



SSK-FORMATION
KINÉSITHÉRAPIE

Programme Formation

Main, poignet, coude du sportif : évaluer, rééduquer et sécuriser le retour au sport

Les pathologies de la main, du poignet et du coude représentent un motif fréquent de consultation chez les sportifs amateurs et professionnels. La diversité des pratiques sportives, l'augmentation des contraintes mécaniques et la spécificité du geste sportif nécessitent une actualisation des connaissances des masseurs-kinésithérapeutes afin d'optimiser la prise en charge, prévenir les récives et sécuriser le retour au sport.





Intervenante

Pauline Chalret du Rieu
Kinésithérapeute du Sport
Formatrice
Spécialiste du membre supérieur

Public : Kinésithérapeutes
Durée : 2 Jours soit 14 heures
Horaires : 9h00 - 18h
Prise en charge : FIFPL - DPC (sous réserve de validation)

Main, poignet, coude du sportif - Évaluer, rééduquer et sécuriser le retour au sport

Objectifs pédagogiques généraux

- 1 I Actualiser les connaissances anatomiques et biomécaniques du membre supérieur distal
- 2 I Améliorer l'évaluation clinique des pathologies du sportif
- 3 I Optimiser la prise en charge rééducative
- 4 I Adapter la rééducation aux contraintes du sport pratiqué

Objectifs pédagogiques spécifiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- 5 I Connaître les principales structures anatomiques fonctionnelles de la main, du poignet et du coude
- 6 I Comprendre les mécanismes lésionnels liés au geste sportif
- 7 I Reconnaître les principales pathologies tendineuses et ligamentaires du sportif
- 8 I Réaliser une anamnèse et un examen clinique adaptés au sportif
- 9 I Choisir et mettre en œuvre des techniques de rééducation adaptées
- 10 I Construire une progression de charge sécurisée
- 11 I Définir des critères de reprise sportive
- 12 I Identifier les situations nécessitant une réorientation médicale

Moyens pédagogiques et techniques :

Apport théoriques - Travaux pratiques

Un support de formation est remis à chaque stagiaire. La pédagogie est active et participative, alternant des apports théoriques et des phases de mise en pratique.



Modalités d'évaluation :

Contrôle de connaissances pré-formation et post-formation sous forme de QCM et de questions à réponses courtes

Projet Pédagogique

Les pathologies de la main, du poignet et du coude représentent un motif fréquent de consultation chez les sportifs amateurs et professionnels. La diversité des pratiques sportives, l'augmentation des contraintes mécaniques et la spécificité du geste sportif nécessitent une actualisation des connaissances des masseurs-kinésithérapeutes afin d'optimiser la prise en charge, prévenir les récides et sécuriser le retour au sport.

Jour 1 – Bases anatomiques et pathologies fréquentes

Séq. 1 – 9h00 – 9h30

Objectif : Comprendre les enjeux de la prise en charge du sportif

Contenu : Introduction et présentation

Moyen pédagogique : Exposé interactif

Séq. 2 – 9h30 – 11h00

Objectif : Identifier les structures anatomiques essentielles

Contenu : Rappels anatomiques fonctionnels main/poignet/coude ; épidémiologie

Moyen pédagogique : Atelier, représentation sur le bras entre étudiants, par groupes qui tournent pour compléter le travail ; diaporama ; schémas

