

## Thérapeutiques manuelles dans les douleurs pelvi-périnéales

4 jours, soit 28 heures en présentiel  
avec Claire CHEVILLARD & Montse REJANO CAMPO

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

### OBJECTIFS :

Les douleurs pelvi-périnéales occupent aujourd'hui une part croissante de l'activité en rééducation périnéale. Chaque année, plusieurs milliers de nouveaux cas de douleurs pelvi-périnéales chroniques sont pris en charge en urologie en France. Malgré la fréquence de ces syndromes douloureux, la prise en charge rééducative est souvent complexe et très spécifique.

Ces difficultés trouvent plusieurs explications :

- la compréhension imparfaite des mécanismes physiopathologiques incriminés,
- l'absence, pour beaucoup de syndromes douloureux, de définitions et de critères diagnostiques reconnus et consensuels,
- les limites d'une approche diagnostique classique et le peu d'anomalies objectivables lors des explorations complémentaires,
- la complexité des différents syndromes douloureux et leurs multiples implications dépassant le cadre strict de la rééducation périnéale courante,
- le déficit de solutions thérapeutiques consensuelles ou validées.

Cette formation a pour objectif une prise en charge par des techniques thérapeutiques manuelles des douleurs pelvi-périnéales chez la femme. Après des rappels anatomo-physio-pathologiques de la douleur, il sera abordé les différentes pathologies fréquemment rencontrées :

- névralgie pudendale
- syndromes myo-fasciaux
- syndrome de la vessie douloureuse/ cystite interstitielle
- vulvodynie, vestibulodynie, dyspareunie
- coccygodynie
- douleurs de la ceinture pelvienne femme enceinte

Après un bilan spécifique orienté sur la douleur en pelvi périnéologie, une mise en place du traitement kinésithérapique par des techniques de thérapie manuelle appliquées au structurel, des techniques de thérapie manuelle externe appliquées à l'abdomen, la cavité pelvienne et son contenu (pratique entre stagiaires) et en interne par voie vaginale et rectale (pratique sur modèles) ainsi que des techniques corporelles globales comme le massage abdominal vous seront proposées.

Cette formation sur 4 jours, alliant théorie et pratique, vous permettra d'acquérir :

- les bases théoriques nécessaires pour appréhender la prise en charge des douleurs pelvi périnéales
- les techniques thérapeutiques manuelles pour la prise en charge des patientes avec des douleurs pelvi périnéales

## PROGRAMME :

- **1er jour :** Claire CHEVILLARD

09h30 *Accueil des participants*

10h Neuro-physiologie de la douleur avec pratique TENS et méditation pleine conscience

11h Les différentes pathologies des douleurs pelvi périnéales :

- ✓ douleur neuropathique
- ✓ névralgie pudendale
- ✓ syndrome myofascial
- ✓ syndrome de la douleur vésicale
- ✓ coccygodynie
- ✓ endométriose
- ✓ syndrome génito-urinaire de la ménopause
- ✓ vulvodynie
- ✓ vestibulodynie
- ✓ dyspareunie
- ✓ douleurs de la ceinture pelvienne femme enceinte...

12h Traitements médicaux

12h30 *Déjeuner*

13h30 Bilan général des douleurs pelvi périnéales et critères spécifiques de certaines douleurs neuropathiques

16h Examen clinique, examen morphostatique, visualisation externe :

- ✓ examen de la vulve,
- ✓ évaluation périnéale avec pratique
- ✓ évaluation muco cutanée externe
- ✓ examen vulvaire avec coton tige
- ✓ examen neuro-sensitif

18h *Fin de la journée*

- **2ème jour :** Montse REJANO

09h Actualités en neurosciences de la douleur

09h30 Intégration du modèle biopsychosocial

10h Raisonnement clinique en thérapie manuelle

11h Techniques complémentaires :

- ✓ éducation sur la douleur
- ✓ imagerie motrice implicite
- ✓ exposition graduelle progressive

12h30 *Déjeuner*

# PROGRAMME

13h30 Contrôle neuromusculaire : stratégies d'activation musculaire et traitement

