophysiology ; 38: 345-362, 2008.
- Dupui, P. et Montoya, R. Approche physiologique des analyses posturographiques statique et dynamique. In: Dupui P, Montoya R, Lacour M. Posture et Equilibre : Physiologie, Techniques, Pathologies (Marseille: éditions Solal): 15-28, 2003.
- Gedda M, Risch N. Douleurs : nouvelles compréhensions sur ces réalités inexplicables. Kinesither Rev 2017(17):186.
- Haute Autorité de Santé (HAS). Analyse de la posture statique et/ou dynamique sur plate-forme de force (posturographie) statokinésigraphie informatisée. HAS : Recommandations professionnelles; 2007 [https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/rapport\\_analyse\\_de\\_la\\_posture.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/rapport_analyse_de_la_posture.pdf)
- Haute Autorité de Santé (HAS). Douleur chronique : reconnaître le syndrome douloureux chronique, l'évaluer et orienter le patient. HAS : Recommandations professionnelles; 2008 [https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2009-01/douleur\\_chronique\\_argumentaire.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2009-01/douleur_chronique_argumentaire.pdf)
- Horak, F.B. et Nashner, L.M. Central programming of postural movements: adaptation to altered support surface configurations. Journal of Neurophysiology ; 55(6): 1369-1381, 1986.
- Lieberman, D.E. Venkadesan, M. Werbel, W.A. et al. Foot strike patterns and collision forces in habitually barefoot versus shod runners. Nature ; 463 : 531-536, 2010.
- Maître JH, Crouan A. Approches thérapeutiques de la douleur en kinésithérapie. Kinesither Rev 2017(17):186.
- Moscoso J. Histoire de la douleur XVIe–XXe siècle. Paris: Les prairies ordinaires; 2015.
- Namer B, Schick M, Kleggetveit TP, Orstavik K, Schmidt R, Jorum E, et al. Differential sensitization of silent nociceptors to low pH stimulation by prostaglandin E2 in human volunteers. EJP 2015;19:159–66.

- Osinski T, Lallemand A, Russo T. Modulation et dérèglements neurophysiologiques des voies de la douleur. Kinesither Rev 2017(17):186.
- Risch N, Pointeau F, Poquet N. Nociception. Kinesither Rev 2017(17):186.
- Rousseau L, Bacelon M. Facteurs psychosociaux, douleur et kinésithérapie. Kinesither Rev 2017(17):186.

## **E – Grille d'évaluation pré-test / post-test (pré et post-formation)**

Cf page suivante

## Formation AMD Posturologie en rééducation

|       |         |           |        |              |
|-------|---------|-----------|--------|--------------|
| Nom : | Phase : | Patient : | Date : | Formulaire : |
|-------|---------|-----------|--------|--------------|

*Vous devez cocher une case en face de chacune des propositions faites dans ce document, en fonction de vos connaissances actuelles :*

*- O = OUI, la réponse est conforme*

*- N = NON, la réponse est non conforme*

*- NC = non concerné, ne pas cocher (valide une réponse fausse)*

*Vous n'avez pas eu de patient au cours des 2 derniers mois, ou vous n'avez pas d'expérience pour cette pathologie : répondez quand même par OUI ou NON en fonction de vos connaissances actuelles.*

Formation AMD Posturologie en rééducation : Prise en charge de la douleur par l'approche posturale clinique et instrumentale

| Un patient prend rendez-vous avec vous sans prescription médicale pour une évaluation posturale. Quelle est votre pratique ?                             | OUI                      | NON                      | NC                       |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 01 - Je l'adresse chez son médecin pour qu'il se procure une prescription médicale   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 02 - Je peux effectuer ce bilan avec une facturation libre   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 03 - Je réalise ce bilan et je lui remets un document qui mentionne le diagnostic médical, la pathologie dont souffre le patient et le traitement adapté | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 04 - Je facture ce bilan et je produis une feuille de soin que je donne au patient   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| Un autre patient prend rendez-vous avec prescription médicale pour une rééducation dans le cadre d'une lombalgie chronique évoluant depuis 6 ans  | OUI                      | NON                      | NC                       |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 05 - Je pratique une évaluation posturale surtout s'il y a d'autres douleurs associées à distance et si le patient a déjà pratiqué d'autres traitements qui n'ont pas donné de résultats satisfaisants          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 06 - Mon examen clinique postural doit impérativement être complété par une évaluation instrumentale sur plate-forme de force   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 07 - Si j'observe, lors de mon examen morphostatique, un iliaque haut à gauche, c'est forcément que mon patient a une inégalité de longueur de jambe  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 08 - Les examens complémentaires (imagerie) de mon patient peuvent être discordants avec la symptomatologie   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 09 - Pour faire comprendre à mon patient sa pathologie, je lui montre sur les examens complémentaires (imagerie) l'endroit exact où se situent les lésions (arthrose, hernie...) et interprète l'imagerie       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 - Si mon patient souffre de son dos, c'est probablement qu'il existe des lésions au niveau de son dos et qu'il faut effectuer des techniques de rééducation au niveau du site de douleur pour un soulagement | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 - Si les performances de mon patient sont diminuées avec les yeux ouverts (par rapport à la situation Yeux fermés), je suspecte une perturbation posturale d'origine oculomotrice                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 - Pour mettre en évidence une dysfonction somesthésique d'origine podale, j'évalue la posture de mon patient sur un tapis en mousse (au moins 2 cm) avec les yeux fermés                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| Dans le cadre de la rééducation posturale de ce patient lombalgique  | OUI                      | NON                      | NC                       |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 13 - J'utilise principalement la physiothérapie antalgique pour la lutte contre la douleur et soulager mon patient   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 - Pour débiter ma prise en charge posturale, je propose dans un premier temps une prise en charge de la cheville et du pied pour optimiser la somesthésie du patient  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 - J'introduis dans mon programme de rééducation des étirements des muscles sous-pelviens et de la jambe pour soulager mon patient   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 - En complément de ma rééducation, je prends du temps pour discuter avec mon patient des éventuels problèmes personnels (affectifs, professionnels) et je lui donne des outils thérapeutiques pour qu'il se sente mieux sur le plan psychologique | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 - Il est nécessaire que je propose des exercices de reconditionnement musculaire et cardio-respiratoire globaux (vélo, vélo elliptique, tapis de marche...) pour lutter contre la fatigue périphérique et centrale                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 - Si le sport réalisé par mon patient est indolent mais toxique pour le rachis, je lui conseille de l'abandonner  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 - En dehors des séances de rééducation, si mon patient perçoit des douleurs, il est nécessaire qu'il respecte un maximum de repos en position allongée pour soulager son dos  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 - Si mon patient, lors du bilan intermédiaire, a une amélioration de ses capacités fonctionnelles dans les activités quotidiennes et que ses douleurs sont identiques à celles du bilan initial, je peux considérer que c'est un bon résultat     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |