

Diastasis des grands droits : spécificités d'une prise en charge kinésithérapique

1,5 jour, soit 11 heures en présentiel
avec Tara REMAN & Montse REJANO CAMPO

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

OBJECTIFS :

- Comprendre la biomécanique et physiologie de la ligne blanche au sein du caisson abdominal
- Apprendre à diagnostiquer et évaluer les dysfonctions de la ligne blanche (diastasis des grands droits) en fonction de différents outils cliniques.
- Etudier les différentes techniques proposant la prise en charge du diastasis des grands droits et leur efficacité selon la littérature scientifique
- Réfléchir autour de cas cliniques variés pour proposer une prise en charge adaptée et savoir quand réorienter vers le corps médical

PROGRAMME :

- **Première ½ journée :**

30min *Accueil des participants*

90min **Rappels fonctionnels sur le caisson abdominal**

- Anatomie fonctionnelle
- Neurophysiologie & synergie

120min **La ligne blanche & le diastasis des grands droits**

- Anatomie, biomécanique et fonctionnalités de la ligne blanche
- Diastasis des grands droits :
 - o Définition
 - o Epidémiologie et facteurs de risques
 - o Physiopathologie
 - o Conséquences cliniques

- **Deuxième ½ journée :**

90min **Evaluation du diastasis des grands droits : critères et outils cliniques**

- Drapeaux Rouges et diagnostic différentiel
- Distance inter-recti
 - Présentation des données clinimétriques et démonstration pratique (vidéo en virtuel ou pratique en présentiel)
- o Palpation

PROGRAMME

- o Calipers
- o Echographie
- Tension de la ligne blanche
- o Élastographe - Présentation des données clinimétriques (vidéo de démonstration)

120min **Traitements & prise en charge du diastasis des grands droits**

- **Prise en charge en pré partum**
 - o Les exercices de renforcement abdominal
Démonstration pratique de protocole de renforcement chez la femme enceinte (vidéo en virtuel ou pratique en présentiel)
 - o Taping/bandage abdominal
Démonstration pratique (vidéo en virtuel ou pratique en présentiel)
 - o Raisonnement autour d'un cas clinique

• **Troisième ½ journée :**

120min - **Prise en charge en post partum**

- o Impact de la césarienne et de l'allaitement
- o Les exercices de renforcement abdominal
Démonstration pratique de protocole de renforcement chez la femme enceinte (vidéo en virtuel ou pratique en présentiel)
- o Taping/bandage abdominal
Démonstration pratique (vidéo en virtuel ou pratique en présentiel)
- o Quid de la Radiofréquence
- o Raisonnement autour d'un cas clinique

90min - **Traitement correcteur :**

- o Indications à la chirurgie
- o Les différentes chirurgies possibles
- o Prise en charge post opératoire

METHODOLOGIES :

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est :

- **Soit le format présentiel** dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, projection d'un PPT, consultation de documents pédagogiques, interaction et échanges...
- **Soit la classe virtuelle** nécessitant le déploiement d'outils synchrones informatiques de type Zoom qui correspondent à des temps de contacts directs entre les intervenants et les participants mais également entre les participants eux-mêmes, de partage d'écran de PPT, documents et vidéos, de tableaux blancs interactifs, etc...

Le formateur s'appuiera sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.

- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.

PROGRAMME

- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique, sur un stagiaire devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes entre eux en binôme et sont corrigés directement par le formateur en salle de formation pour le format en présentiel. En classe virtuelle, les participants interviennent lors des projections vidéo.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours en salle ou en virtuel
- Outil numérique synchrone (Zoom ou équivalent) pour une classe virtuelle en temps réel avec possibilité d'interaction, zone de chat, visio, partage d'écran, etc...
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT et divers documents annexes
- Matériels adaptés à la pratique dans la salle de formation pour le format présentiel ou la classe virtuelle : Tables de pratiques (1 pour 2), tapis, coussins, modèles anatomiques, consommables, plans instables, ballons, élastiques, bandes de Tape, échographe, etc...

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Evaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

FORMATRICE :

Tara REMAN

- Physiothérapeute avec expertise en pelvi-périnéologie (Genève), MSc, PhD Student
- Formatrice en formation continue (IPPP, KinéLilleFormation)
- Ancien membre du Comité d'Administration de la SIREPP, membre de la SFP et de l'ICS
- Collaboratrice Ra&D à la Haute Ecole de Santé Vaud (Lausanne)

Montse REJANO CAMPO

- Masseur-kinésithérapeute spécialisée en pelvi-périnéologie, candidate en PhD
- Master 2 en Thérapie Manuelle Orthopédique (MSc)
- DIU en pelvi périnéologie - Université Pierre et Marie Curie
- Membre de l'ICS et de la IUGA