

PROGRAMME DETAILLE

Rééducation pelvi-périnéale

Rééducation pelvi-périnéale

Public cible : Masseurs-kinésithérapeutes diplômés d'État

Durée : 14 heures (2 jours – 7 h / jour)

Format : Présentiel avec alternance d'apports théoriques, ateliers pratiques, études de cas cliniques **Prérequis :** Diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute

1. Contexte et justification de l'action

Les troubles pelvi-périnéaux (incontinence urinaire et anale, prolapsus, douleurs pelviennes chroniques, troubles fonctionnels du post-partum, troubles de la statique pelvienne) constituent un enjeu majeur de santé publique, avec un impact fonctionnel, psychologique et socio-professionnel important.

La rééducation pelvi-périnéale est aujourd'hui reconnue comme un traitement de première intention dans de nombreuses situations cliniques, conformément aux recommandations de la HAS et des sociétés savantes (ICS, CNGOF, EAU). Cependant, la qualité de la prise en charge repose sur :

- une connaissance fine de l'anatomie et de la physiologie pelvi-périnéale,
- un raisonnement clinique structuré,
- la maîtrise d'un examen clinique spécifique (externe et interne),
- l'adaptation individualisée des techniques de rééducation,
- le respect du cadre légal, éthique et du consentement éclairé.

Cette action de DPC vise à harmoniser et sécuriser les pratiques professionnelles des masseurs-kinésithérapeutes, à améliorer la pertinence des soins et à favoriser l'autonomisation des patientes.

2. Orientation nationale DPC ciblée

Cette action de formation s'inscrit **prioritairement et explicitement** dans l'orientation nationale pluriannuelle suivante :

- **Orientation n°269 (Masseurs-kinésithérapeutes) :** *Autonomisation du patient en rééducation des troubles musculo-squelettiques et fonctionnels*

Dans le champ spécifique de la rééducation pelvi-périnéale, cette orientation vise à renforcer la capacité du masseur-kinésithérapeute à :

- intégrer le patient comme **acteur de sa prise en charge**,
- développer l'**auto-efficacité** du patient,
- favoriser l'adhésion au traitement et la pérennité des résultats,
- transmettre des compétences d'auto-rééducation adaptées, sécurisées et personnalisées.

L'ensemble des séquences pédagogiques de la formation est construit pour répondre à cet objectif transversal d'autonomisation du patient.

3. Résumé de l'action de formation

Cette formation de 14 heures propose une approche structurée et fondée sur les données actuelles de la science pour permettre aux kinésithérapeutes de réaliser un bilan pelvi-périnéal pertinent, de construire un raisonnement clinique adapté et de mettre en oeuvre des stratégies rééducatives efficaces, sécurisées et individualisées.

L'accent est mis sur la pratique clinique, la reproductibilité en cabinet, l'analyse de situations complexes et la mise en conformité avec les recommandations de bonnes pratiques.

4. Objectifs généraux de l'action

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Réaliser un bilan pelvi-périnéal structuré intégrant les facteurs favorisant l'autonomie du patient

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

- Construire un raisonnement clinique orienté vers l'**éducation thérapeutique** et l'auto-rééducation
- Mettre en oeuvre des stratégies de rééducation visant l'**autonomisation progressive du patient**
- Transmettre au patient les connaissances nécessaires à la compréhension de sa pathologie
- Développer l'auto-efficacité du patient par des exercices ciblés et reproductibles à domicile
- Adapter la prise en charge afin de rendre le patient acteur de son parcours de soins
- Identifier les situations nécessitant une réorientation médicale

5. Déroulé pédagogique détaillé (14 h)

Jour 1 - Fondamentaux et bases cliniques (7 h)

Séquence 1 - Cadre professionnel, anatomie et biomécanique (3 h - Théorie)

Objectifs spécifiques :

- Comprendre le cadre légal et déontologique de la rééducation pelvi-périnéale
- Décrire l'anatomie abdomino-périnéale

