



Renforcement des muscles de la cheville et du pied : Prise en charge de l'Entorse Latérale de Cheville et les Tendinopathies.

Questionnaire des prérequis

- Contenu : ce module permet l'analyse des connaissances de l'apprenant avant la formation. Un questionnaire sous forme de QCM est à compléter. La correction est accompagnée d'explications.
- Durée estimée : 25 minutes.

Module 0 : Préambule

- Contenu : ce module est une actualisation des connaissances sur le pied et sur la notion de neuroplasticité.
Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 20 minutes.

Module 1 : Ostéologie du pied

- Contenu : ce module permet d'établir une mise au point sur les os qui seront mis en action lors du mécanisme de l'entorse de cheville.
Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 20 minutes.

Module 2 : Arthrologie de la cheville

- Contenu : ce module permet une mise au point sur les différentes articulations et syndesmoze qui forme le complexe de la cheville et sur les ligaments actifs. Nous redéfinirons leurs insertions, leurs rôles et leurs interactions.
Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 20 minutes

Module 3 : Les mécanismes lésionnels

- Contenu : dans ce module nous redéfinirons les croyances initiales (réflexe myotatique et réflexe myotatique inverse) pour ensuite arriver aux données actuelles que nous redéfinirons (pro activation, mécanisme de délestage...).
- Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 20 minutes

Module 4 : Physiopathologie

- Contenu : l'enseignement de ce module vise à décrire les différents grades, l'interrogatoire, l'examen clinique et para clinique rigoureux. Nous redéfinirons les diagnostics différentiels. Et nous rappellerons les examens para cliniques de choix. Le but de ce module étant d'établir un arbre décisionnel nécessaire à la prise en charge en accès direct de l'entorse de cheville.
Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 35 minutes.

Module 5 : Etude des différentes phases, de la phase 1 : inflammatoire à la phase 4 et 5 : modelage et maturation puis, autonomisation du patient

- Contenu : les délais, les objectifs et les points clefs de chaque phase.
- Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 30 minutes.

Module 6 : Etude des axes de traitement et choix des techniques en fonction des différentes phases.

- Contenu : choisir des techniques appropriées, définir des exercices actifs et d'auto mobilisation en fonction des phases et du patient.

- Ce module reprend pour chaque points clefs, une partie rédigée, des schémas et des vidéos afin que chaque apprenant puisse s'approprier les connaissances.
- Durée estimée : 35 minutes.

Module 7 : cas cliniques

- 2 cas cliniques, vous sont proposés. Ils sont conçus pour qu'au file du QCM vous construisiez un raisonnement méthodique afin de maîtriser vos bilans et de vous fournir les outils nécessaires pour construire votre plan de traitement.
Ces cas cliniques sont réels et basés sur ma pratique que je souhaite vous faire partager. Je remercie mes patients d'avoir accepté de partager anonymement ces informations.
- Durée : 20 minutes

Module 8 : Les lésions tendineuses et les rappels anatomo-pathologiques

- Contenu : ce module permet de préciser les termes qui seront utilisés tout au long de cette formation et de définir les facteurs généraux favorisant l'apparition d'une tendinopathie. Il permet de faire une mise au point sur le tendon : nous reviendrons sur sa structure, ses différences et sa physiologie.
- Durée estimée : 35 minutes.

Module 9 : Prises-en charge des tendinopathies et spécificité du tendon achilléen

- Contenu : Ce module a pour but d'accompagner le thérapeute dans ses bilans. Les contraintes mécaniques propres au tendon achilléen seront décrites. Une description de sa physiologie sera reprise afin d'en dégager un processus d'analyse clinique du patient. Des vidéos viendront compléter le cours afin d'illustrer l'ensemble des propos.
- Durée estimée : 35 minutes

Module 10 : Prises-en charge des tendinopathies et spécificité des tendons du tibial postérieur et du long fléchisseur de l'hallux

- Contenu : Ce module a pour but d'accompagner le thérapeute dans ses bilans. Les contraintes mécaniques propres Tibial Postérieur et au long fléchisseur de l'hallux seront décrites. Une description de sa physiologie sera reprise afin d'en dégager un processus d'analyse clinique du patient. Des vidéos viendront compléter le cours afin d'illustrer l'ensemble des propos.
- Durée estimée : 40 minutes

Module 11 : Les examens fonctionnels

- Contenu : Ce module a pour but de décrire les différents tests fonctionnels existants permettant d'observer le patient dans sa biomécanique afin d'améliorer les axes de traitement de prise en charge.
- Durée estimée : 20 minutes

Module 12 : Traitement

- Contenu : Ce module a pour but de décrire les différents types d'exercices qui peuvent être proposés au fil de la rééducation.
- Durée estimée : 20 minutes

Module 13 : Cas clinique

- 2 cas cliniques, vous sont proposés. Ils sont conçus pour qu'au fil du QCM vous construisiez un raisonnement méthodique afin de maîtriser vos bilans et de vous fournir les outils nécessaires pour construire votre plan de traitement.
Ces cas cliniques sont réels et basés sur ma pratique que je souhaite vous faire partager. Je remercie mes patients d'avoir accepté de partager anonymement ces informations.
- Durée : 20 minutes

Questionnaire des prérequis

- Contenu : ce module permet l'analyse des connaissances de l'apprenant après la formation. Un questionnaire sous forme de QCM est à compléter. La correction est accompagnée d'explications.
- Durée estimée : 25 minutes.

Lecture d'articles complémentaire