14h30 Tests de stabilisation du bassin

15h Rappels anatomiques et anatomie palpatoire du bassin

15h30 Évaluation de la mécano-sensibilité tissulaire du bassin

16h Techniques globales et manipulations

17h Thérapie manuelle des rotateurs latéraux de la hanche, techniques musculaires externes :  
✓ modulation de la mécano-sensibilité / points gâchettes (muscles abdominaux, psoas, grand fessier, grand adducteur, pectinée)

18h *Fin de la journée*

- **3ème jour : Montse REJANO**

09h Rappels anatomiques : plancher pelvien, organes et moyens de fixité

10h30 Techniques globales pelviennes et périnéales par voie externe

11h30 Techniques musculaires périnéales par voie externe

12h30 *Déjeuner*

14h Techniques de libération du tissu conjonctif

15h Techniques externes pour le traitement de la coccygodinie

15h30 Exercices et thérapie active

16h Cas cliniques

17h30 Pratique volontaire :  
✓ anatomie palpatoire des muscles du plancher pelvien  
✓ évaluation de la mécano-sensibilité et points gâchettes  
✓ évaluation du tissu peri-urétral

18h *Fin de la journée*

- **4ème jour : Claire CHEVILLARD & Montse REJANO**

09h Auto-prise en charge des algies pelvi périnéales :  
✓ Pratique sur tapis des exercices pour les patients  
✓ Techniques complémentaires : tape des algies...

10h Anatomie palpatoire interne, techniques manuelles pelvi périnéales internes endo-vaginale et endo-anales (pratique sur modèles)  
Prise en charge des trigger points et syndromes myofasciaux endo cavitaires

# PROGRAMME

11h Repérage palpatoire des différents organes de l'abdomen - repérage vessie, utérus, ovaires par la palpation digitale

12h30 Déjeuner

13h30 Anatomie échographique

15h Corrélation entre douleur projetée viscérale et pathologie structurelle

16h Techniques viscérales, massage viscéral

17h Fin de la journée

---

## PRATIQUES DEONTOLOGIQUES :

---

### **Avis - CNO n° 2019-03 : Avis du conseil national de l'ordre du 25-26-27 juin 2019 relatif au respect de la dignité de la personne humaine dans le cadre de la formation initiale et continue :**

La dignité de la personne humaine doit être respectée en toutes circonstances.

Dans le cadre de la formation continue, les organismes de formation peuvent proposer des enseignements au cours desquels les kinésithérapeutes sont amenés à réaliser ou recevoir des actes susceptibles de porter atteinte à l'intégrité du corps et à l'intimité de l'individu, notamment le toucher pelvien (vaginal ou rectal).

L'organisme de formation doit informer le kinésithérapeute préalablement à son inscription. Lors de la réalisation de ces actes son consentement doit être obtenu.

Le Conseil national de l'Ordre impose aux organismes de formation signataires de la charte déontologique de garantir à leurs stagiaires une alternative à ces pratiques, notamment par l'utilisation d'outils de simulation.

---

## METHODOLOGIES :

---

### **Méthodes pédagogiques mises en œuvre :**

Le format retenu pour cette formation est le format présentiel dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, en s'appuyant sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique, sur une stagiaire, patiente ou un modèle anatomique de simulation, devant les participants lors des TP.

# PROGRAMME

- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes techniques en binôme, sur une patiente ou un modèle anatomique de simulation.

**Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :**

- Projection PPT du cours
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT
- Matériel pour la pratique périnéale : tapis, tables (une pour 2), consommables (draps d'examen, gants, gel...), modèle anatomique de simulation, etc...

**Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :**

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Evaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

---

## FORMATEURS :

---

### **Claire Chevillard**

- Masseur-kinésithérapeute DE
- DIU de pelvi périnéologie - Bordeaux Toulouse
- Spécialisée dans la rééducation en pelvi périnéologie et la prise en charge des femmes en pré et post natal

### **Montse Rejano Campo**

- Masseur-kinésithérapeute
- Master 2 en Thérapie Manuelle Orthopédique (MSc)
- DIU en pelvi périnéologie - Université Pierre et Marie Curie
- Spécialisée en pelvi-périnéologie et échographie