

**Durée** : 6 jours (48h), 3 week-end de 2 jours

**Formateurs** : DUMELIE Xavier

## JOUR 1:

### Module 4B: Biomécanique en mouvement - Test de l'étage scapulo-huméral

9h00 - 10h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Biomécanique: Extension thoracique et relation scapulo-humérale</b></li> <li><b>Extension de hanche et relation Scapulo-humérale</b></li> </ol>
15 minutes	<b>Pause</b>
10h45 - 12h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Articulation acromio-claviculaire :</b>  pathologies guidelines de traitement</li> </ol>
	<b>Repas de midi</b>
13h30 - 15h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Rôle du deltoïde dans la prévention des pathologies de l'épaule sur Anne COOK</b></li> <li><b>Tests proprioceptifs et pratiques :</b> Deltoïde Teres Minor Subclavius</li> </ol>
	<b>Pause</b>
15h45 - 18h00	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Tendinopathie de la coiffe des rotateurs</b>  Etiologie et biomécanique Diagnostic clinique et clusters Guidelines</li> </ol>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

## Module 4B:

**Durée** : 2 jours (16h)

**Formateurs** DUMELIE Xavier

### JOUR 2:

<b>9h00</b> - <b>10h30</b>	<b>Tests proprioceptifs et pratiques :</b> <b>Infraspinatus</b> <b>Supraspinatus</b> <b>subscapularis</b>
<b>15 minutes</b>	<b>Pause</b>
<b>10h45</b> - <b>12h30</b>	<b>Pathologies de l'épaule et relation en chaînes.</b> <b>Relation membre inf - membre sup</b> <b>Pelvis Drop et Fixation Scapulaire</b> <b>Relation Scapula-Scapula</b>
	<b>Repas de midi</b>
<b>13h30</b> - <b>15h30</b>	<b>la slap lésion</b> <b>Etiologie</b> <b>Diagnostic clinique</b> <b>Guideline de traitement</b>
	<b>Pause</b>
<b>15h45</b> - <b>18h00</b>	<b>Cas clinique tendinopathie</b> <b>Révision</b> <b>Table ronde</b>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

**Durée** :2 jours (16h)**Formateurs** : DUMELIE Xavier**JOUR 1:  
Module 5A: Bras et Avant Bras**

<b>9h00</b> - <b>10h30</b>	<b>1. Biomécanique:</b>  <b>Flexion de l'épaule</b> <b>Adduction de l'épaule</b>
<b>15 minutes</b>	<b>Pause</b>
<b>10h45</b> - <b>12h30</b>	<b>2. Tests proprioceptifs et pratiques :</b>  <b>Biceps brachii</b> <b>Coracobrachialis</b>
	<b>Repas de midi</b>
<b>13h30</b> - <b>15h30</b>	<b>3. Guideline instabilité d'épaule</b> <b>Etiologie</b> <b>Diagnostic clinique</b> <b>Protocole et guidelines</b> <b>Algorithme de rétentions</b> <b>Progression d'exercices</b>
	<b>Pause</b>
<b>15h45</b> - <b>18h00</b>	<b>4. Tests proprioceptifs et pratiques :</b>  <b>brachialis</b> <b>brachioradialis</b>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

**Durée** : 2 jours (16h)

**Formateurs** : DUMELIE Xavier

## JOUR 2

<b>9h00</b> - <b>10h30</b>	<b>1. Tests proprioceptifs et pratiques :</b>  <b>Triceps</b> <b>Aconeus</b>
<b>15 minutes</b>	<b>Pause</b>
<b>10h45</b> - <b>12h30</b>	<b>2. Guideline Glenohumeral internal rotation deficit (GIRD)</b> <b>Etiologie</b> <b>Diagnostic clinique</b> <b>Protocole et guidelines</b> <b>Algorithme de rétentions</b> <b>Progression d'exercices</b>
	<b>Repas de midi</b>
<b>13h30</b> - <b>15h30</b>	<b>3. Guideline "Tennis elbow"</b> <b>Etiologie / Diagnostic clinique</b> <b>Protocole et guidelines</b> <b>Algorithme de rétentions</b> <b>Progression d'exercices</b>
	<b>Pause</b>
<b>15h45</b> - <b>18h00</b>	<b>4. Révision des tests</b>  <b>5. Cas clinique lanceur de javelot.</b>  <b>6. Questionns -Réponses</b>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

