

SARL GEM-K
369 avenue maréchal Juin
39100 DOLE
SIRET : 798 238 267
N° agrément : 43 39 00999 39



Formation en Kinésithérapie

Rééducation des fasciopathies plantaires, du sédentaire au sportif

JOUR 1

8h30 : Accueil des participants

9h00 : Présentations, attentes des participants et évaluation pré-formation

9h15 : Les douleurs plantaires de talon : terminologie et tableau clinique

9h45 : La prévalence : population générale et sportive

10h00 : Les facteurs de risque intra et extrinsèques

10h30 : Pause

10h45 : Examen clinique : les points clés de l'anamnèse, évaluation de la posture statique du pied, évaluation de la rigidité / flexibilité du pied, les tests cliniques, évaluation de la cheville et des muscles de la jambe.

11h30 : Examen clinique, raisonnement clinique, diagnostic différentiel et pronostic, Théorie

12h00 : Pratique : démonstration pratique et pratique en binôme

12h30 : Pause repas de midi

13h30 : Le traitement : revue de la littérature scientifique

14h00 : Les ondes de choc : intérêt et applications pratiques

14h30 : Les étirements : intérêt et applications pratiques

15h00 : Le renforcement musculaire : Intérêt et applications pratiques aux muscles intrinsèques du pied et au triceps sural

15h30 : Pause

15h45 : La thérapie manuelle : intérêt et applications pratiques

16h15 : Les techniques instrumentales : intérêt et applications pratiques

16h30 : Les contentions et orthèses : intérêt et applications pratiques

17h00 : L'éducation thérapeutique

17h30 : Retour sur les points clés de la journée et questions/réponses

18h00 : Fin de la journée

JOUR 2

9h : Retour sur les points clés de l'examen clinique et du raisonnement clinique

9h45 : L'évaluation : le point clé de la prise en charge

10h15 : Ateliers pratiques : renforcement des muscles intrinsèques du pied, du soléaire, du LFH et des gastrocnémiens

11h : Pause

11h15 : Auto traitement : ateliers pratiques pour proposer autonomiser le patient

12h15 : Les spécificités du sportif : « avoir du pied » ateliers pratiques

13h00 : Pause repas

14h00 : Cas clinique 1 : Raisonnement clinique et diagnostic différentiel. Douleur plantaire de talon chez un coureur à pied qui apparaît au bout de 45 minutes de course environ.

Présentation, réflexion en groupe et pratique

SARL GEM-K
369 avenue maréchal Juin
39100 DOLE
SIRET : 798 238 267
N° agrément : 43 39 00999 39



Formation en Kinésithérapie

15h00 : Cas clinique 2 : Douleur plantaire de talon chez un coureur à pied. Présentation, réflexion en groupe et pratique

16h00 : Cas clinique 3 : Douleur plantaire de talon chez un patient sédentaire travaillant à l'usine. Présentation, réflexion en groupe et pratique

17h00 : Synthèse, évaluation post formation et take home message

17h30 : Fin de la formation