

# Le rachis du sportif : kinésithérapie et autonomisation du patient

## La prise en charge du rachis du sportif

### Intervenant

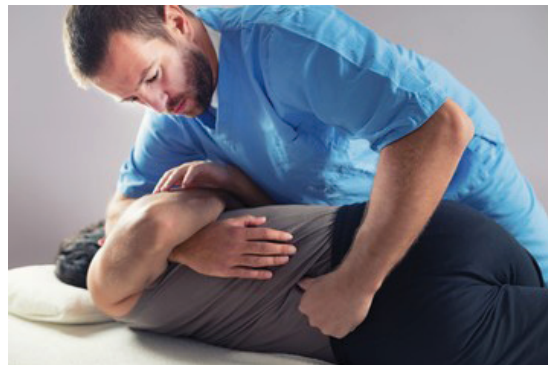
#### Mickaël MULON

MKDE, Ostéopathe,  
Master 2 responsable d'évaluation, de formation et  
d'encadrement, enseignant en IFMK,  
Master 2 en Droit de la santé

**Public :** kinésithérapeutes

**Durée :** 2 jours, soit 14 heures

**Horaires :** de 9h00 à 17h30



### Contexte

Les rachialgies sont, très fréquemment, des causes de consultation médicale. Les douleurs du dos et les douleurs cervicales sont les deux premières symptomatologies algiques musculosquelettiques. Les besoins de soins croissants nécessitent une prise en charge spécifique des pathologies du rachis. La mise en place de traitements actifs et l'autonomisation du patient permettra et une amélioration de la qualité de soins en accord avec les recommandations actuelles.

Cette formation permet de maîtriser le bilan orthopédique adapté au rachis. Avec ces éléments et la connaissance de la physiopathologie actuelle le participant sera en capacité de poser un diagnostic kinésithérapique et, en accord avec les attentes du patient, le participant sera en capacité de construire un traitement actif en prenant en compte les recommandations actuelles. À tous les stades, la participation active du patient est requise

### Programme

#### 1<sup>er</sup> jour

**Bilans, examens cliniques et outils diagnostics au niveau du bassin et des lombaires**

**Présentation des différentes pathologies du rachis du sportif avec ou sans chirurgie au niveau du bassin et des lombaires**

**Pratique : initiation en thérapie manuelle au niveau du bassin**

**Pratique : initiation en thérapie manuelle au niveau des lombaires**

**Différentes rééducations du bassin et des lombaires et notion de prise de charge de la douleur**

**Cas cliniques**

#### 2<sup>e</sup> jour

**Bilans, examens cliniques et outils diagnostics au niveau du rachis cervico-thoracique du sportif**

**Présentation des différentes pathologies du rachis cervico-thoracique du sportif avec ou sans chirurgie**

**Pratique : initiation en thérapie manuelle au niveau du rachis cervical**

**Pratique : initiation en thérapie manuelle au niveau du rachis thoracique**

**Différentes rééducations du rachis cervico-thoracique**

**Cas cliniques**

## La prise en charge du rachis du sportif

**Niveau de connaissances :** acquisition

**Prérequis :** aucun

### Objectifs :

À l'issue de la formation, le kinésithérapeute sera en capacité d'améliorer les pratiques sur la thématique du rachis du sportif lanceur notamment les atteintes de l'appareil musculo squelettique très fréquemment rencontrées dans l'activité quotidienne des masseurs-kinésithérapeutes.

Cette formation lui permettra de :

- réaliser un bilan diagnostic à mettre en œuvre dans ce contexte en utilisant des tests et scores validés,
- élaborer un diagnostic différentiel et un arbre décisionnel,
- concevoir un programme de rééducation adapté au traitement des différents traumatismes spécifiques du sport rencontrés avec notamment une approche de la thérapie manuelle du sportif,
- mettre en place les contentions adaptées à la kinésithérapie du sport pour le rachis,
- permettre aux praticiens d'élaborer un raisonnement clinique et de mettre en place les pratiques validées par les données acquises de la science face aux pathologies rencontrées,
- mettre en place une initiation à la thérapie manuelle,
- pratiquer une méthodologie d'analyse des conséquences des dysfonctions pathologiques,
- établir des programmes thérapeutiques adaptés au traitement des différents troubles,
- mieux connaître les pathologies spécifiques aux sportifs,
- améliorer les prises en charge kinésithérapiques en phase aiguë,
- connaître les pathologies spécifiques aux sports et la réhabilitation du sportif,
- analyser la gestuelle du sportif et de mettre en œuvre les techniques les plus appropriées,
- proposer des exercices d'auto-rééducation afin d'autonomiser le patient.
- mettre en œuvre une action de prévention des blessures et des récurrences grâce à un programme d'auto-rééducation notamment en post-soin.

### Moyens pédagogiques et techniques :

Apports théoriques - Vidéos - Travaux pratiques - Cas cliniques - Mises en situation individuelles et collectives.

*Un support de formation est remis à chaque stagiaire. La pédagogie est active et participative, alternant des apports théoriques et des phases de mise en pratique. L'évaluation de la progression des stagiaires est réalisée tout au long de la formation, au travers des échanges et par le biais d'exercices de synthèses individuels ou de groupe.*

**Modalités d'évaluation :** pré-test, post-test, évaluation à distance.

**Certificat :** attestation de participation délivrée en fin de stage.

Contact en charge des relations avec les stagiaires : Justine FRÉNEAU  
Secrétariat de Fc Santé : 05 56 51 80 88  
accueil@fcsante.org