

---

## GESTION DES TRAUMATISMES DE LA CHEVILLE ET DRAPEAUX ROUGES

**Format :** Mixte

**Durée :** 5h ( 4h présentiel et 1 h en ligne post formation)

**Cibles :** kinésithérapeute

**Lieu :** Rennes

**Prix :**

Les traumatismes de la cheville sont parmi les blessures les plus fréquentes rencontrées par les kinésithérapeutes en cabinet. Ils surviennent principalement lors d'activités physiques et sportives, mais aussi dans la vie quotidienne. L'entorse de cheville chez l'adulte, en particulier, constitue une pathologie très courante, avec des degrés de gravité variables allant de l'entorse bénigne à la fracture nécessitant une prise en charge médicale urgente.

Le rôle du kinésithérapeute est primordial dans l'évaluation, le diagnostic fonctionnel et la prise en charge de ces lésions. Cependant, face à la diversité des cas cliniques, il est essentiel pour le kinésithérapeute de maîtriser la reconnaissance des signes d'alerte, appelés "drapeaux rouges", afin de différencier les pathologies nécessitant une rééducation kinésithérapique de celles qui requièrent une consultation médicale spécialisée.

### Contexte et besoins des kinésithérapeutes

Lors du bilan diagnostique initial, il est de la responsabilité du kinésithérapeute d'évaluer précisément la lésion et d'identifier la présence d'éventuels signes de gravité. En cas de doute ou lorsque des complications sont suspectées, il est nécessaire de réorienter le patient vers un médecin pour une prise en charge adaptée. La difficulté réside souvent dans l'identification des « drapeaux rouges », qui sont des indicateurs de pathologies graves (fractures, atteintes neurologiques ou vasculaires) pouvant compliquer un simple traumatisme de la cheville.

De plus, pour assurer une rééducation efficace et sécurisée, le kinésithérapeute doit pouvoir :

- Reconnaître la nature de la lésion musculo-squelettique.
- Évaluer la gravité de la blessure.
- Déterminer la prise en charge adéquate.

- Connaître les limites de son intervention pour orienter le patient lorsque nécessaire.

Chaque module intégrera la notion de « **drapeaux rouges** », permettant aux participants d'identifier les signes d'alerte qui doivent impérativement conduire à une réévaluation médicale. Les participants seront ainsi formés à :

- **Reconnaître les signes de gravité** (fractures, douleurs disproportionnées, instabilité sévère, signes neurologiques).
- **Poser un diagnostic d'exclusion** et savoir quand réorienter le patient vers un médecin.
- **Élaborer un plan de soins approprié** et savoir adapter la rééducation en fonction de la gravité de la blessure.

#### Objectifs généraux :

- Comprendre et reconnaître les traumatismes musculo-squelettiques de la cheville.
- Identifier la lésion et évaluer sa gravité.
- Mettre en place un plan de soins adapté.
- Connaître les signes de gravité (« drapeaux rouges ») et réorienter vers un médecin spécialisé si nécessaire.

#### Modalités pédagogiques :

- Cours théoriques (présentation théorique).
- Ateliers pratiques (études de cas, mises en pratiques).
- Questions- réponses
- QCM pre et post formation
- Cas cliniques en ligne post formation

---

#### DEROULE DE LA FORMATION

QCM pré formation en ligne dès validation de l'inscription

#### Présentiel

Présentation des objectifs-Recueil des attentes ( 15 min)

#### Module 1 : Anatomie et biomécanique de la cheville (30 minutes)

- **Objectifs :**

- Approfondir les connaissances anatomiques de la cheville (os, ligaments, muscles, tendons).
- Comprendre la biomécanique de la cheville, particulièrement dans le cadre des mouvements sollicitant cette articulation.
- **Contenu :**
  - Anatomie de la cheville : ligaments (collatéral médial, collatéral latéral), os (talus, fibula, tibia), muscles et tendons (Achille, fibulaires, tibial postérieur).
  - Fonction biomécanique lors de la marche et du mouvement.
  - Les principales lésions musculo-squelettiques liées à la cheville : entorses, fractures, tendinites.

## **Module 2 : Diagnostic initial et bilan kinésithérapique des traumatismes de la cheville (1 heure)**

- **Objectifs :**
  - Connaître les différents types de lésions musculo-squelettiques de la cheville et les méthodes pour les identifier.
  - Savoir établir un bilan diagnostique précis.
- **Contenu :**
  - Entorse de la cheville : degrés de gravité (entorse bénigne, modérée, grave).
  - Techniques d'évaluation : tests cliniques (test du tiroir antérieur, palpation des ligaments, test de stabilité).
  - Reconnaître les signes locaux : douleur, œdème, instabilité, amplitude de mouvement réduite.
  - Introduction aux « drapeaux rouges » pour identifier les pathologies graves qui nécessitent un avis médical immédiat (fractures, atteinte vasculaire, syndromes de compartiment).

## **Module 3 : Critères de gravité et "drapeaux rouges" dans les traumatismes de la cheville (1 heure)**

- **Objectifs :**
  - Identifier les critères de gravité et les « drapeaux rouges » spécifiques aux traumatismes de la cheville.
  - Reconnaître les signes d'alerte nécessitant une réorientation vers un médecin.
- **Contenu :**
  - Présentation des « drapeaux rouges » pour la cheville : impossibilité de mise en charge, déformation visible, douleur non proportionnelle, signes neurologiques, paresthésies, signes d'infection.
  - Discussion des situations d'urgence : fracture de la malléole, lésion vasculaire, syndromes de compression nerveuse.
  - Critères de réorientation vers le médecin généraliste ou spécialisé.

#### Module 4 : Plan de traitement et rééducation (1 heure)

- **Objectifs :**
  - Élaborer un plan de rééducation personnalisé en fonction de la gravité de la lésion.
  - Mettre en place des stratégies thérapeutiques adaptées au traumatisme.
- **Contenu :**
  - Établir un plan de rééducation en fonction du diagnostic initial : traitement de l'entorse de cheville (phase aiguë, subaiguë, chronique).
  - Indications pour un suivi kinésithérapique ou une rééducation à long terme.
  - Critères d'évaluation drapeau rouge dans le suivi
  - Les indicateurs de non-progression et les signes nécessitant une nouvelle réévaluation médicale.

#### Conclusion et évaluation des acquis (15 minutes)

- **Objectifs :**
  - Synthétiser les connaissances acquises.

**en ligne post présentiel**

#### MODULE 5 (À DISTANCE) (1H) : QCM ET CAS CLINIQUES

*Accessible lorsque la présence sera validée sur la plateforme*

#### **Objectif :**

Consolider les compétences acquises en formation présentielle à travers l'analyse de cas cliniques et un QCM en ligne, afin de favoriser la réflexion individuelle et l'auto-évaluation.

---