

# Identification et prise en charge de la douleur de la sphère abdomino-pelvienne

## A – Programme détaillé

### DUREE

Deux jours en présentiel :  
14 heures

### NOMBRE DE STAGIAIRES

- Minimum : 8 (sauf cas exceptionnels)
- Maximum : 20

### FORMATEUR

Sophie TYSON LANDAIS MKDE

### 1) OBJECTIFS

La douleur de la sphère abdomino-pelvienne devient un motif de consultations en kinésithérapie notamment lors de pathologies comme l'endométriose ou lors de troubles digestifs.

L'Ordre National des Masseurs-Kinésithérapeutes a même rappelé en avril 2019 la place du Masseur-Kinésithérapeute dans ces pathologies. La visée de ce stage est d'améliorer les pratiques professionnelles du kinésithérapeute afin qu'il appréhende mieux sa place dans ces prises en charge pluridisciplinaires. Il est question de prendre en charge des patients souffrant de douleurs et symptômes chroniques. De ce fait pour une amélioration optimale des symptômes et une amélioration de la qualité de vie, il semble nécessaire que cette prise en charge pluridisciplinaire comprenne la dimension fonctionnelle du soin prodigué le kinésithérapeute. La kinésithérapie s'inscrit dans les traitements non médicamenteux indispensables au traitement des douleurs de la sphère abdomino-pelvienne. Enfin, le kinésithérapeute est un acteur essentiel dans les processus d'éducation thérapeutique nécessaires dans l'accompagnement de pathologies chroniques.

### Contenu :

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

### Objectifs généraux :

L'objectif général est de faire le point sur les savoir et savoir-faire du Masseur Kinésithérapeute qu'il peut intégrer plus spécifiquement dans la prise en charge de la douleur de la sphère abdomino-pelvienne.

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

- Réaliser un BDK du caisson abdominal
- Identification mécanique de l'origine des phénomènes douloureux
- Mettre à jour ses savoirs sur la physiopathologie abdominale et pelvienne
- Mobiliser en situation de soins, différents savoirs et capacités conformes aux données de l'HAS : savoir de connaissances, savoir de techniques pratiques, savoir-faire opérationnel, savoir relationnel
- Autonomiser le patient et la prise en considération de l'aspect économique du soin
- Utilisation de techniques cognitives-comportementales
- Drapeaux rouges : critères d'exclusion de la rééducation



**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



processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de  
la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION

## Objectifs spécifiques :

- Montrer au kinésithérapeute l'intérêt d'intégrer un réseau de soignants afin faciliter la prise en charge pluridisciplinaire
- Favoriser le raisonnement clinique à partir des éléments pertinents du bilan
- Lutter contre le déconditionnement physique et la sédentarité

## 2) RESUME

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

#### Contenus :

##### 9h00 - 9h30

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

##### 9H30-12h30

- Anatomie et physiologie du caisson abdominal
- Pathologies digestives et gynécologiques
- Première partie du BDK (Bilan des fonctions de digestion, défécation, miction, sexualité)
- Rappel des prérequis à la rééducation : conseils d'hygiène de vie (sommeil, évaluation du stress, conseils nutritionnels...)

##### 13h30 - 15h30

- Brainstorming : types de douleurs de la sphère abdomino-pelvienne et étiologies
- Table ronde sur les différentes douleurs dans les pathologies gynécologiques type endométriose et digestives.
- Rappel des critères de Rome pour les douleurs liées à des troubles fonctionnels digestifs
- Rappel des recommandations de l'HAS pour l'endométriose
- Drapeau rouge : critère d'exclusion de douleurs organiques et non fonctionnelles, Réorientation vers le médecin traitant
- Travaux pratiques : mise en place du TENS et traitement en radiofréquence à visée antalgique  
(La pratique se fera sur différents appareils de différents fabricants)

##### 15h30 - 17h00

- L'importance du nerf vague
- Concept du tonus vagal, exercices de cohérences cardiaque avec biofeedback
- Travaux pratique sur le biofeedback

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

#### Contenus :

##### 9H00 - 9h30

Résumé de la veille, temps de partage

##### 9h30 - 12h30

- Evaluation des dysfonctions en cause dans ses pathologies en fonction des critères de l'HAS (respiration, compliance thoracique, stabilité lombo-pelvienne, contrôle périnéale)





**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



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de  
la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION

### 13h30-15h30

- Travaux pratiques : Thérapie manuelle de la sphère abdominopelvienne, techniques manuelles de déprogrammation et levée de tension,
- Travaux pratiques : Etirements spécifiques de la chaîne musculaire antéro-interne
- Travaux pratiques : Reconditionnement à l'effort, stabilisation abdomino-lombo-pelvienne

### 15h30 – 17h00

- Techniques cognitivo-comportementales autour des fonctions de la sphère abdomino-pelvienne, de la gestion de la douleur
- Travaux pratique : atelier méditation en santé comme outil de gestion de la douleur et de rééducation respiratoire. Amélioration de la compliance thoracique et du tonus vagal
- Travaux pratique : Organiser des temps d'éducation thérapeutiques autour des fonctions du ventre, de la gestion de la douleur
- Intégration du kinésithérapeute dans un réseau de soignants ; Elaborer un raisonnement clinique à l'aide de questionnaires afin d'orienter le patient dans le parcours de soins coordonnés.
- Synthèse –évaluation « post-formation » (post-test)

## 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 préentielle 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
- **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
- Tables de pratiques (1 pour 2), tapis, coussins...

