



# LA RÉÉDUCATION PELVI-PÉRINÉALE CHEZ LA FEMME

MAJ le 20.02.2024

## Programme

Modalité et méthode HAS : Formation présentielle

### CONTEXTE DE L'ACTION

*Les dysfonctions pelviennes, urinaires et gynécologiques, concerneront 1 femme sur 3 durant leur vie, toutefois ces pathologies encore taboues sont insuffisamment diagnostiquées et traitées. Durant cette formation, nous aborderons l'anatomo-physiopathologie des dysfonctions urinaires, gynécologiques et abdominales chez la femme.*

*Par le bilan diagnostic kinésithérapique, il s'agira d'établir un plan de traitement via un raisonnement clinique qui prend en compte les attentes/objectifs de la patiente. A la fin de cette formation vous pourrez prendre en charge les patientes présentant des fuites urinaires (d'effort, par urgences, mixtes), une hyperactivité vésicale, une descente d'organe, un syndrome génito-urinaire de la ménopause, un diastasis inter-recti ou encore les douleurs lombo-pelviennes durant la période de grossesse en autonomisant la patiente dans sa rééducation. En cas d'échec de rééducation ou de contre-indication à la rééducation, vous serez capable d'orienter la patiente vers des examens complémentaires, d'autres traitements ou vers d'autres professionnels de santé*

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Connaître l'anatomie et la physiopathologie des principales dysfonctions pelvi-périnéales.
2. Être capable de réaliser un bilan diagnostic kinésithérapique de la sphère pelvi-périnéale.
3. Connaître les principaux examens médicaux complémentaires.
4. Maîtriser les techniques de rééducations des principales dysfonctions pelvi-périnéales.
5. Être capable de proposer un plan de traitement pertinent à partir des informations collectées lors du bilan et en lien avec les objectifs de la patiente pour autonomiser celle-ci.

6. Comprendre l'organisation des « réseaux de soin » afin d'orienter au mieux sa patiente en cas d'échec de la rééducation ou réorientation en cas de contre-indication à la rééducation pelvi-périnéale.

## **LISTE DES PUBLICS CIBLES**

*Kinésithérapeutes DE*

## **PRÉ-REQUIS**

Il n'y a pas d'autre prérequis pour s'inscrire à cette formation que d'être professionnel dans l'une des professions ciblées

## **DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION**

*Formation sur 3 jours*

*21 heures de présentiel*

*Effectif max : 20 pers*

## **PROFIL DU(DES) FORMATEUR(S)**

*Florence Happillon, kinésithérapeute, voir CV*

## **PROGRAMME DE LA FORMATION**

### **❖ 1er jour**

#### **Rappel anatomique et la neurophysiologie du système Vésico-Sphinctérien**

- L'anatomie en pelvi-périnéologie
- La neurophysiologie de l'appareil urinaire chez la femme
- Les traitements médicamenteux en pelvi-périnéologie ou interagissant avec la sphère pelvienne

#### **L'épidémiologie et la physiopathologie des dysfonctions pelvi-périnéales chez la femme**

- Les dysfonctions urinaires

- Les dysfonctions de la statique pelvienne Pause repas

### **L'épidémiologie et la physiopathologie des dysfonctions pelvi-périnéales chez la femme**

- Les dysfonctions abdominales
- Les spécificités cliniques (sportive, pré-post partum et ménopause)

### **Le bilan diagnostic kinésithérapique en pelvi-périnéologie chez la femme**

- L'anamnèse
- L'examen clinique
- Global - pratique entre stagiaire
- Abdominale - pratique entre stagiaire
- Respiratoire - pratique entre stagiaire
- Pelvien
- Les objectifs et attentes de la patiente

### **❖ 2ème jour**

#### **Le matériel en rééducation pelvi-périnéale**

#### **La pratique du bilan et utilisation du matériel de rééducation**

- Examen clinique pelvien - pratique sur mannequin haute-fidélité
- Utilisation du biofeedback et électrostimulation - pratique
- Utilisation de l'échographie
- Utilisation des pessaires

#### **Les techniques de rééducation en pelvi-périnéologie**

- L'éducation
- Les conseils hygiéno-diététique
- Les différentes techniques de rééducation
- L'auto-rééducation

#### **Réflexion autour des cas cliniques en correction du 3ème jour**

- Explication du bilan

- Techniques de rééducation utilisée
- Exercices à domicile pour autonomiser la patiente

### ❖ 3ème jour

#### Le parcours de soin en pelvi-périnéologie

- L'orientation vers des examens complémentaires
- L'orientation vers d'autres techniques Pause

#### Retour sur les cas cliniques 1 et 2

- Pratique du bilan
- Pratique des techniques de rééducation utilisée
- Exercices à domicile pour autonomiser la patiente en progression