Séq. 3 – 11h00 – 12h00

Objectif : Comprendre les mécanismes lésionnels

Contenu : Mécanismes lésionnels et sport

Moyen pédagogique : Exposé ; exemples cliniques

Séq. 4 – 13h30 – 15h30

Objectif : Reconnaître et traiter les principales pathologies sportives

Contenu : Pathologies du coude

Moyen pédagogique : Exposé et pratique

Séq. 5 – 15h45 – 18h00

Objectif : Évaluer et rééduquer les pathologies courantes

Contenu : Pathologies du poignet chez le sportif

Moyen pédagogique : Exposé ; études de cas ; ateliers de tests diagnostiques

Jour 2 – Pathologies spécifiques et stratégies de rééducation

Séq. 6 – 9h00 – 10h30

Objectif : Identifier les atteintes fréquentes

Contenu : Pathologies de la main chez le sportif

Moyen pédagogique : Exposé

Séq. 7 – 10h30 – 12h00

Objectif : Mener une évaluation adaptée

Contenu : Évaluation clinique du sportif

Moyen pédagogique : Étude de cas vidéo

Séq. 8 – 13h30 – 15h30

Objectif : Construire un programme progressif

Contenu : RTP : principes de rééducation et progression de la charge

Moyen pédagogique : Ateliers pratiques ; études de plusieurs cas et restitution

Séq. 9 – 15h45 – 17h00

Objectif : Adapter la prise en charge au sport

Contenu : Adaptation aux sports courants

Moyen pédagogique : Exposés ; cas cliniques

Séq. 10 – 17h00 – 18h00

Objectif : Sécuriser la reprise sportive

Contenu : Synthèse, prévention et retour au sport

Moyen pédagogique : Discussion collective

Références bibliographiques

BIBLIOGRAPHIE : partie COUDE

M Dufour, Anatomie de l'appareil locomoteur, Tome 2, Membre supérieur, 2ème édition, 2009, p109-111

M Dufour, S. Tixa, S. Del Vallee Acedo, démarche clinique et diagnostic en kinésithérapie, 2e Edition, 2024

F. Malagelada et Al, Elbow Anatomy, Sports Injuries, 2014

Cermack K, Van Den Dugen S, Kinnen L., Pathologies de la main, Tendinopathies du coude et du poignet, Revue Medicale de Bruxelles, vol 41-6, 2020

Mark E. Cinque & Mark Schickendantz & Salvatore Frangiamore, Review of Anatomy of the Medial Ulnar Collateral Ligament Complex of the Elbow, injuries in overhead athletes (J dines and c camp, section editors, 2020

Stefanos Karanasios, Vasileios Korakakis, Maria Moutzouri, Eleni Drakonaki, Klaudia Koci, Vasiliki Pantazopoulou, Elias Tsepis, George Gioftos, Diagnostic accuracy of examination tests for lateral elbow tendinopathy (LET) – A systematic review, Journal of Hand Therapy, 2021

S. Gleizes Cervera, elbow tendinopathies, (second part) : about infiltrations, Journal de traumatologie du sport, Volume 39, Issue 1, p 4-29, 2022

Clara Sos, Steven Roulet, Ludovic Lafon, Philippe Corcia, Jacky Laulan, Guillaume Bacle, Compression proximale du nerf médian dans la région du coude et de l'avant-bras. Structures compressives en cause et résultats à 7 ans de recul moyen de 55 cas opérés, Revue de Chirurgie Orthopédique et traumatologique, Volume 107, Issue 2, April 2021, Pages 197-203

Hamouya A., Meyer Zu Reckendorf G., Roux J-L, Compression du nerf médian au coude par le lacertus fibrosus : à propos de 34 cas, Hand Surgery eand Rehabilitation, Volume 38, Issue 6, Dece 2019, p 407

Kanta Imao, Hitoshi Miwa, Naoto Tsubokawa, Yutaka Maki, Naoto Endo, Dislocation of the Medial Head of the Triceps With Ulnar Nerve Location Anterior to the Medial Epicondyle, the journal of Hand Surgery, Volume 45, Issue 1, January 2020, Pages 72.e1-72.e4

C. Labanère, F. Merle, Syndrome de loge chronique, Archives des maladies du coeur et des vaisseaux _pratique Volume 2021, Issue 303, décembre 2021, pages 19-25

Alessandro Marinelli, Benjamin R Graves, Gregory Ian Bain, Luigi Pederzini, treatment of elbow instability : state of the art, State of the art review, 2021

