



**SSK-FORMATION**  
KINÉSITHÉRAPIE

# Programme Formation

## Recentrage du complexe de l'épaule Niveau 2



### PATHOLOGIE FRÉQUENTE... MAIS COMPLEXE À SOIGNER

Les pathologies de l'épaule touchent toutes les tranches d'âge et les catégories. Une personne sur deux aura une rupture de la coiffe des rotateurs après 70 ans et 50 000 prothèses d'épaules sont placées chaque année dans le monde.

Il faut donc former, préparer et informer la profession sur tous les moyens et toutes les techniques de rééducation spécifiques.

Corinne Ribo, Kinésithérapeute, Formatrice et Passionnée dans le domaine saura partager son expertise développée depuis de nombreuses années, au sein d'une formation essentiellement pratique.

## Équipe pédagogique

**Corinne Ribo**  
Kinésithérapeute et Formatrice

**Cyril Castaldo**  
Kinésithérapeute et Ostéopathe du sport,  
directeur SSK Formation

**Julien Guillout**  
Kinésithérapeute et Ostéopathe du sport,  
Coordinateur Pédagogique SSK Formation

# Recentrage du complexe de l'épaule Niveau 2

## Objectifs

- 1 | Acquérir des connaissances complémentaires.
- 2 | Matriser le bilan et l'évaluation des pathologies de l'épaule
- 3 | Acquérir une précision dans les techniques de recentrage
- 4 | Développer un « toucher » en alternant la pratique avec Corinne Ribo elle même
- 5 | Etre capable de mettre en place une stratégie thérapeutique
- 6 | Envisager la rééducation de l'épaule sous un plan thérapeutique mais aussi préventif

## Public concerné

Masseur Kinésithérapeute, Masseur Kinésithérapeute et Ostéopathe

## Nombres d'heures de formation

16 heures de théorie et de pratique



## Méthode pédagogique

### Moyens utilisés - Contenu

Alternance d'apports théoriques et pratique :

- Techniques démonstratives, explicatives, répétitives pour faciliter la mémorisation et la reproduction des mouvements.
- Le support pédagogique présente en intégralité chacun des thèmes abordés par la formation, appuyé par des photos et schémas illustrant la théorie.
- Moments d'échanges par questions / réponses, permettant de :
  - Vérifier la compréhension et mémorisation des exercices proposés.
  - Permettre au participant d'exposer son point de vue ou ressenti.
  - Corriger et réexpliquer si nécessaire.
  - Évaluer l'investissement des participants.
- Permettre aux participants de remobiliser et réactualiser leurs connaissances par des méthodes de pédagogie active et interrogative s'inspirant de leur vécu et de leur réflexivité.

### Modalités pédagogiques

#### **Analyse des pratiques Professionnelles :**

- En réalisant un temps dédié avec les participants pour définir les besoins en formation adaptée aux objectifs de la formation.
- En s'appuyant sur des référentiels et recommandations actualisés.
- En prenant en compte l'expérience et le vécu professionnel des participants.
- En réalisant des analyses critiques et constructives des pratiques réalisées, par rapport à la pratique attendue.

#### **Acquisition et Perfectionnement des connaissances et compétences.**

- En utilisant une pédagogie active, affirmative et interrogative.
- En réalisant des ateliers et des mises en situations pratiques.
- En restituant les résultats aux professionnels avec un temps d'échange.

## Projet Pédagogique

### Contexte

Cette formation s'inscrit dans le cadre de l'approfondissement des connaissances des pratiques diagnostiques, des prises en charges thérapeutiques et de l'amélioration des compétences des masseurs kinésithérapeutes dans les domaines de la rhumatologie, de la traumatologie, de l'orthopédie autour de l'articulation de l'épaule

### Résumé/Objectifs pédagogiques :

- L'objectif principal est le bilan diagnostique et le traitement des syndrômes douloureux (ostéo-articulaires, neuromusculaires, musculo-tendineux).
- Traiter les troubles fonctionnels de l'épaule.
- Ainsi les objectifs du séminaire permettent au participant d'acquérir les moyens et connaissances nécessaires à la mise en place d'un bilan spécifique basé sur les preuves sans omettre les exclusions et les diagnostics différentiels. Apprendre à lever les tensions, acquérir les moyens et connaissances nécessaires au traitement des tissus mous.
- Acquérir un panel de techniques manuelles des tissus mous, ligamentaires, articulaires, musculaires.
- De savoir élaborer le diagnostic kinésithérapique et l'arbre décisionnel en conséquence des troubles identifiés (troubles myofasciaux, articulaires, ligamentaires, posturaux).
- Acquérir les moyens et connaissances nécessaires au traitement de la complexité de l'épaule en pratique courante au cabinet et de maîtriser l'anatomie palpatoire.



