



Plan détaillé de la formation,

NIVEAU 1

« *Évaluation, diagnostic différentiel et traitement des pathologies en lien avec l'épaule* »

Module 1: E-Learning en préparation à la formation en vidéo et PDF, avec quizz. Ajout de vidéos et contenu après la formation via PODIA. Accès pendant 1 an au contenu. À la fin du e-learning, le candidat pourra déjà appliquer le contenu du e-learning dans sa pratique!

Durée du totale du E-Learning: environ 8h00

- 3h00 E-learning PDF.
- 3h00 de contenu Vidéo.
- 30 minutes de Quizz avec les réponses.
- 1h30 de prise de note.

Module 1: Version E-learning PDF :

- 1.1. La prévalence des douleurs d'épaules
- 1.2. Impact du style de vie
- 1.3. Le bilan subjectif
- 1.4. Les red flags de l'épaule
- 1.5. La chaîne cinétique inférieure
- 1.6. Rôle et fonction de l'épaule
- 1.7. Anatomie générale de l'épaule
- 1.8. Anatomie des ligaments de l'épaule
- 1.9. Fonction des ligaments de l'épaule
- 1.10. Fonction des surfaces G/H et du labrum
- 1.11. Fonction des bourses
- 1.12. Fonction des muscles de l'épaule
- 1.13. Fonction des muscles axio-scapulaires
- 1.14. Fonction du biceps brachial
- 1.15. Fonction du deltoïde
- 1.16. Fonction de la scapula
- 1.17. Fonction des articulations claviculaires
- 1.18. Fonction de la région thoracique
- 1.19. Conclusion

Module 1: Version E-learning vidéo et Quizz:

- **1.20. Anatomie et neuroanatomie de l'épaule:**
 - Anatomie spécifique de la coiffe des rotateurs et neuro-anatomie spécifique de l'épaule.
- **1.21 Fonction de la coiffe des rotateurs:**
 - Physiologie de la fonction de la coiffe des rotateurs.
 - Fonction principale de la coiffe des rotateurs et des piliers fonctionnels de la coiffe.
 - Direction de traitement.

Module 2: Version E-learning vidéo et Quizz (SUITE):

- **1.22. Schéma conceptuel de la coiffe des rotateurs: Compréhension des piliers de fonction.**
- **1.23. Schéma contrôle moteur et inhibition réflexe.**
 - Le schéma du contrôle moteur.
 - Les phénomènes d'inhibition du contrôle moteur de la coiffe des rotateurs.
 - Théorie de la cascade inhibitrice de la coiffe des rotateurs et de sa fonction.
 - Compréhension de la prise en charge d'une épaule : "*If Pain, No Gain*".
- **1.24. Évaluation de la fonction de la coiffe des rotateurs**
 - In supine fonctional test.
 - Arbre décisionnel du "In Supine" test.
- **1.25. Modification de symptômes selon le stade clinique / inflammatoire,**
 - Principe de la modification de symptôme et banque d'exercice.
 - Modification de symptôme et traitement pour une phase irritable.
 - Modification de symptôme et traitement pour un phase de transition.
 - ***Les phases neuromotrices et de force seront vues en présentielle pour l'aspect plus technique***
- **1.26: Les cervicales: Différenciation entre une épaule et une neuropathie périphériques:**
 - Red flags cervicaux.
 - Arbre décisionnel et différenciation cervical vs épaule.
 - Implication des cervicales dans les problèmes d'épaules: ce que dit la science.
 - Raisonnement clinique et direction de traitement épaule vs cervicale
 - Différenciation body chart / douleur, screening test, tests neurodynamiques.
 - Cluster des radiculopathies et neuropathies périphériques. (Test d'inclusion)
 - Direction de traitement générale.

*** Il n'y aura aucune technique de traitement démontrée. Cette partie sera abordée au niveau 2.***
- **1.27: Les "Impingements" (conflit sous-acromiaux), "The End Of An Era?"**
 - Mise à jour des paradigmes via la science.
- **1.28: Les dyskinésies scapulaires: mise à jour et changements de paradigmes.**
 - Mise à jour des paradigmes sur les donnée scientifiques actuelles.
 - Différenciation entre une atteinte du schéma d'activation moteur ou d'une dyskinési pathologiques.
 - Tests spécifiques et direction de traitement.
- **1.29: Les modifications de symptômes: la théorie**
 - Poudre aux yeux ou évidence scientifique ? Ce que les études nous ont réellement confirmé.

Contenu de la formation en présentielle: 16h00

Jour 1: 8h00

Introduction et arbre décisionnel de la prise en charge d'une épaule douloureuse

- Raisonnement et diagnostic différentiel clinique pour la prise en charge d'une épaule douloureuse en fonction de la pathologie.
- Différenciation des sous-types de chaque pathologie de l'épaule.

Module 2. Les douleurs en lien avec la coiffe des rotateurs. (RCRSP)