#### Retour sur les cas cliniques 3, 4 et 5

- Pratique du bilan
- Pratique des techniques de rééducation utilisée
- Exercices à domicile pour autonomiser la patiente en progression

#### Evaluation des compétences - Questions diverses

### DEROULE PEDAGOGIQUE

Durée	Compétence	Objectif (Sous-compétence)	Contenus - Situation (Savoir et Savoir-Faire)	Description s des méthodes pédagogiques	Descriptions des moyens, outils et supports pédagogiques utilisés	Critères et/ou indicateurs d'évaluation
20 min	Se connaître	Présentation des participants	Savoir se présenter succinctement (nom, prénom, année de DE, mode d'exercice, ville/région d'exercice)	Participative	Brainstorming Questions/Réponses	/

10 min	Evaluation du niveau d'entrée	Positionnement à l'entrée de la formation	Réaliser le pré test	Participative	QCM en ligne	QCM
1h	Comprendre l'anatomie et la neurophysiologie du système vésico sphinctérien	Evaluer la compréhension des informations	Rappel anatomologique	Participative	Vidéo PowerPoint	QCM Brainstorming Questions/réponses
1h30	Comprendre la physiopathologie des dysfonctions pelvi-périnéales	Connaître les différentes situations cliniques auxquelles le kiné peut rencontrer	Connaître les différences incontinences urinaires (effort, hyperactivité vésicale, mixte et autres)  Connaître les dysfonctions abdominales (asynchronisme, diastasis, hyperpression abdominale,...)  Connaître les différentes descentes d'organe et leur stade	Descriptive Participative Expérience	Power point Vidéo Schéma	QCM en ligne
1h	Connaître l'épidémiologie	Connaître la prévalence des dysfonctions pelvi-périnéales chez la femme	Connaître la prévalence des dysfonctions  Connaître les facteurs de risque Connaître l'impact de la rééducation sur la prévalence	Participative Descriptive	Vidéo PowerPoint	QCM en ligne

3h	Réaliser Bilan Diagnostic Kinésithérapique en pelvi-périnéologie chez la femme	<p>Connaître les différentes étapes du bilan</p> <p>Connaître l'importance de l'interrogatoire</p> <p>Connaître les pathologies associées impactant les dysfonctions pelviennes et abdominales</p>	<p>Maîtriser le vocabulaire utilisé en pelvi-périnéologie</p> <p>Connaître la physiopathologie afin de comprendre les symptômes évoqués par la patiente lors de l'interrogatoire</p> <p>Comprendre l'importance de faire une évaluation clinique globale de la patiente</p> <p>Réaliser une évaluation clinique</p> <p>Apprendre les gestes techniques de l'examen</p> <p>Etablir un diagnostic précis afin de proposer la rééducation la plus adaptée et en accord avec les objectifs de la patiente</p> <p>Evaluer ses connaissances sur les traitements médicamenteux et examens complémentaires évoqués dans l'e-learning</p>	<p>Participative</p> <p>Descriptive</p> <p>Expérience</p> <p>Cas clinique</p>	<p>Vidéo</p> <p>PowerPoint</p> <p>QCM en ligne</p>	<p>QCM en ligne</p> <p>Cas pratique</p>
3h	Comprendre les différentes situations cliniques que l'on peut rencontrer en périnéologie	Connaître les spécificités de prise en charge de chaque catégorie	<p>Connaître l'impact de la pratique sportive sur le plancher pelvien</p> <p>Connaître les modifications corporelles de la grossesse</p>	<p>Travail de groupe</p> <p>Participative</p>	<p>Power point</p> <p>Vidéo</p>	<p>Rapport du travail de groupe</p> <p>Evaluation des autres groupes</p>

			<p>Connaître les modifications corporelles de la ménopause</p> <p>Connaître les spécificités de la rééducation chez la sportive</p> <p>Connaître les spécificités de la rééducation pré et post partum</p> <p>Connaître les spécificités de la rééducation d'une femme ménopausée</p>			
1h30	Maitriser le matériel nécessaire pour la rééducation en pelvi-périnéologie	Connaître le petit matériel et le matériel d'électrostimulation et de biofeedback utiliser en rééducation	<p>Comprendre les règles d'hygiène à respecter lors de la rééducation périnéale</p> <p>Savoir utiliser les différents dispositifs médicaux à disposition en rééducation pelvi-périnéale</p> <p>Savoir utiliser l'électrostimulation et le biofeedback suivant les différentes modalités et comprendre la pertinence</p>	Descriptive Participative Expérience	Power point Vidéo Présentation des outils de rééducation Présentation des appareils de rééducation Cas clinique	QCM en ligne Questions/Réponse
2h30	Conduire une rééducation appropriée en pelvi-périnéologie chez la femme	Connaître et savoir enseigner les conseils hygiéno-diététiques Utiliser les outils de rééducation pertinent en fonction du bilan	<p>Enseigner les différents conseils H-D</p> <p>Effectuer un choix des outils de rééducation en fonction des symptômes et objectifs de la patiente retrouvés au bilan</p>	Participative	Jeux de rôle Questions/réponses Cas clinique	Justification des choix