Landesa-Pineiro Laura, Leiros-rodriguez Raquel, Physiotherapy treatment of lateral epicondylitis : a systematic review, Journal of Back and Musculoskeletal rehabilitation, Vol 35, No 3, pp 463-477, 2022

Meridith K. DeLuca, Emily Cage, Phillip J. Stokey, Nabil A. Ebraheim, Medial epicondylitis : Current diagnosis and treatment options, Journal of Orthopaedics reports, volume 2, Issue 3, 2023

Marc Soubeyrand, Clarisse Lafont, Renaud De Georges, Christian Dumontier, Pathologie traumatique de la membrane interosseuse de l'avant-brasTraumatic pathology of antibrachial

interosseous membrane of forearm, Chirurgie de la Main, Volume 26, Issue 6, dec 2007, pages 255-277

Eric Roulot, Les syndromes canauxiers autour du coude et de l'avant-bras. Partie 2 : nerf radial et nerf médian, revue de rhumatisme 74, 365-370, 2007

Eric Roulot, Les syndromes canauxiers autour du coude et de l'avant-bras. Partie 1 : nerf ulnaire, revue de rhumatisme 74, 2007

Geoffrey Abrams and Marc Safran, Chapter 42 - Elbow Bursitis, presentation, Imaging and treatment of common musculoskeletal conditions, MRI – Arthroscopy correlation, 2012 pages 167-169

Pierre Desmoineaux, Yacine Carlier, Pierre Mansat, Rémy Bleton, Dominique M. Rouleau, Fabrice Duparc et la Société Francophone d'Arthroscopie, Le traitement arthroscopique de l'arthrose du coude, Revue de Chirurgie Orthopédique et Traumatologique, volume 105, issue 8, supplement, 2019, S39-S44

B. Zipoli, J. Abad, D. Ribeyre, A. Riojas, B. Labes, Rugby et traumatismes du coude, journal de traumatologie du sport, 2007, p164-167

Karherine Mc Gurk, Joseph Anthony Tracey, Dane N. Daley, Charles Andrew Daly, Diagnostic Considerations in Compressive Neuropathie, December 2022 Journal of Hand Surgery Global Online 5(2)

E. Hart, A. S. Bauer, D S. Bae, Common upper extremity gymnastics injuries and gymnastic specific return to play, Journal of the pediatric orthopaedic society of north America, volume 6, 2024

A. F Pathan and HV Sharath, A review of physiotherapy techniques used in the treatment of tennis elbow, Cureus, 2023, 15(10) : e47706

J. Wong, E. Toth, K. Rajesparan, A. Rashid, the use of platelet-rich plasma therapy in treating tennis elbow : a critical review of randomized control trials, Journal of clinical orthopaedics and trauma, Volume 32, 2022, 101965

Bibliographie : partie main

M.T. Brown, P.A. Rust, fractures of the thumb metacarpal base, Volume 51, Issue 11, Injury, 2020, p2421-2428

F. Depiesse, Médecine du football: Pratiques, recommandations, prévention, pathologies induites par le football, page 139, 140, 2022

Andreu D. Rééducation des lésions capsulo-ligamentaires des articulations métacarpophalangiennes et interphalangiennes des doigts longs et du pouce. Kinesither Rev 2020 ; 20 (222)

JC Rouzaud, De l'extension des doigts, Kinesither Rev 2020 ; 20(222):41–50

Robinson et al, Acute thumb metacarpophalangeal joint ulnar collateral ligament injury: diagnosis, management, and return to sport considerations, Current Sports Medicine Reports, 2023, p238-244

B. Sharareh, R. Glenn Gaston, C.A. Goldfarb, K. Zeidler, C.D. Mack, T. R. Hunt, Metacarpal fractures in the national Football League: injury characteristics, management, and return to play, The journal of hand surgery, volume 48, issue 6, 2023, p 626.e1-626.e8

N. Kodama, Y. Takemura, H. Ueba, S. Imai, Y. Matsusue, opérative treatment of metacarpal and phalangeal fractures in athletes: early return to play, Journal of Orthopaedic science, volume 19, issue 5, 2014, p729-736