- Retour sur le e-learning.
- Bilan actif et observation des mouvements actifs:
 - Analyse des mouvements en fonction des pathologies.
 - Schéma clinique d'identification des pathologies en fonction des mouvements actifs.
 - Test de différenciation et raisonnement clinique pour identifier la pathologies lors des mouvements actifs.
- **Retour et ajout des tests actifs permettant l'analyse et l'évaluation de la fonction de la coiffe des rotateurs: analyse et identification du pilier de la fonction atteinte.**
- Lésion atraumatique de la coiffe des rotateurs:
 - Physiopathologie des lésions atraumatique.
 - Approche de la rééducation: évaluation, tests, direction de traitements.
- Lésion traumatique de la coiffe des rotateurs:
 - Classification.
 - Évaluation, prise en charge, arbre décisionnel, tests spécifiques.
 - Recherche active des déchirures du subscapulaire, urgence orthopédique.
 - Prise en charge spécifique des "coiffes massives" et direction de traitement.
- Traitement des pathologies en lien avec la coiffe des rotateur:
 - **Prise en charge selon le pilier fonctionnel de la coiffe atteinte.**
 - Intégration des phases de rééducation en fonction du pilier atteint.
 - **Reprogrammation de la coiffe: "De la théorie à la juxtaposition clinique."**
 - **Reprogrammation de la coiffe spécifique par pilier/phase (Schéma de la fonction de la coiffe des rotateurs par Swiss Shoulder Clinic.**
- Prise en charge post-opératoire de la coiffe des rotateurs: direction spécifique et évolution.
- Cas pratiques, analyse de cas, exercices d'intégration en équipe et mise en pratique clinique.
- Conclusion, et retour sur les points clés des RCRSP de la théorie et la pratique abordée au jour 1. Raisonnement clinique et application de la théorie et de la pratique.

Fin de la journée 1: ratio théorie/pratique: 50/50 à 40/60 minimum

Jour 2: 8h00

Module 3: Les instabilités d'épaule.

- Étiopathologie et épidémiologie des instabilités ant. et post.
- **Classification des instabilités: re classification des instabilités du triangle de Stanmore par le losange de l'instabilité de l'épaule de Swiss Shoulder Clinic:**
 - Compréhension des différents type d'instabilités et leurs directions de traitement.
 - **Introduction de la nouvelle catégorie d'instabilité (Polar type 2b),**
 - Complication selon le type d'instabilité.
 - Différenciation des instabilités positionnelles et non positionnelles, contrôlable et non contrôlable.
 - **Évolution pathophysiologique négative des instabilités en fonction du type d'instabilité.**
 - Kinésiophobie post luxation: Prise en charge et direction de traitement.
- Complications et "dommages collatéraux" des luxations.
 - Type de pathologies associées aux luxations.
 - Évaluation et raisonnement clinique de la prise en charge selon la gravité de ces pathologies et leur impact fonctionnel.
 - Red flags des luxations et prise en charge.
- Les changements corticaux associés aux instabilités et **l'impact en fonction du type d'instabilité.**
- Traitement chirurgicaux
- Traitement conservateur et post-opératoire: évaluation, direction de traitement et prise en charge spécifique des instabilités ant. et post. **(PRATIQUE):**
 - **Intégration du feux quadricolore lors du traitement des instabilités.**
 - Tests spécifiques des instabilités antérieures et postérieures.
 - **CLIST test ant. et post. (Capsulo-Labral Insufficiency Test) (Polar Type 2b).**
 - **Le Swiss Shoulder Clinic instability test.**
 - Raisonnement clinique et interprétation des tests.
 - Prise en charge et traitement spécifique des instabilités traumatiques aiguës.
 - Arbre décisionnel pour l'évaluation et le traitement selon le type d'instabilité.
 - **Traitements et exercices spécifiques en fonction de l'instabilité et du pilier de la coiffe atteint: Optimisation du traitement des instabilités.**
 - Péjoration/mauvaise évolution: Prise en charge et guidelines.

Démo patient si disponible.

Un patient non connu sera invité pour être évalué par le formateur et par les étudiants à l'aide du support du bilan d'évaluation de l'épaule de **Swiss Shoulder Clinic**.

Cela permet de consolider les acquis et de mettre en pratique la théorie ainsi que le raisonnement clinique vu pendant la formation.

Module 4: Les épaules raides

- Épidémiologie et étiologie des épaules raides.
- Différenciation des différentes raideurs d'épaule.
- L'épaule gelée:
 - Étiopathologie
 - Physiopathologie et changements intra-capsulaires.
 - Changement de paradigme dans les phases.
 - Évaluation et différenciation de l'épaule gelée.
 - Red flags et diagnostic différentiel de l'épaule gelée.
 - Direction de traitement et exercice spécifique en fonction de la phase.
- Les raideurs d'épaule d'origine de la coiffe des rotateurs/protection:
 - Différenciation clinique vs l'épaule gelée
 - **Le Shoulder stiffness inhibition test: application, résultat, prédication et raisonnement clinique**
 - **Intégration des exercices neuro-développementaux dans l'inhibition de la raideur.**
 - Évaluation et traitement spécifique.
- Raideur d'origine post-opératoire ou post bursite sous-acromiale aiguë:
 - Diagnostique différentiel et évaluation.
 - Traitement spécifique.

Module 5. Dysfonction et instabilité claviculaire.

- Biomécanique et théorie de ACJ de l'articulation sterno-claviculaire.
- Pathologies en lien avec L'AC: dysfonction, ostéolyse et instabilité.
- Pathologies en lien avec la sterno-claviculaire: dysfonction et instabilité.
- Différenciation AC vs Épaule VS cervicales.
- Examen physique: Cluster, tests spécifiques.
- Traitement spécifique en fonction de la pathologie claviculaire.
- Évaluation et traitement de l'atteinte du rythme claviculo-scapulo-coiffe.

Fin de la journée 2: ratio théorie/pratique: 40/60 minimum

FORMATEUR



Timothée Bernard

PhD(S) 2026, .PT, Fellow international OMT AFOM-IFOMPT,
Advanced Degrees Echographie NSMK.

- Physiothérapeute spécialisé dans la rééducation et la recherche clinique de l'épaule et du TOS.
- Sous-spécialisé dans les instabilités et les raideurs d'épaule.
- Advanced practice.
- Master et Fellowship en thérapie manuelle orthopédique et manipulation vertébrale AFOM-IFOMPT.

*Support de cours, boisson sans alcool, boissons chaudes et collation fournis.
Pour l'hébergement n'hésitez pas à nous contacter pour obtenir des informations.*