



INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

# FICHE DE SYNTHÈSE DE LA FORMATION

## « Tendinopathie d'Achille : améliorer son raisonnement clinique pour une meilleure prise en charge »

### A – Programme détaillé

#### DURÉE

8h de formation réparties selon :

- 2,5h de EPP 1er tour et APP
- 4 heures de FC
- 1,5h de EPP 2nd tour

EPP = évaluation des pratiques professionnelles

APP = Amélioration des pratiques professionnelles

FC = Formation continue

#### ORIENTATION CHOISIE :

Fiche de cadrage n°207 : Prévention et prise en charge des pathologies neuro-musculosquelettiques

#### NOMBRE DE STAGIAIRES

- Maximum : 30

#### FORMATEUR

**Cédric ROBERT**

Masseur-Kinésithérapeute,

#### 1) OBJECTIFS

##### Contexte :

Entre 2 et 20% des sportifs (selon les sports) seront sujets à tendinopathie d'Achille. C'est une pathologie courante, invalidante et répandue dans nos cabinets. Les concepts de prise en charge ont grandement évolué ces dernières années.

Aujourd'hui il est attendu que le kinésithérapeute assurant le suivi d'un patient, soit en capacité de sécuriser les soins dispensés et garantir la réorientation ou la consultation médicale aussi souvent que nécessaire.

##### Objectifs généraux :

Le but premier de ce programme est de permettre aux apprenants d'évaluer leurs pratiques par rapport à cette thématique et de s'inscrire dans une démarche d'amélioration continue pour eux bien entendu mais aussi pour leurs patients. A travers la partie formation continue, les masseurs-kinésithérapeutes pourront acquérir les savoirs et compétences nécessaires pour pouvoir accueillir et prendre en charge les patients consultant pour une problématique de douleur d'épaule en lien avec la coiffe des rotateurs.

##### Objectifs spécifiques :

- Evaluer ses pratiques par rapport à des situations réelles et concrètes issues de la vie professionnelle et clinique quotidienne

- Connaître le positionnement de la science et d'experts cliniques sur la résolution de situations cliniques fréquentes et le cheminement réflexif engagé

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com

www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

- Comprendre l'intérêt d'intégrer une démarche d'amélioration des pratiques tout au long de sa vie professionnelle
- Être capable d'évaluer sa capacité propre au raisonnement clinique et l'évolution de celui-ci sur la durée d'un programme de formation intégré
- Être capable d'analyser et évaluer un patient, sa situation et élaborer un diagnostic kinésithérapique
- Savoir maîtriser et utiliser à bon escient les tests cliniques, les scores et les échelles associées à la prise en charge du tendon d'Achille
- Actualiser les savoirs conformes aux recommandations de prise en charge des tendinopathies d'Achille et aux standards internationaux,
- Être capable de concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique, adapté au patient et à sa situation (incluant la dimension éducative)
- Comprendre les étapes permettant le maintien puis le retour normal à l'activité physique en évitant les rechutes précoces et les récurrences.

#### Contenu :

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

## 2) RESUME

### Sommaire de la formation :

Module 1 : Evaluation des pratiques professionnelles 1er tour	: 150 mn
Module 2 : Histologie, anatomie, physiopathologie, données épidémiologiques	: 50 mn
Module 3 : Bilan d'une tendinopathie d'Achille	: 80 mn
Module 4 : Prise en charge médicale	: 20 mn
Module 5 : Traitement kinésithérapique	: 90 mn
Module 6 : Évaluation des pratiques professionnelles 2nd tour	: 90 mn

### Déroulé pédagogique détaillé :

#### **Module 1 : 1er tour EPP**

**Durée estimée :** 150 minutes

I/ 1er tour de vignettes cliniques sur X situations proposées (EPP)

Réponses des apprenants aux vignettes proposées

Objectifs : être capable de répondre à des situations cliniques issues du quotidien professionnel sur une thématique dédiée

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com  
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

Les apprenants répondent aux questions créés par le formateur accompagné de ses experts. Ils développent un raisonnement clinique à travers le cheminement de la vignette et en plus d'aborder la thématique se questionnent sur leur connaissances et compétences

