Lipœdème en kinésithérapie

Reconnaitre, évaluer & prendre en charge

Avec Manon CHAVAUDREY et Blandine BOUSCH • 2 jours • 14 h • En Classe Virtuelle
Formation réservée aux kinésithérapeutes ou physiothérapeutes francophones
Aucun prérequis spécifique nécessaire

À PROPOS DE LA CLASSE VIRTUELLE

Le programme de cette formation en Classe Virtuelle est identique à celui proposé en Présentiel. En effet, celui-ci est essentiellement théorique et propose des moments réguliers d'échanges interactifs, avec jeu de rôle et quizz.
Lors des courts moments en ateliers, la pratique pourra être réalisée « en miroir », dans un premier temps sur une méthode dite démonstrative, par le formateur devant les participants, toujours en direct. Une fois cette démonstration effectuée, chaque participant est amené à reproduire les techniques enseignées, en Visio, devant la caméra chez soi. Le formateur est alors en mesure de corriger individuellement chacun des participants.

Pour l'ensemble de ces raisons, l'apprentissage de compétences pratiques ne nécessite pas spécifiquement une application en présentiel.

OBJECTIFS

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

- Définir le lipœdème et identifier ses stades et formes cliniques
- Distinguer le lipœdème du lymphœdème, du lipo-lymphœdème et de l'obésité
- Identifier les pathologies douloureuses chroniques pouvant masquer ou coexister avec le lipœdème
- Adopter une posture de détection et d'orientation adaptée au cadre libéral, en complémentarité avec le médecin traitant
- Conduire un bilan clinique orienté lipœdème et le documenter
- Mettre en œuvre les outils du traitement conservateur : compression, soins cutanés, drainage adapté, activité physique
- Situer le traitement chirurgical dans le parcours de soins et assurer le suivi kinésithérapique pré et post-opératoire
- Construire un projet thérapeutique réaliste et accompagner la patiente sur le long cours

PROGRAMME

Jour 1 : Comprendre le lipœdème & initier le traitement conservateur

Matin : Comprendre & diagnostiquer

45' Accueil, tour de table, présentation du déroulé
Physiopathologie du lipœdème : mécanismes, épidémiologie, profil de la patiente, évolution naturelle

30' Stades et types cliniques : classification, distribution anatomique, cas illustrés

30' Diagnostic différentiel (1) : lipœdème / lymphœdème / lipo-lymphœdème / obésité

30' Diagnostic différentiel (2) : pathologies douloureuses chroniques (fibromyalgie, hypermobilité, douleurs inflammatoires et musculo-squelettiques).
Les pièges qui font passer à côté du lipœdème

30' Comorbidités fréquentes

Déjeuner

Après-midi : Bilan, orientation & activité physique adaptée

15’ Kahoot : rappels du matin, réveil post-repas

45’ Bilan clinique orienté lipœdème et sa documentation

45’ Rôle du kiné dans le parcours de soins : posture de détection, orientation, dialogue avec le médecin, place de la chirurgie dans le parcours.
Jeu de rôle

30’ Traitement conservateur : les piliers (contention, soins cutanés, drainage, activité physique) et leur articulation

45’ Activité physique adaptée : Pilates et pratiques corps/mouvement, auto-exercices doux à transmettre, adaptation selon les comorbidités.
Atelier pratique

15’ Synthèse et questions J1

Jour 2 : Approfondir la prise en charge, situer la chirurgie & accompagner

Matin : Conséquences, techniques manuelles & chirurgie

15’ Kahoot : remise en route, révision J1

45’ Ce que le lipœdème engendre s'il n'est pas pris en charge : évolution, retentissement lymphatique (du lipœdème au lipo-lymphœdème), conséquences fonctionnelles et articulaires.

45’ Traitement conservateur, techniques manuelles : drainage lymphatique adapté au lipœdème, mobilisations tissulaires, contention flat-knit et multicouche

1h Traitement chirurgical : techniques disponibles, critères de choix d'un praticien, red flags à connaître

30’ Rôle du kiné avant et après l'opération : préparation, suivi post-op, travail cicatriciel

Déjeuner

Après-midi : Accompagner et construire un projet thérapeutique

45’ Accompagnement éducatif au long cours : gestion des attentes, maintien de la motivation, suivi pluridisciplinaire

45’ Automassage et auto-drainage à transmettre aux patientes : séquences simples.
Atelier

15’ Construire son plan de soin : du bilan initial au suivi à 6 mois.
Cas fil rouge

30’ Cas cliniques intégrateurs J1 + J2, questions ouvertes

30’ Cadre légal et ouverture vers le hors nomenclature : ce qui est autorisé pour le kiné, accompagnement éducatif, sport adapté, drainage HN

15’ Présentation des modules complémentaires disponibles

15’ Synthèse générale, ressources et clôture

Fin de la formation

MÉTHODOLOGIES

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :
Le format retenu pour cette formation est le format présentiel dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, en s'appuyant 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.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique devant les participants lors des ateliers.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques enseignées à l'aide du matériel recommandé, et sont corrigés directement par le formateur.

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

- Projection PPT du cours
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT et divers documents annexes
- Matériels adaptés à la pratique à disposition dans la salle de formation

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

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

FORMATRICES

Manon CHAVAUDREY

- Masseur-Kinésithérapeute DE (IFMK Dijon, 2017)
- Exercice libéral orienté rééducation pelvi-périnéale et accompagnement du lipœdème
- Professeur Pilates Matwork
- Formée en pelvi-périnéologie, périnatalité & en drainage lymphatique manuel
- Formée en thérapie manuelle, McKenzie A et B, & en rééducation du coureur (La Clinique du Coureur)
- Autrice de "Le guide complet du lipœdème" (éditions Dangles, 2026)

Blandine BOUSCH

- Masseur-kinésithérapeute D.E. (IFMK Nancy, 2014)
- Spécialisée en santé et physiologie féminines, pelvi-périnéologie et lymphologie
- Expertise dans la prise en charge conservatrice, pré & post opératoire du lipœdème
- Formée au drainage lymphatique manuel et aux thérapies manuelles tissulaires
- Professeure de Pilates Matwork et de yoga thérapeutique
- Fondatrice du cabinet pluridisciplinaire & association Valeria, dédiés à la santé féminine