

## Programme

# Le GENOU, de la biomécanique à la réhabilitation : le concept VFL VRM

Durée : 2 jours.

### MÉTHODOLOGIE :

- Evaluation des pratiques dans le mois qui précède la formation présentielle.
- Restitution au formateur des résultats de cette évaluation des pratiques préformation, question par question au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présentielle d'une durée de 15 h comportant :
  - des échanges sur les résultats du questionnaire pré-formation,
  - un face à face pédagogique d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les questionnaires,
- Evaluation des pratiques par questionnaire post formation
- Restitution individuelle au stagiaire de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle
- Restitution statistique, au formateur, de l'impact de sa formation sur la pratique des stagiaires.

### PROGRAMME :

#### 1<sup>er</sup> Jour :

#### Objectifs de la 1<sup>ère</sup> journée :

- Rafrâchir les notions d'anatomie, de biomécanique
- Revoir les notions de stabilité
- Comprendre les dysfonctionnements
- Evaluer pour écrire le BDK

#### Matin : 9h00-12h30 = 3h30

- Temps d'échange entre les participants au programme et concernant leurs pratiques (difficultés rencontrées, modalités de prise en charge, résultats obtenus...).
- Définition des actions correctives et d'amélioration des pratiques.
- Compte rendu.

#### 1. CONNAITRE le membre inférieur

Anatomie et biomécanique

Anatomie fonctionnelle, les positions extrêmes de stabilité **VFL VRM** du genou.

La stabilité passive du membre inférieur

Les points clés du membre inférieur

## Cercle d'Etudes Vendée – Atlantique de Kinésithérapie

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 52 85 01087 85 auprès du Préfet de Région des Pays de la Loire.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

La Stabilité active du membre inférieur

### ***La tenségrité dynamique***

Le contrôle musculaire

**Notions de tribologie articulaire**

### **Anatomie palpatoire du membre inférieur (pratique)**

On retrouve en pratique les éléments décrits en anatomie, repères osseux, musculaires et ligamentaires

## 2. **COMPRENDRE les dysfonctionnements**

### **LES LÉSIONS LIGAMENTAIRES**

Les mécanismes lésionnels,

Les mécanismes en flexion, en extension, en hyperextension, en hyperflexion

Après-midi : 13h30-17h30 = 4h00

## 3. **EVALUER les dysfonctionnements (pratique)**

### **Examen clinique du GENOU LIGAMENTAIRE**

Retrouver à l'examen les mouvements anormaux prédits par l'interrogatoire

Corrélation entre les mécanismes lésionnels et les répercussions sur l'articulation

### **LE BILAN DU GENOU LIGAMENTAIRE (pratique)**

Examen des mobilités actives et passives du genou et des articulations sur et sous-jacentes

Evaluation de la stabilité en appui, évaluation de l'instabilité

**Elaboration de la fiche de synthèse du bilan**

### **LES DONNEES DE LA RECHERCHE**

Notre évaluation manuelle correspond-t-elle à la réalité?

**Point sur la recherche aujourd'hui**

## **2<sup>ème</sup> Jour :**

### **Objectifs du 2<sup>ème</sup> jour :**

- Mettre en place les protocoles de traitement des différentes lésions :
  1. Ligamentaires
  2. Musculotendineuses
  3. Fémoropatellaires
- Apprendre au patient l'autorééducation et la prévention de ces pathologies

## Cercle d'Etudes Vendée – Atlantique de Kinésithérapie

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 52 85 01087 85 auprès du Préfet de Région des Pays de la Loire.  
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

**Matin : 8h30-12h30 = 4h00**

**Les traitements des lésions ligamentaires**

**COMPRENDRE LA MECANIQUE DE LA FEMORO-PATELLAIRE  
L'EXAMEN CLINIQUE DE LA FEMORO-PATELLAIRE (pratique)**

**BILAN DU GENOU FEMORO-PATELLAIRE (pratique)**

**Elaboration de la fiche de synthèse du bilan**

**Les traitements des pathologies rotuliennes**

**- Médical, chirurgical**

**Prévention des troubles rotuliens**

**Après-midi : 13h30-17h00 = 3h30**

**LE GENOU TENDINEUX**

**LE GENOU SURMENE**

**TRAITEMENT KINESITHERAPIQUE DES PATHOLOGIES DU GENOU**

**1/ MOBILISATIONS TISSULAIRES,**

**2/ RENFORCEMENT MUSCULAIRE du membre inférieur,**

**3/ PROPRIOCEPTION DES MEMBRES INFÉRIEURS**

**4/LA READAPTATION SUR LE TERRAIN : La PROPRIOMETRIE**

**5 /APPRENTISSAGE de l'auto rééducation**

**Les recommandations sur le genou, notamment sur l'optimisation de la prise en charge entre le cabinet libéral et le placement en suite de soins.**