			Justifier ses choix de rééducation  Exercices d'auto-rééducation			
4h	Conduire un bilan et une rééducation en pelvi-périnéologie	Connaître les différentes étapes de la prise en charge d'une patiente en périnéologie	<p>Évaluation de ses connaissances à travers un cas clinique afin de mieux comprendre la rééducation périnéale</p> <p>Réaliser un toucher vaginal et rectal sur mannequin haute-fidélité</p> <p>Mettre en pratique ses connaissances et évaluer le plancher pelvien (inspection, palpation, sensibilité, réflexe)</p> <p>Savoir expliquer et prescrire les exercices d'auto-rééducation.</p>	Participative Expérience	Power point Vidéo Mannequin haute-fidélité Support papier Jeux de rôle	
2h	Comprendre les différentes possibilités de prise en charge en cas d'échec de la rééducation	Connaître les différentes possibilités de réorientation de la patiente en cas d'échec de la rééducation.	<p>Connaître les différentes situations d'échec</p> <p>Connaître les différentes stratégies de communication pour rassurer la patiente, renforcer l'alliance thérapeutique et améliorer l'adhérence thérapeutique et l'autonomisation de la patiente.</p> <p>Savoir utiliser ses ressources</p>	Descriptive Participative Expérience	Power point Jeux de rôle	QCM en ligne



			internes et externes			
10 min	Evaluation du niveau de sortie	Positionnement à la fin de la formation	Réaliser le post test	Participative	QCM en ligne	QCM
50 min	Evaluer ses compétences et la formation	Connaitre les limites de son savoir S'auto-évaluer Evaluer la qualité de la formation	Questionner les formateurs  Réaliser l'auto-évaluation de ses compétences  Remplir les évaluations de formations	Participative	Documents administratifs	/

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Remise d'un pré-questionnaire à remplir par les stagiaires en début de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences concernant le thème de la formation
- Méthodes affirmatives : le formateur transmet son savoir au travers d'un diaporama sous forme de cours magistral et d'échanges, pendant 5 heures, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Méthodes interrogatives et actives : mise en pratique et échanges avec les stagiaires, pendant 9h, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Remise d'un post-questionnaire (idem au pré questionnaire) à remplir par les stagiaires en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences acquises sur le thème de la formation
- Remise d'un questionnaire d'évaluation de la formation, en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et les points à améliorer.

## MOYENS TECHNIQUES

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation (accès handicapé).

Plateau technique adapté à la formation : tables d'examen cliniques, pièces anatomiques, instruments de mesure, matériels nécessaires à la réalisation de la formation (mannequin haute-fidélité).

Documents supports de formation projetés (Diaporama).

Support de cours remis en version papier à chaque participant.

Exposés théoriques.

Mise en situation : démonstration par l'intervenant, pratique sur mannequin haute-fidélité encadrée et évaluée par l'intervenant.

Etude de cas concrets : Échange avec les stagiaires sur les examens cliniques, les propositions thérapeutiques, l'adéquation entre pathologies, dysfonctions et traitements et l'évaluation des traitements.

Mise en commun des problématiques rencontrées en cabinet et des actions d'amélioration.

Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

1. Un « questionnaire de préformation » est adressé à chaque participant, en amont de la formation sur lequel il doit indiquer :
  - Son degré de motivation
  - L'impact que doit avoir cette formation dans sa pratique
  - S'il a des motivations précises qui l'ont poussé à s'y inscrire
  - Une auto-évaluation en amont sur chacun des objectifs du programme de la formationCe questionnaire est adressé au formateur en amont de la formation.
  
2. Pré / post test : Questionnaire sur le contenu de la formation (en pré questionnaire en début de session et en post questionnaire en fin de session) permettant d'évaluer les connaissances et compétences acquises.  
Les résultats du questionnaire sont transmis au formateur au début et à la fin de la formation.
  
3. Remise d'une grille d'évaluation « à chaud », en fin de formation, concernant l'appréciation de l'organisation et du contenu de la formation.  
Ce questionnaire est adressé au formateur après la formation.
  
4. **Attestation de fin de formation, avec évaluation des acquis de la formation par rapport aux objectifs**