



## Douleurs et neurosciences

### **Objectifs :**

La douleur chronique représente un problème biopsychosocial, avec des changements inadaptés dans l'esprit, le corps et le cerveau. L'éducation, la thérapie par l'exercice et les interventions d'activité physique sont des traitements efficaces pour divers troubles de la douleur chronique, y compris la fibromyalgie, les douleurs cervicales chroniques, l'arthrose, la polyarthrite rhumatoïde et les lombalgies chroniques. Bien que les avantages cliniques de la physiothérapie dans ces populations soient bien établis (c'est-à-dire basés sur des données probantes), les cliniciens luttent pour appliquer les données modernes de la science dans la pratique quotidienne.

- Appliquer des lignes directrices fondées sur des preuves pour la gestion de la douleur chronique à la pratique de la physiothérapie.
- Classifier les patients atteints de douleur souffrant d'une douleur de sensibilisation nociceptive, neuropathique ou centrale.
- Fournir une formation en neurosciences à des patients atteints de douleur chronique.

### **Compétences visées :**

Composez un programme de physiothérapie efficace pour corriger la douleur qui engage le patient et considère les aspects cognitifs / affectifs / émotifs de l'expérience de la douleur.

**Public concerné :** Masseurs kinésithérapeutes et ostéopathes

**Prérequis :** Etre titulaire du diplôme d'état de Masseur kinésithérapeute ou d'ostéopathie, inscription au conseil de l'ordre, à jour de RCP (responsabilité civile professionnelle)

**Durée de la formation en présentiel :** 2 jours – 14 heures

### **Moyens pédagogiques :**

Les cours sont sur supports informatiques riches en iconographies. Un support de cours illustré détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant.

Les cours théoriques sont dispensés en amphithéâtre. L'apprentissage se fait également par des travaux pratiques et des études de cas, encadrés par des formateurs. Chaque lieu de stages et de travaux pratiques dispose de tables de pratique, d'un système de projection, d'un paper board ou d'un tableau. Des squelettes, gants, solution hydroalcoolique sont fournis aux élèves.

### **Encadrement :**

Les cours sont assurés par nos formateurs (formés, évalués et certifiés), un formateur pour 20 stagiaires qui assure la pédagogie et le suivi administratif du stage (feuille de présence, fiche technique, évaluation de la formation).

**Type de support pédagogique remis au stagiaire et contenu :** articles et revus de littérature, diaporama ppt, plateforme e-learning

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





- QCM sur la partie théorique après chaque module.
- Evaluation de la pratique par reproduction des gestes techniques
- Evaluation des pratiques professionnelles selon les modalités définies par la HAS

### **Programme :**

#### **Jour 1**

9h-12h

Comment les physiothérapeutes peuvent classer leurs patients atteints de douleur sans compter sur des examens coûteux ou complexes?

Comment utiliser un algorithme clinique pour différencier la douleur neuropathique et la sensibilisation centrale dans la pratique quotidienne?

13h-17h

Thérapie d'exercice incluant non seulement l'exercice, mais aussi l'éducation en neurosciences douloureuses, la gestion du stress et l'autogestion de l'activité.

#### **Jour 2**

9h-12h

Utilisation d'interventions de physiothérapie comme l'activité graduée et la thérapie d'exercice graduée, comme traitements de désensibilisation pour les patients atteints de douleur chronique.

13h-17h

Interventions comme le counseling, l'autogestion de l'activité et la thérapie d'exercices gradués adaptée aux préférences, aux besoins, aux antécédents de la douleur, aux dysfonctions musculo-squelettiques et au système nerveux central

Vision biopsychosociale

