



# FICHE DE SYNTHÈSE DE LA FORMATION

## « Douleur et kinésithérapie : améliorer son raisonnement clinique pour une meilleur 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°32 : Amélioration de la prise en charge de la douleur

#### **NOMBRE DE STAGIAIRES**

- Maximum : 30

#### **FORMATEUR :**

**Laurent ROUSSEAU**, Masseur-Kinésithérapeute, DU TCC Douleur chronique (Paris), DU Douleur (Rennes) :

- Formateur sur ce thème depuis 2013,
- Ancien président du GI douleur de la Société Française de Physiothérapie (SFP)
- Enseignant sur le thème en IFMK,
- Nombreuses interventions en congrès
- Participe avec le collège de la masso-kinésithérapie (CMK) à l'élaboration des recommandations dans le cadre de la spécificité douleur.

#### 1) OBJECTIFS

##### **Contexte :**

La douleur est présente chez la plus grande partie des patients qui consultent un kinésithérapeute, que ce soit avec une prescription ou en accès direct. L'interprétation faite par le patient de sa douleur et son envie de la voir partir le plus rapidement possible, oriente souvent la prise en charge vers l'application de techniques supposées en limiter la production. Des techniques de thérapie manuelle ou des techniques antalgiques manuelles ou instrumentales sont souvent privilégiées sans toutefois toujours apporter les résultats escomptés.

En effet la réalité de la douleur de notre patient se trouve bien souvent dans une autre voie, car il s'avère qu'elle n'est en réalité que la partie émergée d'un iceberg qui ne diminuera que si l'on s'attaque tout autant à sa partie émergée qu'à sa partie immergée.



Il est essentiel pour le thérapeute d'en maîtriser parfaitement la physiologie afin de comprendre les mécanismes qui ont prévalu au cours de sa mise en place. Cette compréhension, bien qu'indispensable, est très loin d'être suffisante tant la complexité du phénomène douloureux nous amène en permanence à naviguer entre les secteurs bio psycho et sociaux, pour proposer à notre patient les prises en charge les plus adaptées à sa problématique.

Dans ce contexte, cette formation se propose d'une part de présenter ce que la physiologie peut apporter d'utile au patient, et d'autre part abordera la douleur dans sa réalité bio psycho sociale pour déterminer, dans une démarche active, une prise en charge personnalisée de son problème.

A l'issue de ces 8 heures de formation, les stagiaires auront acquis les notions essentielles pour déterminer les caractéristiques qualitatives de la douleur de leurs patients et les répercussions en termes de qualité de vie.

Ils seront en mesure d'élaborer un traitement en prenant en compte des caractéristiques sensibles de leurs patients pour lui proposer une prise en charge sur mesure.

### **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 liée à la douleur.

### **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
- 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
- Connaître les dernières données et connaissances scientifiques autour de la douleur.
- Être capable de réaliser un bilan diagnostic kinésithérapique axé sur les caractéristiques de la douleur selon la classification proposée par l'IASP.
- Savoir proposer aux patients une prise en charge spécifique et personnalisée,
- Comprendre comment limiter l'impact de la douleur pour la voir diminuer à terme .
- Maîtriser les stratégies pour aborder le patient dans sa globalité et savoir celle qui correspond le mieux à la situation.
- Comprendre la place de l'évaluation de son patient dans le seul but d'adapter la stratégie à la condition de ce dernier.
- Être capable d'adapter son discours, pour que le patient soit dans une démarche active vers la recherche de son autonomie.
- Connaître la place de l'exercice coordonné dans la prise en charge des patients douloureux chroniques.





## **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 : Introduction générale	: 10 mn
Module 3 : De quoi parle-t-on quand on parle de douleur ?	: 35 mn
Module 4 : Physiologie utile de la douleur	: 55 mn
Module 5 : Éducation : Le patient et sa douleur	: 60 mn
Module 6 : Optimiser les choix de prise en charge	: 65 mn
Module 7 : Résumé de la formation	: 15 mn
Module 8 : Évaluation des pratiques professionnelles 2nd tour	: 90 mn

### - Déroulé pédagogique détaillé :

EPP = évaluation des pratiques professionnelles  
APP = Amélioration des pratiques professionnelles  
FC = Formation continue

#### **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

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 générale

Les modules 2 à 7 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 :** 10 minutes

### **Descriptif / Objectif :**

Ce module d'introduction vise à présenter la formation et son cheminement.

Séquences	Contenus et Type	Durée
<b>Illustrations des paradoxes de la douleur au travers d'exemples de dialogues et d'anecdotes.</b>	En décrivant quelques anecdotes et dialogues, cette introduction interrogera le stagiaire sur la réalité biopsychosociale de la douleur. L'objectif est de bien perturber une vision bio médicale ancrée dans nos pratiques, au profit d'une vision plus globale et plus axée sur l'écoute de son patient.	10 min

## Module 3 : De quoi parle t'on quand on parle de douleur ?

**Durée estimée :** 35 minutes

### **Descriptif / Objectif :**

A l'issue de ce module l'apprenant sera capable de :

- D'expliquer simplement à quoi correspond le message douloureux.
- D'expliquer simplement à quoi ne correspond pas le message douloureux (notion de fausses croyances).
- D'appréhender dans sa dimension biopsychosociale ce que la douleur représente, et d'aborder avec son patient les grands principes qui serviront à étayer une éducation sur mesure, pour l'aider à entamer un processus de gestion de sa douleur.