#### II/ Réponses aux vignettes par le formateur expert (EPP)

Les réponses sont présentées aux stagiaires après chaque question ou série de questions permettant de garder un séquençage dans le raisonnement clinique. Le formateur développe les réponses pour chaque vignette. Ses réponses sont issues de la littérature professionnelle et des recommandations de bonnes pratiques

Objectifs :

- Comprendre les réponses du formateur et de ses experts face à des situations cliniques
- Identifier son niveau de connaissances et compétences par rapport à des situations données

#### III/ Évaluation des vignettes et définition de ses axes d'amélioration des pratiques

Objectifs :

- Évaluer les questions proposées pour permettre de moduler la difficulté
- Identifier ses lacunes pour définir ses axes d'amélioration

#### IV/ Forum

Les apprenants ont accès à un forum dédié à leur session tout au long de la formation, ce qui leur permet d'échanger avec les formateurs mais également d'échanger entre pairs. Le formateur, les experts cliniques et/ou de l'exercice professionnel ainsi que les référents pédagogiques participent également à ce forum pour favoriser les échanges et permettre sur la partie APP d'avoir un maximum d'interaction.

### **Module 2 : Introduction : histologie, anatomie, physiopathologie du tendon et données épidémiologiques**

Les modules 2 à 5 représentent la partie « formation continue » de ce programme intégré. Cette partie débute par un quiz qui évalue l'ensemble des connaissances et se termine par le même quiz afin d'observer l'évolution des connaissances du stagiaire.

**Durée estimée :** 50 minutes

**Descriptif/Objectif :**

- Actualiser les notions anatomo-pathologiques.
- Comprendre la physiopathologie et les mécanismes lésionnels du tendon d'Achille
- Prendre connaissance des données épidémiologiques

Séquences	Contenus & Type	Durée
<b>Histologie</b>	Actualiser les notions théoriques concernant la constitution du tendon, sa vascularisation, son innervation <i>Apports théoriques + illustration</i>	10 min
<b>Anatomie</b>	Mise à jour des principales structures anatomiques de la cheville <i>Apports théoriques + images + vidéos</i>	10 min
<b>Physiopathologie</b>	Explication des mécanismes entraînant la pathologie du tendon, les réactions de celui-ci, ses adaptations. <i>Apports théoriques + images + vidéos</i>	15 min

> 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com  
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

<b>Epidémiologie</b>	Rappels statistiques en fonction du type de population, âge, sport et mécanismes Risque de récurrence. <i>Apports théoriques</i>	10 min
<b>QCM</b>	Evaluation des connaissances acquises Questionnaire à choix multiple	5 min

### Module 3 : Bilan d'une tendinopathie d'Achille

**Durée estimée :** 80 minutes

#### **Descriptif/Objectif :**

- Découvrir les outils d'évaluation objective et subjective du tendon.
- Identifier les séquences incontournables du bilan
- Identifier les drapeaux rouges.

<b>Séquences</b>	<b>Contenus &amp; Type Type</b>	<b>Durée</b>
<b>Relaté du patient</b>	Conduire de l'interrogatoire et trier la pertinence des informations <i>Apports théoriques</i>	10 min
<b>Bilan de la douleur</b>	Évaluer la douleur, son mécanisme Interpréter les symptômes du patient <i>Apports théoriques</i>	10 min
<b>Bilan des mobilités et de la force musculaire</b>	Évaluer la fonction et la force des groupes musculaires impliqués dans la tendinopathie d'Achille <i>Apports théoriques + supports vidéos</i>	15 min
<b>Les tests cliniques du tendon</b>	Découvrir les différents tests cliniques du tendon <i>Apports théoriques + supports vidéos</i>	15 min
<b>Analyse du geste sportif</b>	Découvrir les outils techniques et la méthodologie de l'analyse du geste sportif <i>Apports théoriques + supports vidéos</i>	15 min
<b>Evaluation subjective : l'utilisation des questionnaires et scores</b>	Notions théoriques et pratiques sur l'utilisation de scores validés dans la prise en charge des tendinopathies d'Achille <i>Apports théoriques</i>	10 min
<b>QCM</b>	Evaluation des connaissances acquises <i>Questionnaire à choix multiple</i>	5 min

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com  
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

## Module 4 : Prise en charge médicale

Durée estimée : 20 minutes

### Descriptif/Objectif :

- Actualiser les connaissances sur les différentes techniques chirurgicales et leurs implications sur la prise en charge masso kinésithérapique qui en découle.
- Identifier les critères décisionnels de la mise en place d'un protocole chirurgical

