

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Informations générales :

Durée : 7h

Formateur :
**Cédric
ROBERT**

Formation déposée dans le cadre de la
fiche n°3

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Un seul volet traité : la formation porte sur les **douleurs chroniques**

Concernant le public cible pour une formation sur la douleur chronique : formation **uniquement à destination des kinésithérapeutes** ("autres publics concernés")

Porter sur une situation clinique ou une population spécifique :
douleurs chroniques rencontrées par les coureurs adultes

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Présentation globale

Formation continue

7 h de distanciel
asynchrone

Contexte :

Les coureurs sont environ 8 à 12 millions en France. Les statistiques les plus basses montrent qu'au moins 50% d'entre eux subiront une blessure chaque année. La prise en charge de leurs douleurs est une nécessité.

Les kinésithérapeutes sont donc fréquemment confrontés à ce type de patients qui nécessitent une prise en charge non médicamenteuse spécifique et adaptée pour éviter toute chronicisation ou sortir d'un schéma de douleurs chroniques.

Objectifs pédagogiques généraux :

- Faciliter les prises en charge non médicamenteuses de la douleur chronique
- Faciliter l'appropriation par le kinésithérapeute, d'une prise en charge plus globale
- Améliorer la compétence du kinésithérapeute et la qualité de sa prise en charge sur les pathologies en lien avec la course à pied
- Permettre au kinésithérapeute de se prévaloir auprès des prescripteurs, en tant qu'acteur de la prise en charge de ces pathologies spécifiques

Objectifs pédagogiques spécifiques :

- Acquérir les savoirs actualisés de la physiologie, physiopathologie des processus douloureux
- Maîtriser les bilans spécifiques de la douleur chronique chez le coureur
 - Proposer des prises en charge personnalisées et adaptées
- Apprendre à développer avec le patient des stratégies utiles pour la prise en charge de la douleur et la prévention des risques de chronicisation voire de rechute
 - Développer l'autonomisation du patient
- Construire un traitement de la douleur en tenant compte des différentes dimensions bio-psycho-sociales

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Formation Continue (1/3)

<i>Module</i>	<i>Contenu</i>	<i>durée</i>	<i>obj/compétence visée</i>
0 - Présentation (30 min)	<i>Présentation formation et formateur</i>	30 min	<ul style="list-style-type: none"> x Présenter l'expertise du formateur et le déroulement pratique de la formation x Evaluer initialement les connaissances théoriques et les compétences en raisonnement clinique du stagiaire
	<i>QCM de positionnement</i>		
	<i>Cas cliniques</i>		
1 - La douleur chez le coureur (120 min)	<i>Contexte et épidémiologie</i>	10 min	<ul style="list-style-type: none"> x Statistiques sur les pathologies chez le coureur x Rappels sur les douleurs et la physiopathologie (selon HAS) x Points de vigilance dans la biomécanique du coureur x Principe de prise en charge pluri-disciplinaire / rôle des professionnels et des structures
	<i>Définitions et physiopathologie de la douleur</i>	40 min	
	<i>Biomécanique du coureur</i>	40 min	
	<i>Approche pluridisciplinaire</i>	20 min	
	<i>A retenir + quiz</i>	10 min	

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Formation Continue (2/3)

Module	Contenu	durée	obj/compétence visée
2 - Bilan diagnostic kinésithérapique (120 min)	<i>Recueil des informations</i>	15 min	x Etre en capacité de réaliser un bilan kinésithérapique de la douleur chronique ou en voie de chronicisation chez un patient consultant pour un motif en lien avec la course à pied
	<i>Evaluation de la douleur</i>	30 min	
	<i>Bilan analytique</i>	15 min	
	<i>Bilan fonctionnel</i>	15 min	
	<i>Focus sur l'analyse dynamique du geste du coureur</i>	30 min	
	<i>A retenir + quiz</i>	15 min	
3 - Prise en charge kinésithérapique fondée sur les preuves (120 min)	<i>Principes de prise en charge</i>	60 min	x Proposer et co-construire avec le patient une prise en charge adaptée x Autonomiser le patient x Principe de lutte contre la chronicisation de la douleur
	<i>Spécificités selon les pathologies</i>	50 min	
	<i>A retenir + quiz</i>	10 min	Synthèse du module et quiz-post module

Pathologies du coureur : prise en charge des douleurs chroniques chez l'adulte

Formation Continue (3/3)

4 - Conclusion (30 min)	<i>Synthèse</i>	30 min	x Présentation de la synthèse de la partie formation continue avec les notions clés x Evaluer les connaissances théoriques pour quantifier l'évolution au cours de la partie formation continue
	<i>Quiz post-formation</i>		
	<i>Cas cliniques</i>		