

# L'épaule du sportif "overhead" : comprendre et rééduquer

## L'essentiel de l'actualité

### Informations générales :

**Durée : 3h**

Formateur :  
**Pierre Riou**

#### **Résumé :**

Cette formation e-learning, d'une durée totale de 3 heures, vise à accompagner les masseurs-kinésithérapeutes dans la compréhension et le perfectionnement de la rééducation des pathologies de l'épaule du sportif en lien avec des gestes spécifiques type "over head". Elle se compose de 3 modules qui vont permettre d'aborder la notion de douleur et les spécificités dans le cadre de l'épaule ensuite un focus sera fait sur le BDK puis c'est rééducation qui sera traitée.

#### **Objectifs pédagogiques :**

- Etre capable d'analyser et évaluer un patient, sa situation et élaborer un diagnostic kinésithérapique
- Actualiser les savoirs conformes aux recommandations de prise en charge de l'épaule chez le sportif pour une pathologie en lien avec un geste de type "over head"
- Être capable de concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique, adapté au patient et à sa situation et favorisant une attitude thérapeutique active du patient
- Savoir accompagner son patient vers l'autonomie tout au long de sa prise en charge

# L'épaule du sportif "overhead" : comprendre et réduire L'essentiel de l'actualité

## Formation Continue (1/2)

<i>Module</i>	<i>Contenu</i>	<i>durée</i>	<i>obj/compétence visée</i>
<b>0 - Présentation (15 min)</b>	<i>Présentation formation et formateur</i>	15 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>x Présenter l'expertise du formateur et le déroulement pratique de la formation</li> <li>x Evaluer initialement les connaissances théoriques du stagiaire</li> </ul>
	<i>QCM de positionnement</i>		
	<i>Cas clinique</i>		
<b>1 - La douleur chez le sportif over head (55min )</b>	<i>Définitions et physiologie de la douleur</i>	15 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>x Rappels sur la physiopathologie de la douleur</li> <li>x Spécificité de la physiopathologie des douleurs du lanceur</li> <li>x Focus sur les pathologies concernées</li> </ul>
	<i>Physiopathologie des douleurs du lanceur over head</i>	15 min	
	<i>Pathologies rencontrées</i>	20 min	
	<i>A retenir + quiz</i>	5 min	
<b>2 - Bilan diagnostic kinésithérapiq ue (30 min)</b>	<i>BDK</i>	25 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>x Principes du bilan</li> <li>x Teste cliniques, évaluations</li> </ul>
	<i>A retenir + quiz</i>	5 min	Synthèse du module et quiz-post module
<b>3 - Prise en charge kinésithérapiq ue fondée sur les preuves (70 min)</b>	<i>Principes de prise en charge</i>	20 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>x Proposer et co-construire avec le patient une prise en charge adaptée</li> <li>x Autonomiser le patient</li> <li>x Principe de lutte contre la chronicisation de la douleur</li> <li>x Spécificités de prise en charge de la douleur des pathologies de l'épaule chez le sportif</li> </ul>
	<i>Spécificités selon les pathologies</i>	45 min	
	<i>A retenir + quiz</i>	5 min	Synthèse du module et quiz-post module

# L'épaule du sportif "overhead" : comprendre et rééduquer

## L'essentiel de l'actualité

### Formation Continue (2/2)

<b>4 - Conclusion (10 min)</b>	<i>Synthèse</i>	10 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>		