Séquences	Contenus & Type	Durée
Traitement médical	Quels sont les traitements que le médecin peut mettre en place ? <i>Apports théoriques</i>	10 min
Les techniques chirurgicales	Notions théoriques sur les techniques chirurgicales. Comprendre leur retentissement sur l'évolution de la tendinopathie <i>Apports théoriques + images + supports vidéos</i>	8 min
QCM	Evaluation des connaissances acquises <i>Questionnaire à choix multiple</i>	2 min

## Module 5 : Traitement kinésithérapique

Durée estimée : 90 minutes

### Descriptif/Objectif :

- Actualiser les connaissances des différents protocoles et comprendre le choix de ceux ci
- Améliorer la pertinence des prises en charge.

Séquences	Contenus & Type Type	Durée
Place de la physiothérapie	Mise à jour des notions théorique <i>Apports théoriques</i>	10 min
Place des étirements	Mise à jour des notions théoriques et des applications <i>Apports théoriques</i>	10 min
Gestion de la charge d'entraînement	Évaluer les critères de gestion de l'activité afin de moduler l'apparition des douleurs <i>Apports théoriques</i>	15 min

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com  
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

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

<b>Continuité de l'activité sportive</b>	Quantifier les critères objectifs de continuité et d'arrêt de l'activité sportive <i>Apports théoriques</i>	15 min
<b>Place des protocoles d'exercices</b>	Actualiser les connaissances sur les différents protocoles, être en capacité de choisir le protocole le plus adapté au patient <i>Apports théoriques + images + supports vidéos</i>	15 min
<b>Spécificité de la prise en charge de la tendinopathie d'achille</b>	Identifier les éléments du bilan, de la gestion du geste, du volume d'activité, les concepts de prise en charge aux différents stades de celle ci. <i>Apports théoriques + images + supports vidéos</i>	20 min
<b>QCM</b>	Evaluation des connaissances acquises <i>Questionnaire à choix multiple</i>	5 min

## Module 6 : 2nd tour d'EPP

**Durée estimée : 90 min**

I/ 2nd tour de vignettes cliniques sur X situations proposées (EPP)

Ce 2<sup>nd</sup> tour de vignettes se déroule à distance de la partie formation continue. Un délai de 14j est donné aux stagiaires de façon à leur laisser le temps de mettre en pratique les évolutions en terme de connaissances et de raisonnement clinique auprès de leurs patients.

Réponses des apprenants aux vignettes proposées

Objectifs : être capable de répondre à des situations cliniques issues du quotidien professionnel sur une thématique dédiée pour vérifier l'impact de la formation continue sur la capacité de réponse des apprenants

Les apprenants répondent aux questions créés par le formateur accompagné de ses experts. Ils développent un raisonnement clinique à travers le cheminement de la vignette et en plus d'aborder la thématique se questionnent sur leur connaissances et compétences

II/ Réponses aux vignettes par le formateur expert (EPP)

Les réponses sont présentées aux stagiaires après chaque question ou série de questions permettant de garder un séquençage dans le raisonnement clinique..

Le formateur développe les réponses pour chaque vignette. Ses réponses sont issues de la littérature professionnelle et des recommandations de bonnes pratiques

Objectifs :

- Comprendre les réponses du formateur et de ses experts face à des situations cliniques
- Identifier son niveau de connaissances et compétences par rapport à des situations données

III/ Évaluation des vignettes et définition de ses axes d'amélioration restants

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

secretariat@sarl-ink.com  
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK





INSTITUT NATIONAL  
DE LA KINÉSITHÉRAPIE



REPUBLICQUE FRANÇAISE

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

L'apprenant, suite à son deuxième tour d'évaluation des pratiques professionnelles, réfléchit maintenant aux éléments restants pour continuer sa démarche d'APP.  
Il évalue son évolution dans son parcours de formation professionnelle continue et détermine si la formation a répondu à ses objectifs.

➤ 3 rue Lespagnol  
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71  
fax : 01 44 83 46 74

[secretariat@sarl-ink.com](mailto:secretariat@sarl-ink.com)  
[www.ink-formation.com](http://www.ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75  
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état  
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

