

Programme

Utilisation du contrôle moteur dans la prise en charge des lombalgies non spécifiques

MÉTHODOLOGIE :

- Analyse des pratiques par grille EPP pré formation.
- Restitution au formateur des résultats de ces grilles d'analyse des pratiques préformation, question par question au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présentielle d'une durée de 15 h comportant :
 - des échanges de 30 minutes sur les résultats des grilles pré-formation,
 - un face à face pédagogique de 14 h d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les EPP,
 - une préparation de 30 minutes des EPP post formation.
- Analyse des pratiques par EPP 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.

1^{er} Jour :

9h00-10h15

- Présentation du formateur et des participants, de la formation, discussion sur les articles à lire, identification des besoins des participants et de leurs connaissances en rapport avec la place du contrôle moteur dans le cadre du modèle bio-psycho-social.
- Partage d'expériences cliniques des participants.

10h30 – 11h30 : Définition et historique du contrôle moteur.

- **Contenu** : Aspects neurophysiologiques du contrôle moteur
- **Objectifs** : cognitif (maîtrise théorique), conceptuel
- **Méthode** : Cours frontal, message du lundi.

11h30 – 12h30 : Déficit du contrôle moteur

- **Contenu** : Définition clinique du déficit du contrôle moteur ; physiopathologie.
- **Objectifs** : cognitif (maîtrise théorique), conceptuel
- **Méthode** : Cours frontal, message du lundi.

13h30-14h30 : Anamnèse.

- **Contenu** : Mener une anamnèse mettant en évidence les déficits du contrôle moteur ; questions clés ; raisonnement clinique ; enregistrement numérisé des informations recueillies.
- **Objectifs** : Savoirs cliniques de prise en charge des lombalgies par le contrôle moteur, exécuter un examen clinique fiable et un bilan du patient, définir l'indication (ou la contre-indication) des exercices de contrôle moteur.
- **Méthode** : exercices pratiques par jeu de rôle, démonstration d'une application pour la récolte des données.

14h30 – 15h15 : Examen lombaire : lâchages, hyper-contrôle, variabilité/complexité

- **Contenu** : Définition clinique des perturbations mécaniques liées aux déficits du contrôle moteur ; repères anatomiques ; évaluation des types de perturbations (lâchages, hyper-contrôle, variabilité/complexité); présentation des différentes techniques de tests cliniques en flexion, en extension, en rotation et en latéroflexion lombaire ; tests par capteurs inertiels (variabilité/complexité)
- **Objectifs** : Savoirs cliniques de prise en charge des lombalgies par le contrôle moteur, exécuter un examen clinique fiable et un bilan du patient, définir l'indication (ou la contre-indication) des exercices de contrôle moteur.
- **Méthode** : cours frontal, démonstration des tests par le formateur sur un participant volontaire, présentation de l'utilisation d'un nœud de capteurs inertiels.

15h30-17h30 : Pratique des tests entre participants

- **Contenu** : Observation du patient ; tests de flexion ; tests d'extension ; tests de rotation ; test de latéroflexion ; utilisation d'un nœud de capteur inertiels.
- **Objectifs** : Savoirs cliniques de prise en charge des lombalgies par le contrôle moteur, exécuter un examen clinique fiable et un bilan du patient, définir l'indication (ou la contre-indication) des exercices de contrôle moteur.
- **Méthode** : Exercices pratiques sous supervision du formateur.

2^{ème} Jour :

8h30-10h15 : Cas cliniques collectif et en groupe.

- **Contenu** : Dix cas cliniques sous forme de fiches cliniques comportant les informations cliniques nécessaires pour stimuler le raisonnement clinique menant à la prise de décision optimale du choix du/des tests cliniques adaptés aux cas du patient.
- **Objectifs** : Savoirs cliniques de prise en charge des lombalgies par le contrôle moteur, définir l'indication (ou la contre-indication) des exercices de contrôle moteur.
- **Méthode** : Jeu de carte d'hypothèse clinique et questionnaire de raisonnement clinique par petits groupes (2 à 4 participants/groupe) sous supervision du formateur.

10h30 – 12h30 : Mise en place d'exercices spécifiques dans une prise en charge de lombalgie. Dosage et gradation de charge, nombre de répétitions.

- **Contenu** : Catégories d'exercices en fonctions des tests positifs ; méthode de dosage de la charge et du nombre de répétitions, principes de progression du programme d'exercices ; exercices à domicile.
- **Objectifs** : Cognitif ; savoir donner des conseils/explications pertinentes et des exercices à domicile ; pronostiquer le cas et communiquer avec un autre professionnel de santé ; choisir, doser et faire évoluer les exercices en fonction de la situation clinique en présentiel et en distanciel,
- **Méthode** : Démonstration d'exercices par le formateur.

13h30 - 15h30 : Pratique d'exercices entre participants sur base de cas cliniques.

- **Contenu** : Exercices pour lutter contre les lâchages ; exercices pour lutter contre l'hyper-contrôle ; exercices pour améliorer la variabilité/complexité.
- **Objectifs** : Choisir, doser et faire évoluer les exercices en fonction de la situation clinique en présentiel et en distanciel,
- **Méthode** : Exercices pratiques sous supervision du formateur.

15h45 - 16h30 : Suite pratique d'exercices entre participants sur base de cas cliniques.

- **Contenu** : Exercices pour lutter contre les lâchages ; exercices pour lutter contre l'hyper-contrôle ; exercices pour améliorer la variabilité/complexité.
- **Objectifs** : Choisir, doser et faire évoluer les exercices en fonction de la situation clinique en présentiel et en distanciel,
- **Méthode** : Exercices pratiques sous supervision du formateur.

16h30 – 17h30 : Discussion sur les pratiques à conseiller, approche factuelle, message du lundi, conclusion.