## Jour 1

### **8h45 - 10h30**

PRÉSENTATION ET ATTENTES DES STAGIAIRES

ANALYSE DES QUESTIONNAIRES D'ÉVALUATION

- Recherche des causes des principaux points faibles et recherche des mesures à apporter.

RAPPELS ANATOMIQUES

Le stagiaire a un niveau correct en anatomie du fait de sa participation au 1er stage et de son niveau de connaissances de l'épaule

### **10h45 -12h30**

RAPPEL

- Révision de l'anatomie du complexe articulaire et musculaire de l'épaule.

Perfectionnement

- coude,
- poignet
- la colonne du pouce.

Rappel de l'anatomie des articulations distales

### **14h - 16h**

RAPPELS BIOMÉCANIQUES

- La voûte, L'espace sous acromial, les rythmes scapulaires
- Les couples musculaires.

PERFECTIONNEMENT

- La relation épaule, coude, poignet, et colonne du pouce.
- Les muscles biarticulaires : long biceps et long triceps brachiaux.

BILAN ET ÉVALUATION

RÉVISION :

- Tests de décentrage, manœuvres de conflits, tests tendineux,
- Dysfonctionnement des Rythmes scapulaires.
- Perfectionnement
- Tests coude, poignet, colonne du pouce.
- le MK doit apprécier les défauts de cinématique articulaire et musculaire.

### **16h15 - 18h**

MISE EN PRATIQUE

- Recherche des repères morpho-palpatoires épaule, coude, poignet, colonne du pouce.
- Bilans spécifiques.

ENTRÉE EN PRATIQUE

- Diagnostic kinésithérapique et traitement kinésithérapique.

DISCUSSIONS, QUESTIONS SUR LES ACQUIS DE LA JOURNÉE

## Jour 2

### **8h45 - 10h30**

RAPPEL DES POINTS PRINCIPAUX APPRIS LA VEILLE

MISE EN PRATIQUE

RÉVISION:

- Le recentrage articulaire gléno-huméral
- Correction individuelle des stagiaires des techniques, prises et contre-prises.

### **10h45 -12h30**

PERFECTIONNEMENT

- Apprentissage de techniques plus précises de correction de l'articulation gléno-humérale.

PERFECTIONNEMENT

- Apprentissage des techniques par l'intermédiaire des articulations périphériques.





### **14h - 16h**

#### **PATHOLOGIES DE L'ÉPAULE**

##### **Non opérées :**

- Pathologies non opérées de la coiffe des rotateurs et masso-kinésithérapie.
- Recommandations de l' HAS

##### **Révision :**

- Le conflit sous acromial, bursite, tendinopathie, calcification.
- Les ruptures de la coiffe des rotateurs
- Les instabilités
- Les fractures
- Les omarthroses centrées et excentrées
- La capsulite, l'algo-neuro-dystrophie-reflexe

##### **Opérées**

##### **Révision**

- La coiffe des rotateurs
- Les slaps lésions
- Les butées par transposition coracoïde
- Les ostéosynthèses par vis, plaques visées, clou centro-médulaire.
- Les arthroplasties : resurfaçage, prothèse anatomique, prothèse inversée.
- Techniques kinésithérapiques et prise en charge spécifiques par pathologie.
- Programme et fascicules d'auto-rééducation du patient à domicile.

### **16h15 - 18h**

#### **MISE EN PRATIQUE**

- Techniques de correction des décentrages articulaires et des dysfonctionnements des articulations périphériques.
- Restauration de l'équilibre musculaire: techniques de relâchement musculaire, de massage, étirements musculaires et tonification musculaire
- Rééducation proprioceptive

#### **SYNTHÈSES DU STAGE**

Discussion sur le rôle du thérapeute dans la prévention du conflit sous acromial

#### **TRAVAUX PRATIQUES EFFECTUÉS**

Place de la physiothérapie, balnéothérapie, cryothérapie et ergothérapie ; Application du traitement rééducatif aux pathologies de l'épaule.