**Durée** : 2 jours (16h)

**Formateurs** : DUMELIE Xavier

## JOUR 1: Module 5B: la charnière cervicale

9h00 - 10h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Relation en chaines des membres supérieurs et membres inférieurs dans les mouvements de frappe en rotation</b></li> <li><b>Notion de co-activation</b></li> <li><b>Importance de la rotation interne.</b></li> </ol>
15 minutes	<b>Pause</b>
10h45 - 12h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Tests proprioceptifs et pratiques :</b> <b>Adductor Hallucis longus</b> <b>Adductor digitorum minimi</b> <b>Flexor digitorum minimi Brevis</b></li> </ol>
	<b>Repas de midi</b>
13h30 - 15h30	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Biomécanique de la tête:</b> <b>Flexion / extension capitis</b> <b>Rotation axis/atlas</b> <b>Relation avec les dorsales</b></li> </ol>
	<b>Pause</b>
15h45 - 18h00	<b>Tests proprioceptifs et pratiques :</b> <b>SCM x4</b> <b>Scalènes x4</b>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

**Durée** : 2 jours (16h)

**Formateurs** : DUMELIE Xavier

## JOUR 2:

<b>9h00</b> - <b>10h30</b>	<b>1. Relation Cervicales / Sacro-iliaque</b>  <b>Extension de hanche</b> <b>Abduction de hanche</b>
<b>15 minutes</b>	<b>Pause</b>
<b>10h45</b> - <b>12h30</b>	<b>2. Tests proprioceptifs et pratiques :</b>  <b>Adductor Hallucis longus</b> <b>Adductor digitorum minimi</b> <b>Flexor digitorum minimi Brevis</b>
	<b>Repas de midi</b>
<b>13h30</b> - <b>15h30</b>	<b>3. Guideline "Tennis elbow"</b> <b>Etiologie / Diagnostic clinique</b> <b>Protocole et guidelines</b> <b>Algorithme de rétentions</b> <b>Progression d'exercices</b>
	<b>Pause</b>
<b>15h45</b> - <b>18h00</b>	<b>4. Cas clinique</b>  <b>5. Table Ronde</b>  <b>6. Préparation à l'examen</b>

**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**

# Informations

## Support en ligne:

**Certains modules nécessitent un e-learning de pré-formation (cf tableau)**

## Les objectifs :

**Intégrer des guidelines evidence based de traitement de pathologies d'ordre mécanique et neurologique liées à des faiblesses ou délai d'activation des muscles de l'épaule et du bras.**

**Utiliser les tests musculaires pour diagnostiquer les faiblesses en rapport avec la pathologie du patient.**

**Construire une progression d'exercices pour optimiser la contraction musculaire des muscles de l'articulation gléno-humérale.**

**Développer des compétences en biomécanique du mouvement en comprenant les incidences de faiblesses des muscles du tronc sur l'épaule et réciproquement, les faiblesses des muscles de l'épaule et du bras sur le tronc et le pelvis..**

**Mieux comprendre la biomécanique appliquée des mouvements sportifs (lancer et travail au dessus de la tête)**

# L'épaule

<b>Thérapie NeuroMotrice L'épaule</b>	
Support en ligne	
Durée	Sujet
1h	● Travaux dirigés conférence Zoom ○ Sujet: Revision des tests du 1er weekend.
1h	● TP: Tendinopathie achilléenne: - Construction d'un algorithme de rétention
1H	Cas clinique #1 crossfiteur lombalgique Cas clinique #2 tendinopathie de la coiffe
1h	● Travaux dirigés conférence Zoom ○ Sujet: Revision des tests du 2ème weekend.
1H	Cas clinique #1 Slap lesion Cas clinique #2 GIRD joueur de handball.
1H	Examen en ligne



## Informations complémentaires :

**La prise en charge par l'ANDPC peut se faire pour chaque modules.  
Pour la prise en charge par un autre OPCA, veuillez nous contacter.**