## 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





**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



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de  
la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION

## D – Référence recommandation bibliographie

1/ CNOMK, Conseil national de l'ordre des masseur-kinésithérapeutes. Fiche pratique sur l'endométrieose [internet]. Avril 2019

Disponible sur : <https://www.ordremk.fr/wp-content/uploads/2019/06/fiche-pratique-endometriose-042019.pdf>

2/ Collégiale des universitaires en hépato-gastro-entérologie. Les fondamentaux de la pathologie digestive, Edition Elsevier Masson, 2014

3/ Classification de Rome IV. *Douleur abdominale récurrente survenant en moyenne au moins 1 jour par semaine dans les 3 derniers mois avec au moins 2 des critères suivant...*, [Internet]. 2016

Disponible sur : <https://www.snfge.org/download/file/fid/2410>

4/ Haute autorité de santé (HAS), [Internet]. Prise en charge de l'endométrieose, méthode recommandations pour la pratique clinique. Décembre 2017.

Disponible sur : [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-01/prise\\_en\\_charge\\_de\\_lendomietriose\\_-\\_recommandations.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-01/prise_en_charge_de_lendomietriose_-_recommandations.pdf)

5/ Anne Coutaux. Traitements physiques de la douleur (TENS et acupuncture), Consultation d'évaluation et de traitement de la douleur, groupe hospitalier Paris Saint Joseph, 2017

Disponible sur : <https://www.em-consulte.com/article/1098532/traitements-physiques-de-la-douleur-tens-et-acupun>

6/ Frokger JB, Bergmann S, Brock C, Madzak A, Farmer AD, Drewes AM. Modulation of vagal tone enhances gastroduodenal motility and reduces somatic pain sensitivity, *Neurogastroenterol Motil.* 2016

Disponible sur : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26728182/>

7/ Sowder , Gevirtz, Shapiro. Restoration of vaggal tone : a possible mechanism for functional abdominal pain, 2010

Disponible sur : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20229150/>

8/ HAS, [Internet]. Prolapsus génital de la femme : prise en charge thérapeutique, 9 juin 2021.

Disponible sur: [https://www.has-sante.fr/jcms/p\\_3270984/fr/prolapsus-genital-de-la-femme-prise-en-charge-therapeutique](https://www.has-sante.fr/jcms/p_3270984/fr/prolapsus-genital-de-la-femme-prise-en-charge-therapeutique)

9/ Michelle D Smith, Anne Russel, Paul W Hodges, The relationship between incontinence, breathing disorders, gastrointestinal symptoms, and back pain in women: a longitudinal cohort study. Février 2014

Disponible sur : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23486234/>

10 / M Antonello, D. Delplanque. Comprendre la Kinésithérapie respiratoire du diagnostic au projet thérapeutique, Editeur Masson, Octobre 2009



**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



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
La certification qualité a été délivrée au titre de  
la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION

11/ B. Steenstrup , J.N. Cornu , E. Poilvet, H. Breard, G. Kerdelhue, M. Gilliaux, Impact des modifications sagittales liées à l'âge sur les prolapsus des organes pelviens. Une revue systématique de littérature, 23/03/2022

Disponible sur : <https://www.em-consulte.com/article/1508201/impact-des-modifications-des-courbures-vertebrales>

12/ Bruno Bonaz , Valérie Sinniger , Sonia Pellissier. Therapeutic Potential of Vagus Nerve Stimulation for Inflammatory Bowel Diseases . 22 mars 2021

Disponible sur : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33828455/#affiliation-3>

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

Cf page suivante

**PEC de la douleur de la sphère abdominopelvienne**

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.*

- |  |                          |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 01 - Le renforcement abdominopelvien est interdit lors de douleurs abdominopelviennes ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 02 - L'innervation du système digestif dépend uniquement du nerf vague ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 03 - La fréquence respiratoire utilisée lors de la cohérence cardiaque est la plus indiquée pour modifier le tonus vagal ?       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 04 - L'endométriose est une pathologie qui ne concerne que l'appareil gynécologique ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 05 - Le tens est une solution non médicamenteuse que le patient peut aussi réaliser à domicile pour gérer sa douleur ?           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 06 - Une contracture du diaphragme a une conséquence sur le SIO ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 07 - La motilité du tube digestif est la même tout le long de son trajet ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 08 - Il n'y a qu'un seul sphincter au niveau de l'anus ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 09 - La posture influe sur la fonction digestive et urinaire ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 - Les dyspareunies sont fréquentes lors des pathologies digestives et dans l'endométriose ?                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 - L'alpha amylase n'a pas d'impact sur la digestion d'où l'importance de gober les aliments ?                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 - La constipation se définit seulement par la fréquence des selles ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 - La kinésithérapie n'a pas d'effet sur le RGO ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 - La pleine conscience est un concept qui permet de mieux réaliser plusieurs choses à la fois ?                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 - La respiration a plusieurs intérêts dans la rééducation des douleurs de la sphère abdominopelvienne ?                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 - Les fonctions urinaires, digestives, sexuelles ont un fonctionnement similaire qui repose sur des activités musculaires ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 - La douleur est une expérience personnelle qui n'a pas sa place en éducation thérapeutique ?                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 - Le discours commun de chaque praticien dans un réseau de soignants permet une meilleure adhésion du patient au traitement ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 - L'échelle de bristol est jusqu'à 8 ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 - La sédentarité permet de mettre aux repos les organes digestifs.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |