

## Programme

### La cheville et le pied du sportif en rééducation.

### Durée : 2 jours.

#### **MÉTHODOLOGIE :**

- Evaluation des pratiques dans le mois qui précède la formation présentielle.
- Restitution au formateur des résultats de cette évaluation des pratiques préformation, question par question au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présentielle d'une durée de 15 h comportant :
  - des échanges sur les résultats du questionnaire pré-formation,
  - un face à face pédagogique d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les questionnaires,
- Evaluation des pratiques par questionnaire post formation
- Restitution individuelle au stagiaire de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle
- Restitution statistique, au formateur, de l'impact de sa formation sur la pratique des stagiaires.

#### **1<sup>er</sup> Jour :**

**Matin : 9h00-12h30 = 3h30**

#### **Objectifs**

- Connaître les nouveaux concepts anatomiques et biomécaniques tridimensionnel de la cheville
- Analyser physiologiquement le rôle de chaque structure (os, ligament, muscles...) dans la fonction de la cheville et du pied
- Etablir un bilan précis et rigoureux dans le cadre d'un traumatisme de cheville pour déterminer les déficits et les incapacités du patient. Pouvoir établir une prescription de dispositifs médicaux
- Savoir concevoir et poser un diagnostic kinésithérapique dans le cadre d'une lésion cheville-pied

#### **Contenu**

- Temps d'échange entre les participants au programme et concernant leurs pratiques (difficultés rencontrées, modalités de prise en charge, résultats obtenus...).
  - Définition des actions correctives et d'amélioration des pratiques.
  - Compte rendu
- Mise en place de référentiels pour l'entorse de cheville et maîtrise des dépenses de soins.  
Importance de l'éducation

- Repérage anatomique, éléments de stabilité (stabilité passive, stabilité active), biomécanique (os et surfaces articulaires, insertions ligamentaires, insertions musculaires)

## **Après-midi : 13h30-17h30 = 4h00**

### **Contenu**

- Physiopathologie des lésions traumatiques articulaires de la cheville et du pied: mécanismes, classification des lésions.
- Bilans cliniques de la cheville et du pied : Décentrage articulaire, laxité ligamentaire, extensibilité musculaire...
- Rééducation et éducation (référentiels). Mise au point sur la proprioception et la reprogrammation neuro-musculaire.

## **2ème Jour :**

### **Matin : 8h30-12h30 = 4h00**

#### **Objectifs**

- Comprendre et connaître les ligamentoplasties de cheville et les réparations du tendon d'Achille ainsi que les prises en charge rééducatives post-opératoire
- Mettre en avant l'importance de la cheville et du pied dans l'équilibre postural pour une meilleure compréhension de l'étiologie et de la rééducation des syndromes douloureux du pied et de la cheville
- Savoir mettre en œuvre une prise en charge, fruit d'un raisonnement clinique

#### **Contenu**

- Les différents traitements chirurgicaux de la cheville et du pied : ligamentoplastie, réparation du tendon d'Achille, ostéosynthèse...
- Prise en charge post-opératoire en cabinet libéral. Rééducation associée à l'auto-rééducation
- Mobilisation spécifique de la cheville et du pied, recentrage articulaire et techniques de normalisation.

### **Après-midi : 13h30-17h00 = 3h30**

#### **Contenu**

- Moyens de contention, strapping et taping.
- Mise au point sur les pathologies de l'avant pied : métatarsalgie, aponévrosite...Approche du pied postural

Support pédagogique: présentation power point, support vidéo, image et animation 3 D, support anatomique, bande de contention élastique, outils d'évaluation (accéléromètre).

---