**Affiner et actualiser les connaissances au regard de la littérature scientifique des neurosciences.  
Savoir mettre en place un diagnostique clinique.  
Maitriser et justifier le choix du traitement.  
Mettre en place des stratégies thérapeutiques.**

### Moyens pédagogiques :

**Les stagiaires devront avoir suivi au préalable l'e-learning de Neurosciences de la Douleur (d'environ 10 heures)  
Sa validation sera assurée par Laurent Fabre pendant le module en présentiel.**

**Le module présentiel de 3 jours est composé de :**

- **20% d'apports théoriques (polycopié sous forme de pdf)**
- **80% de sessions pratiques supervisées (anatomie palpatoire, tests diagnostiques, techniques neurodynamiques, training de contrôle moteur)**
- **De consultations magistrales en fonction de la disponibilité de patients. N'hésitez pas à en faire la demande à l'avance**
- **De cercles de paroles et d'intervision qui viendront clôturer chaque session pour s'assurer de la bonne progression.**

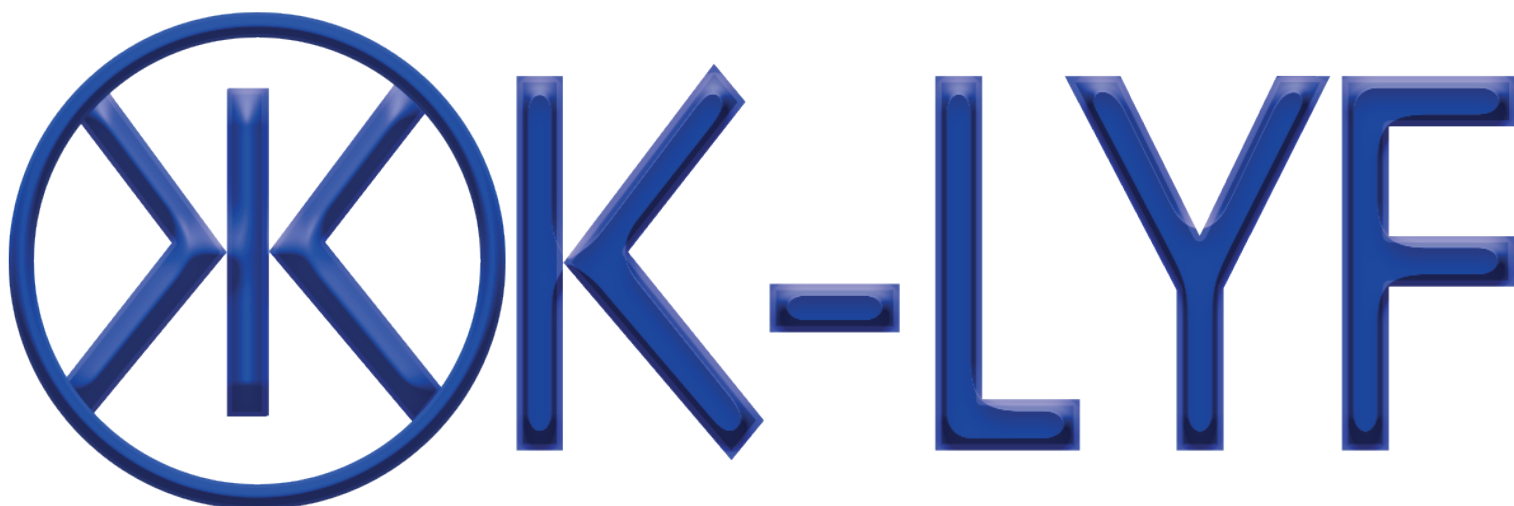
**Un support de cours illustré détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant.  
Des travaux pratiques et des études de cas, tables de pratique, d'un système de projection, d'un paper board ou d'un tableau.**

### Type de support pédagogique :

**Diaporama ppt, revus de littérature, articles scientifiques, vidéos**

### Type d'évaluation pratiquée :

**Questions ouvertes, cas cliniques, jeux de roles, consultation magistrale**



**Numéro SIRET: 840639538 / Numéro de déclaration d'activité: 84691593369 (69) / DPC: 8934**