



onrek

La thérapie manuelle en prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS)

Déroulé pédagogique

1^{er} jour

9h00 Séquence 1 30 min

Introduction à la formation (théorie)

- Présentation de la formation

Objectif : Mise en place de la formation, introduction pédagogique.

9h30 Séquence 2 30 min

Définition des troubles musculo-squelettiques (TMS) (quizz + théorie)

- Présentation des TMS

Objectif : Informer et définir les TMS ainsi que la prévention en lien avec la thérapie manuelle.

10h00 Séquence 3 30 min

Principes de prévention et de thérapie manuelle (théorie)

- Présentation des principes de prévention
- Présentation des principes de thérapie manuelle

Objectif : Définir la prévention en lien avec la thérapie manuelle.

10h30 Pause

10h45 Séquence 4 45 min

Bilan-diagnostic adapté aux TMS (théorie)

- Présentation du BDK
- Principes du BDK

Objectif : Présenter le bilan-diagnostic kinésithérapique en utilisant des tests et scores validés pour les différentes structures anatomiques concernés.

11h30 Séquence 5 1 h

Bilan-diagnostic adapté aux TMS (applications pratiques)

- Réalisation du BDK avec des tests ou des scores validés

Objectif : Réaliser en pratique un bilan-diagnostic kinésithérapique, un diagnostic différentiel et un arbre décisionnel de prise en charge. Commencer à concevoir un programme adapté à la prévention et au traitement des TMS.



onrek

12h30 Déjeuner

14h00 Séquence 6 30 min

Différentes pathologies et outils en thérapie manuelle (théorie)

- Description des pathologies observées dans les TMS
- Description théorique des outils de thérapie manuelle

Objectif : Connaître les pathologies et les outils de prise en charge correspondants.

14h30 Séquence 7 30 min

Prise en charge du poignet en thérapie manuelle (atelier pratique)

- Physio-pathologie
- Description des pathologies du poignet
- Description des outils qualifiés par pathologie

Objectif : Application pratique sur les pathologies du poignet

15h00 Séquence 8 30 min

Canal carpien (théorie)

- Présentation de la physio-pathologie du canal carpien

Objectif : Approfondir la physio-pathologie du canal carpien.

15h30 Pause

15h45 Séquence 9 45 min

Cas pratique sur le canal carpien (atelier pratique)

Objectif : Application des protocoles de traitement sur le canal carpien.

16h30 Séquence 10 45 min

Prise en charge du coude en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de la physiopathologie du coude
- Les différentes phases de traitement des tendinopathies du coude
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

17h15 Séquence 11 15 min

Etude d'un cas clinique

Objectif : Évaluer les connaissances acquises ou revue pendant le cours et revoir les points éventuellement mal compris.

17h30 Fin de la 1^{ère} journée



9h00 Séquence 12 30 min

Introduction à la seconde journée (Quizz + théorie)

- Rappel des points clés de la première journée
- Vérification des acquis de la première journée

Objectif : Introduction pédagogique, mise en place de la seconde journée.

9h30 Séquence 13 1 h

Prise en charge du coude en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de la physiopathologie du coude
- Les différentes phases de traitement des tendinopathies du coude
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

10h30 Pause

11h00 Séquence 14 1h30

Prise en charge de l'épaule en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de la physiopathologie de l'épaule
- Les différentes phases de traitement des pathologies courantes de l'épaule
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

12h30 Déjeuner

14h00 Séquence 15 1h

Prise en charge du rachis cervical en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de l'anatomo-physiopathologie des cervicales
- Les différentes phases de traitement des pathologies courantes des cervicales
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

15h00 Séquence 16 30 min

Prise en charge des côtes en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de l'anatomo-physiopathologie des côtes
- Les différentes phases de traitement des dysfonctionnements au niveau costal
- Les grands principes de traitement



onrek

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

15h30 Pause

15H45 **Séquence 17** 45 min

Prise en charge du rachis thoracique en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de l'anatomo-physiopathologie des vertèbres thoraciques
- Les différentes phases de traitement des pathologies courantes des vertèbres thoraciques
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

16H30 **Séquence 18** 45 min

Prise en charge du rachis lombaire en thérapie manuelle (théorie + atelier pratique)

- Rappel anatomique
- Présentation de l'anatomophysiopathologie du rachis lombaire
- Les différentes phases de traitement de pathologies courantes des lombaires
- Les grands principes de traitement

Objectif : Établir un BDK et un programme de prévention en rééducation cohérent et adapté au patient.

17h15 **Séquence 19** 15 min

Conclusion, quizz de fin, questions

Objectif : Évaluer les connaissances acquises ou revue pendant le cours et revoir les points éventuellement mal compris.

17h30 Fin de la 2^{ème} journée