

Prise en charge de la douleur aiguë dans les lésions tendineuses proximales des ischio-jambiers de l'adulte et rééducation

N°DPC : 59332325082



Format
e-learning



Durée
7h



Public
Masseur-kinésithérapeute



Pré-requis
Être titulaire d'un diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute

Objectifs pédagogiques :

En fin de parcours, les masseurs kinésithérapeutes ayant suivi ce programme intégré seront capables de :

- Comprendre l'influence de l'anatomie et la biomécanique locale sur la prise en charge des douleurs tendineuses du tendon du tendon proximal des ischio-jambiers.
- Savoir réaliser un bilan kinésithérapique pour un patient présentant une douleur du tendon proximal des ischio-jambiers.
- Connaître les facteurs de risques influençant le traitement kinésithérapique.
- Réaliser une prise en charge adaptée et individualisée pour un patient présentant une douleur du tendon proximal des ischio-jambiers.
- Mettre en œuvre des actions d'amélioration de la qualité des soins suite à l'identification d'éventuels écarts de pratique par rapport aux recommandations



Santé Formapro

Dernière mise à jour mars 2026

Déroulé pédagogique :

2h

Premier tour d'audit clinique (EPP)

4h

Formation continue :

Questionnaire pré-formation

Cours e-learning

1. La tendinopathie proximale des ischio-jambiers : épidémiologie
2. Anatomie de la cuisse
3. Facteurs compressifs et tensifs spécifiques
4. Bilan de la douleur du tendon proximal des ischio-jambiers
5. Traitement et spécificité
6. Rééducation
7. Synthèse

Questionnaire post-formation

1h

Second tour d'audit clinique (EPP)



Compétences visées :

En fin de parcours, les masseurs-kinésithérapeutes ayant suivi ce programme intégré seront capables de :

Domaine	Compétences acquises
Épidémiologie et physiopathologie	Décrire les données épidémiologiques et la prévalence des lésions tendineuses proximales des ischio-jambiers. Maîtriser la nouvelle nomenclature et la physiopathologie tendineuse (mécanotransduction, continuum de la douleur tendineuse). Expliquer les interactions entre contraintes mécaniques (compressives et tensives), capacité d'adaptation du tendon et douleur aiguë. Identifier les caractéristiques cliniques d'une douleur tendineuse aiguë et en reconnaître le profil de cohérence.
Anatomie et biomécanique locale	Décrire l'anatomie de la région proximale des ischio-jambiers en lien avec les contraintes tendineuses. Distinguer les facteurs compressifs et tractifs spécifiques à cette localisation. Relier les données anatomiques et biomécaniques aux choix thérapeutiques.
Évaluation clinique	Conduire un bilan kinésithérapique complet (interrogatoire, historique, caractéristiques de la douleur) pour un patient présentant une douleur aiguë du tendon proximal des ischio-jambiers. Réaliser un examen physique adapté et interpréter les questionnaires validés. Établir un diagnostic différentiel et apprécier la pertinence du recours à l'imagerie. Identifier les facteurs de risque influençant le traitement kinésithérapique.
Prise en charge et rééducation	Appliquer les principes généraux du management de la charge et de la douleur aiguë tendineuse. Construire un programme de rééducation progressif et individualisé : phase de protection, renforcement, reprise de course, pliométrie, retour au sport. Adapter les interventions aux spécificités de chaque patient et évaluer les critères de retour au sport en sécurité.
Amélioration des pratiques (EPP)	Analyser ses pratiques cliniques par rapport aux recommandations via un audit en deux tours. Élaborer et mettre en œuvre un plan d'amélioration personnalisé.