## BIBLIOGRAPHIE

1. MARC Thierry Rééducation de l'épaule par la méthode CGE Concept Global d'Epaule.
2. MANSAT M Tendinopathie de passage de l'épaule
3. CODINE P POCHOLLE M HERISSON Mécanisme de stabilisation de l'épaule
4. KAPANDJI Physiologie articulaire Tome 1 Membre Supérieur 5e édition Paris Maloine
5. BRETON G GUILLEMAIN JL BALLY SEVESTRE Actualités sur la rééducation dans les prothèses d'épaule
6. REVEL M Etude électrocinésiologique mettant en évidence le rôle des adducteurs dans le centrage de la tête humérale et déroulement kinésithérapique de leur sollicitation dans le traitement des conflit de la coiffe
7. SOHIER R Kinésithérapie de l'épaule
8. FORTHOMME B Rééducation raisonnée de l'épaule opérée et non opérée
9. BIEL Andrew Topoguide du corps : Les sentiers de découverte anatomique
10. DE LAERE Jan TIXA Serge Le syndrome neurogène douloureux. Du diagnostic au traitement manuel Tome 1 Membre supérieur
11. PAOLETTI Serge Les fascias : rôle des tissus dans la mécanique humaine



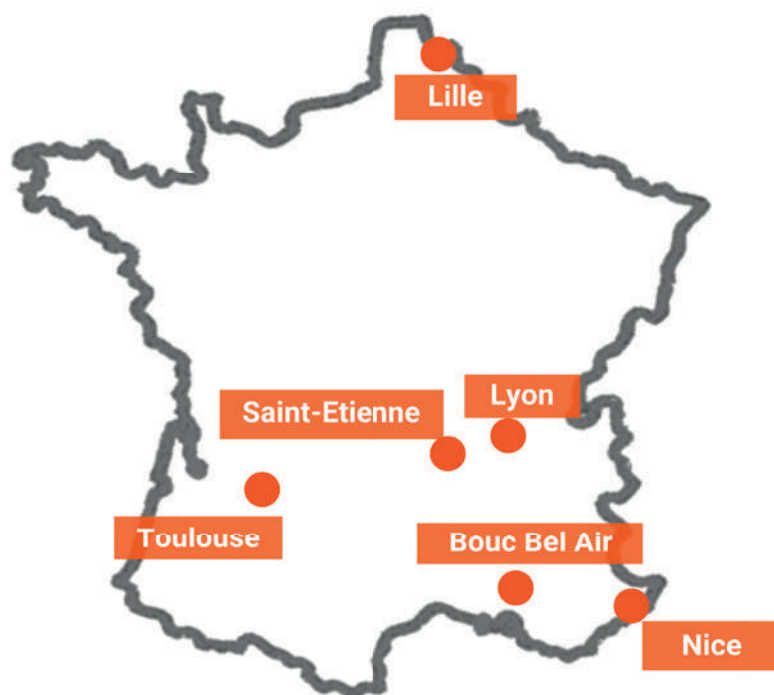
“ Depuis plus de 10 ans, SSK Formation a toujours eu à coeur de proposer aux kinésithérapeutes des stages de qualité, avec les meilleurs formateurs de la région. J'adresse un sincère merci à tous les lecteurs de cet ouvrage spécifique. Conçu pour vous par nos experts, ce manuel vous aidera à mettre en pratique un enseignement de haut niveau auprès de vos sportifs qui exigent l'excellence. À bientôt dans l'un de nos centres, pour continuer à vous accompagner dans nos meilleures formations. ”

« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin. »

Amicalement,

**Cyril Castaldo**

*Kinésithérapeute, Ostéopathe  
Formateur et Directeur de SSK Formation*



Afin de mieux s'adapter aux spécificités de chaque métier, SSK lance de nouvelles entités :



📍 415 Avenue des Chabauds,  
13320, Bouc Bel Air

☎️ 09 72 52 64 04

✉️ [lelia@ssk-formation.com](mailto:lelia@ssk-formation.com)

🌐 [www.ssk-formation.com](http://www.ssk-formation.com)

ABONNEZ-VOUS !

