

Lombalgie chronique : remettre de l'ordre dans la complexité

Description de l'action

La lombalgie, en plus d'être un fardeau sociétal et individuel majeur, constitue pour de nombreux thérapeutes un défi clinique important. La difficulté à embrasser la complexité et la multiplicité des présentations peut

décourager, voir dissuader de prendre en charge les patients qui en souffrent. Pour ne rien arranger, l'offre pléthorique de traitements proposée est désormais telle qu'il est difficile pour les praticiens autant que pour

les patients de s'y retrouver, rajoutant ainsi à la confusion.

L'ambition de cette formation est de réconcilier les différentes approches et ainsi permettre aux thérapeutes d'apprivoiser la lombalgie chronique en étant capable de prendre en charge les différents profils de patients.

En plus des pré-requis théoriques, les participants pourront étoffer leurs compétences d'évaluation, de raisonnement et de traitement au travers de nombreux ateliers, cas cliniques et mises en situations pratiques, leur permettant ainsi de prendre confiance dans leur capacité à prendre en charge les différents profils de patients.

En nous appuyant notamment sur les données probantes de la littérature scientifique, nous aborderons entre autres les thématiques suivantes :

- les différentes pathologies spécifiques pouvant être mises en cause dans la persistance des symptômes ;
- quelle place donner aux désormais célèbres mais néanmoins méconnus facteurs psycho-sociaux ;
- comment évaluer les patients de manière globale et pertinente ;
- et finalement quelles sont les stratégies thérapeutiques efficaces que nous pouvons leur proposer.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre le retentissement et les enjeux de la lombalgie chronique sur les plans sociétal et individuel
- Reconnaître les signes d'alerte de pathologies requérant une prise en charge médicale
- Identifier et intégrer au raisonnement clinique les facteurs biopsychosociaux mis en cause dans la persistance des symptômes
- Conduire une évaluation biopsychosociale pertinente des patients
- Connaître et savoir mettre en œuvre les tests et les outils d'évaluation cliniques validés et pertinents pour la situation du patient
- Construire une prise en charge personnalisée et adaptée à l'unicité des patients

DEROULEMENT / PRE-REQUIS / EFFECTIFS

Volume: 16h

Public : Masseurs-kinésithérapeutes diplômés.

Nombre minimum de participants 10 et maximum 20

Formateur : Joshua Lavallée

SUIVI DE L'EXÉCUTION ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

- Questionnaire pré-formation (J-7)
- Feuille de présence
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situations.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Questionnaire post-formation de vérification des acquis (J+30)

RESSOURCES TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Tableau / paperboard
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets et mises en situations basées sur l'expérience des stagiaires
- Jeux de rôle
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Joshua Lavallée

Formation : Lombalgie chronique : Remettre de l'ordre dans la complexité (16h)

N°	TITRE SÉQUENCE	OBJECTIFS	HORAIRE	CONTENU	MÉTHODE PÉDAGOGIQUE	MOYENS PÉDAGOGIQUE
JOUR 1 - DURÉE : 8h						
1	Introduction	Présenter l'intervenant et le déroulé de la formation	9h00 – 9h15 (15 min)	Présentation du formateur, rappel du programme pédagogique des 2 journées et des dispositions logistiques	Magistrale	Diaporama
	Accepter la douleur pour devenir autonome	Reconnaître qu'on peut ne pas toujours guérir de sa douleur une personne atteinte de douleur chronique Déterminer un pronostic sur la base de critères biopsychosociaux	9h15 – 10h15 (1h30)	Questionnement collectif Désespoir créatif Atelier de groupe : identifier les obstacles biopsychosociaux à la récupération	Participative	Paperboard
PAUSE 10h45 – 11h00						
4	Modèles de chronicisation de la douleur et de perte d'autonomie	Comprendre et savoir identifier les mécanismes de la chronicisation de la douleur et de la perte d'autonomie Décrire les modèles psychologiques qui sous-tendent l'invalidité fonctionnelle en lien avec la douleur	11h00 – 12h35 (1h30)	Modèles de douleur et d'invalidité (peur-évitement & évitement-endurance) Neurophysiologie	Magistrale	Diaporama Haut-parleurs

JOUR 2 - DURÉE : 8h						
10	Introduction de la deuxième journée	Répondre aux questions concernant les notions vues en première journée Faire le point sur les attentes des participants	9h00 – 9h15 (15 min)	Tour de parole	Participative	Paperboard
15	De la perte d'autonomie à l'auto-gestion	Introduire le cadre conceptuel de l'autonomisation des personnes vivant avec des douleurs persistantes Connaître les stratégies d'auto-gestion des affections chroniques Décrire les modèles psychologiques qui sous-tendent la motivation au changement vers l'auto-gestion et les compétences inhérentes à l'autonomie	9h15 – 10h00 (45 min)	Stratégies générales de prise en charge des pathologies chroniques Stratégies motivationnelles en vue de l'autonomisation	Magistrale	Diaporama
PAUSE 10h45 – 11h00						
8	Dépistage des drapeaux rouges	Introduire et problématiser la séquence	11h – 12h	Jeu de rôle en binôme	Participative	Tables d'examen

		Savoir identifier les drapeaux rouges suggérant la présence d'un diagnostic différentiel nécessitant l'adaptation de la prise en charge Connaître les conduites à tenir en cas de suspicion de pathologie sérieuse	(1h)	Recommandations de bonne pratique de la Haute Autorité de Santé Stratégies anamnestiques et de communication recommandées pour le dépistage des drapeaux rouges Données épidémiologiques et cliniques des diagnostics différentiels de la lombalgie chronique requérant un avis médical (spondylarthrite axiale, infection et tumeurs)	Magistrale	Diaporama
11	Dépistage des drapeaux jaunes	Savoir identifier les obstacles psycho-sociaux à la récupération douloureuse et à l'autonomie fonctionnelle	12h – 12h30 (30 min)	Recommandations de bonne pratique de la Haute Autorité de Santé Impact des facteurs psycho-sociaux sur le pronostic douloureux et l'autonomie	Magistrale	Diaporama
DÉJEUNER 12h30 – 13h30						
12	Imagerie clinique du rachis lombaire	Connaître la radio-anatomie normale et pathologique courante Comprendre la terminologie des compte-rendus des imageries du rachis lombaire Déterminer l'implication des résultats des imageries pour le pronostic et la prise en charge kinésithérapeutique	13h30 – 15h30 (2h)	Atelier de groupe : apprendre à reconnaître la radio-anatomie normale et pathologique courante Données anatomiques, cliniques et épidémiologiques Corrélation et discordance radio-clinique	Magistrale Participative	Diaporama Modèles anatomiques

		Eduquer et rassurer afin de lutter contre le catastrophisme et favoriser le regain d'autonomie		Stratégies communicationnelles à visée de vulgarisation et de réassurance		
PAUSE 15h30 – 15h45						
14	Étude de cas conclusif	Restituer les notions abordées tout au long de la formation	15h45 – 17h45 (2h)	Atelier de groupe : génération de propositions thérapeutiques biopsychosociales	Participative	Diaporama
16	Conclusion de la deuxième journée	Résumer les notions abordées Revenir sur les éventuelles incompréhensions et répondre aux dernières questions	17h45 – 18h00 (15 min)	Tour de parole	Participative	Tour de parole
FIN DE 2e JOURNÉE (18h00)						