J. Maillet, Actualités dans le traitement du doigt à ressort, Revue du rhumatisme monographies 87, 2020, p212-216

B. Slioui, I. En-Nafaa, J. El Fenni, H. En-Nouali, Rupture aigue traumatique des poulies digitales annulaires, Journal d'imagerie diagnostique et interventionnelle, 2019, 2 :273-274

J-M. Coudreuse, J. Rodineau, Entorses des articulations interphalangiennes proximale des doigts longs, Journal de traumatologie du sport, volume 39, Issue 2, 2022, p99-114

B. Lussiez, N. Dreant, F. Norat, P. Blancardi, Le rugby finger, Journal de traumatologie du sport, volume 34, Issue 3, 2007, p176-179

L. Mathieu, Y. Nader, L. Nguyen, D. Ollat, J-P. Marchaland, G. Versier, luxation traumatique de l'appareil extenseur au dos de l'articulation métacarpophalangienne. A propos d'un cas et revue de la littérature, Journal de traumatologie du sport 25, 2008, p219-222

A. Carreno, M. Tahir Ansari, R. Malhotra, management of metacarpal fractures, Journal of clinical orthopaedics and trauma 11, 2020, p554-561

D. Fontès, Lésions du coude, du poignet et de la main spécifiques du football, Medecine du football : Pratiques, recommandations, prévention, chapitre : pathologies traumatiques induites par le football, 2022, p137-139

A. Forli, A. Bentejac, G. Lateur, D. Corcella, Entorses récentes et anciennes de l'articulation métacarpo phalangienne du pouce, revue de Chirurgie orthopédique et traumatologique, Volume 107, Issue 6, supplément, 2021, pS90-S101

Bibliographie : partie poignet

D. Gerlac, Ténosynovite de De Quervain : « descendre » le radius permet de diminuer la douleur. Analyse de 36 cas, Kiénsithérapie, la Revue, Volume 19, Issue 208, 2019 pages 3-11

Cermak K, Van Den Dungen S, Kinnen L, Pathologies de la main, tendinopathies du coude et du poignet, revue médicale de Bruxelles, Vol 41-6, 2020

Hosteins E., Prise en charge des tenosynovites de l'extenseur ulnaire du carpe après traitement orthétique, mémoire en vue de l'obtention du diplôme du DIU en rééducation et appareillage en chirurgie de la main, 2015 p17

M Dufour, S. Tixa, S. Del Vallee Acedo, démarche clinique et diagnostic en kinésithérapie, 2e Edition, 2024

Andrea Cyr, Cervical Spine, Upper Extremity Neuropathies, and Overuse Injuries in Cyclists, Physical Medicine and Rehabilitation clinics of North America, Volume 33, Issue 1, Feb 2022, pages 187-199

G. Mesplé, Raisonnement clinique dans les pathologies traumatiques et micro-traumatiques de la main, Kinesithérapie la Revue, 2020, 69-77

Dafang Zhang, Cassandra M. Chruscielski, Philip Blazar, Brandon E. Earp Accuracy of Provocative Tests for Carpal Tunnel Syndrome, Journal of hand surgery global on line, volume

2, issue 3, mai 2020, pages 121-125

(Giugale, 2015)

Article immo pouce attelle courte

GEMMSOR, rééducation de la main et du poignet, Anatomie fonctionnelle et technique, 2013

Kinking Leung, Olivier Chunho Ma, Zongshi Qin, Ho ting, Andrew Hokay lau, Kevin Kaifung Lun, Hanna Yufaye Chan, Grace Yagun Wen, Jetson Tszkit Ng, Lingfung Chow, Cody Yuenting Chu, Tracy Siuting Ho, Katherine Tsang, Bacon Fung Leung Ng, Margaret Woon Man Fok, Christian Xin Shuo Fang, Lixing Lao, Haiyong Chen, Acupuncture for de Quervain's tenosynovitis: A randomized controlled trial, Phytomedicine, Volume 104, 2022, p154-254.