- Expliquer la biomécanique du caisson abdomino-pelvien

Contenus :

- Cadre légal, responsabilité professionnelle, information et consentement
- Anatomie fonctionnelle du plancher pelvien
- Biomécanique et synergie diaphragme - transverse - périnée

Méthodes pédagogiques :

- Exposé interactif
- Supports iconographiques
- Échanges dirigés

Séquence 2 - Approche palpatoire et respiratoire (1 h - Pratique)

Objectifs spécifiques :

- Identifier les repères anatomiques palpatoires
- Comprendre l'impact de la respiration sur le plancher pelvien

Contenus :

- Travail respiratoire
- Palpation des repères osseux et ligamentaires
- Palpation musculaire abdominale

Méthodes pédagogiques :

- Ateliers pratiques supervisés
- Corrections individualisées

Séquence 3 - Physiologie et pathologies pelvi-périnéales (3 h - Théorie)

Objectifs spécifiques :

- Comprendre les mécanismes de la continence urinaire et anale
- Identifier les principales pathologies

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

Contenus :

- Physiologie mictionnelle et anale
 - Incontinence urinaire (IUE, IUU, IUM)
 - Prolapsus
 - Diastasis des grands droits
-
- Introduction aux douleurs pelviennes chroniques
 - Spécificités du post-partum

Méthodes pédagogiques :

- Cours interactif
- Analyse de vignettes cliniques

Jour 2 - Bilan, raisonnement clinique et rééducation (7 h)**Séquence 4 - Bilan clinique et anamnèse (3 h - Théorie)****Objectifs spécifiques :**

- Structurer une anamnèse spécifique
- Identifier les drapeaux rouges

Contenus :

- Construction du bilan pelvi-périnéal
- Tests cliniques validés
- Critères de réorientation médicale

Méthodes pédagogiques :

- Travail en sous-groupes
- Analyse de situations cliniques

Séquence 5 - Examen clinique et techniques manuelles (2 h - Pratique)**Objectifs spécifiques :**

- Réaliser un examen clinique externe et interne sécurisé
- Mettre en oeuvre des techniques adaptées

Contenus :

- Examen visuel externe
- Toucher vaginal : palpation des faisceaux musculaires
- Techniques : proprioception, trigger points, contracté-relâché, visualisation

Méthodes pédagogiques :

- Ateliers pratiques encadrés

Séquence 6 - Rééducation et stratégies thérapeutiques (2 h - Théorie & pratique)

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

Objectifs spécifiques :

- Choisir les outils de rééducation adaptés
- Construire une séance type évolutive

Contenus :

- Biofeedback EMG
- Électrostimulation
- Travail manuel
- Abdominaux hypo / hyperpressifs
- Cas cliniques et synthèse

Méthodes pédagogiques :

- Études de cas
- Table ronde et retours d'expérience

6. Moyens pédagogiques

- Supports pédagogiques validés scientifiquement
- Ateliers pratiques supervisés
- Études de cas cliniques
- Échanges d'expériences

7. Méthodes d'évaluation

- Questionnaire d'auto-évaluation pré et post-formation.
- Évaluation formative continue lors des ateliers pratiques

8. Bibliographie**Recommandations HAS et institutions**

- HAS – *Incontinence urinaire de la femme : prise en charge*
- HAS – *Prise en charge des douleurs pelviennes chroniques*

- HAS – *Rééducation post-natale*
- CNGOF – Recommandations sur les troubles pelvi-périnéaux
- International Continence Society (ICS) – Terminologie et évaluation du plancher pelvien

Bibliographie scientifique (sélection)

- Deffieux X. et al., *Progrès en Urologie*, 2013
- Frawley H. et al., *Neurourology and Urodynamics*, 2021
- Fowler C.J. et al., *Nature Reviews Neuroscience*, 2008
- Yiou R. et al., *Progrès en Urologie*, 2009
- Rééducation en pelvi-périnéologie : éléments pour une pratique clinique raisonnée, Elsevier Masson

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010