Séquences	Contenus et Type	Durée
<b>La douleur vue d'en haut !</b>	Description des concepts généraux avec une approche globale sur les fonctions spécifiques du message douloureux, et notamment la notion de douleur en lien avec la menace.	15 min
<b>La notion de perception</b>	Abord de la notion de perception qui renvoie à la douleur qui n'est pas la résultante automatique d'un phénomène linéaire, mais bien la production du cerveau à la suite d'une analyse contextuelle de la situation.	15 mn
<b>QCM</b>	Évaluation des connaissances acquises QCM	5 min

#### Module 4 : Physiologie utile de la douleur

**Durée estimée :** 55 minutes

**Descriptif / Objectif :**

- Comprendre les phénomènes suivants
  - La nociception
  - La transduction
  - La conduction
  - La transmission
  - La sensibilisation (périphérique et centrale)
  - La modulation
  - La neuroplasticité
  - La neuromatrice

Séquences	Contenus et Type	Type	Durée
<b>La nociception</b>	Définition et illustration via une présentation qui permettra en permanence de rapprocher ces explications scientifiques d'un potentiel intérêt pour le patient.		10 min
<b>La transduction</b> <b>La conduction</b> <b>La transmission</b> <b>La sensibilisation périphérique</b> <b>La sensibilisation centrale</b> <b>La modulation</b> <b>La neuroplasticité</b>	L'explication de ces différentes notions doit se faire dans l'objectif d'aider le patient à comprendre ce qui lui arrive. La connaissance de ces phénomènes doit se limiter à quelque chose d'utile pour le patient et d'utilisable dans le cadre de l'éducation par le professionnel. Il sera utilisé autant que faire se peut des métaphores afin d'orienter le professionnel vers des concepts faciles à utiliser avec son patient.		30 min
<b>La neuromatrice</b>	Ce concept doit être la conclusion de ce chapitre et servir à synthétiser toutes les connaissances précédemment abordées.		10 min
<b>QCM</b>	Evaluation des connaissances acquises QCM		5min

#### Module 5 : Éducation : Le patient et sa douleur

**Durée estimée :** 60 minutes

**Descriptif / Objectif :**

A l'issue de ce module l'apprenant sera capable de :

- D'identifier les besoins du patient en matière d'éducation
  - Ce que le patient a besoin d'entendre par rapport à sa situation





- Ce que le patient a besoin de comprendre par rapport à sa situation
- La manière la plus efficace de passer les informations identifiées comme utiles au patient.
- D'organiser une séance d'éducation à la douleur
  - Choisir les supports pour illustrer l'éducation
  - Trouver la progression et définir les étapes nécessaires pour l'éducation
  - Construire avec son patient un programme avec des objectifs à court, moyen et long terme.

Séquences	Contenus et Type	Type	Durée
<b>Le patient</b> <b>Ses attentes</b> <b>Ses croyances</b> <b>Ses besoins</b>	Recueil d'information auprès du patient selon les principes de l'entretien motivationnel.		15 min
<b>Analyse de la demande et des besoins du patient pour construire un programme éducatif personnalisé</b>	Mise en perspective des résultats de l'entretien. Évaluation des données recueillies et analyse de la pertinence de ces informations dans l'élaboration d'un programme éducatif. Évaluation des étapes du changement et discussion sur les solutions à mettre en place pour faire évoluer le patient vers des connaissances utiles et pertinentes pour son problème		25 min
<b>Techniques d'entretien</b>	Abord rapide et succinct des fondamentaux utiles de l'entretien motivationnel		15 min
<b>QCM</b>	Évaluation des connaissances acquises QCM		5 min

### Module 6 : Optimiser les choix de prise en charge

**Durée estimée :** 65 minutes

**Descriptif / Objectif :**

A l'issue de ce module l'apprenant sera capable de :

- Faire les choix les plus pertinents pour son patient
  - En fonction de l'analyse fonctionnelle réalisée et ses conclusions
  - En cohérence avec les objectifs à court, moyen et long terme du patient
- Proposer un programme d'entretien adapté et personnalisé
  - En cohérence avec les capacités du patient
  - En évitant l'impuissance apprise
- Anticiper les potentielles rechutes et préparer les réactions face à ces rechutes
  - En intégrant cette prévention des rechutes au programme de réhabilitation
  - En donnant les clés au patient pour gérer les éventuelles rechutes

Séquences	Contenus et Type	Type	Durée
<b>Travailler sur l'analyse fonctionnelle</b>	A partir des résultats et conclusions de l'analyse fonctionnelle, faire les choix les plus pertinents avec et pour son patient.		15 min
<b>Proposer un programme co construit en cohérence avec le patient</b>	Décider avec son patient du programme à suivre, de la progression, et des objectifs en fonction des attentes, en tenant compte des capacités du patient.		25 min
<b>Anticiper les rechutes</b>	Discuter et préparer les éventuelles rechutes, préparer des parades ou à minima des stratégies pour soit les empêcher de survenir, soit les gérer, soit aider à les supporter.		20 min





QCM	Évaluation des connaissances acquises QCM	5 min
-----	--	-------

### **Module 7 : Résumé formation (fiches de synthèse)**

**Durée estimée : 15 minutes**

### **Module 8 : 2nd tour d'EPP**

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

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.