Karherine Mc Gurk, Joseph Anthony Tracey, Dane N. Daley, Charles Andrew Daly, Diagnostic Considerations in Compressive Neuropathie, December 2022 Journal of Hand Surgery Global Online 5(2)

E. Hart, A. S. Bauer, D S. Bae, Common upper extremity gymnastics injuries and gymnastic specific return to play, Journal of the pediatric orthopaedic society of north America, volume 6, 2024

Giugale, 2015

Y. Ouchrif, I. Elouakili, R. Ouakrim, M.S. Berrada, M. Elyaacoubi, N. Sekkach, J.M. Faustin, Fracture de l'hamatum chez un boxeur professionnel, Journal de Traumatologie et du Sport, 2014

U. Cebron, C. Curtin, The scratch collapse test : a systematic review, Journal of plastic, reconstructive and aesthésic surgery, volume 71, Issue 12, 2018 p 1693-1703

I.O. Golubev, B.M. Gazimieva, M.E. Sautin, A.V. Korolec, Clinical tests in the diagnosis of scapholunate ligament injuries, Journal of traumatology and orthopedic, Vol 30, N°4, 2023

K. Sachar, ulnar-sided wrist pain : evaluation and treatment of triangular fibrocartilage complex tears, ulno impaction syndrome, and lunotriquetral ligament tears, The journal oh hand surgery, Volume 3è, Issue 7, 2012, p1489-1500

C Geoffroy et G. Mesplié, Protocole de rééducation des instabilités scapho lunaires, Kinésithérapie la Revue, 2018

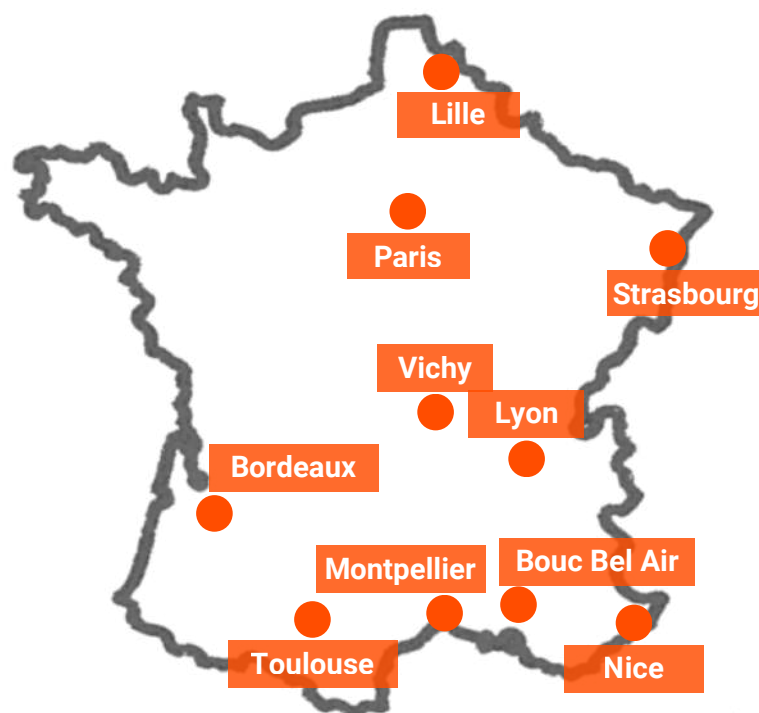
“ Depuis plus de 10 ans, SSK Formation a toujours eu à coeur de proposer aux kinésithérapeutes des stages de qualité, avec les meilleurs formateurs de la région. J'adresse un sincère merci à tous les lecteurs de cet ouvrage spécifique. Conçu pour vous par nos experts, ce manuel vous aidera à mettre en 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



www.ssk-formation.com

ABONNEZ-VOUS !

