



## CQP Douleurs et éducation thérapeutique de la grossesse au post-partum

Diplôme reconnu par l'Ordre des Kinésithérapeutes  
Possibilité de prise en charge FIF-PL ou DPC



PAPL FORMATION - 24, RUE SULLY 69006 LYON - 04.37.43.16.21



[WWW.PASCALPOMMEROL.FR](http://WWW.PASCALPOMMEROL.FR) - [PAPLFORMATION@ORANGE.FR](mailto:PAPLFORMATION@ORANGE.FR)

ENREGISTRÉ SOUS LE N° DE FORMATEUR : 82.69.137.39.69

« CET ENREGISTREMENT NE VAUT PAS AGRÉMENT DE L'ÉTAT »

SIGNATAIRE DE LA CHARTE DÉONTOLOGIQUE DE L'ORDRE DES MK

AGRÉÉ FIF PL - AGRÉÉ DPC - INSCRIT AU DATADOCK - CERTIFIÉ ISO 9001 & CNEFOP - MEMBRE DU SOFAC

# Sommaire

## Pages 3 à 4

---

### 1. LE CERTIFICAT DE LA SPÉCIFICITÉ THÉRAPEUTIQUE : DOULEURS ET ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE, DE LA GROSSESSE AU POST-PARTUM

- A. INTRODUCTION
- B. LISTE DES ENSEIGNANTS
- C. NOTRE DÉMARCHE
- D. PUBLIC

## Pages 5 à 12

---

### 2. LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- A. LE PROGRAMME
- B. LA FORMATION THÉORIQUE ET PRATIQUE
- C. SCOLARITÉ
- D. CADRE LÉGAL
- E. DÉMARCHE SCIENTIFIQUE
- F. SOUTIEN LOGISTIQUE ET OBLIGATION DU STAGIAIRE
- G. VALIDATION DU CURSUS
- H. ÉQUIVALENCE
- I. INSCRIPTION

## 1. LE CERTIFICAT DE SPÉCIFICITÉ THÉRAPEUTIQUE: douleurs et éducation thérapeutique,de la grossesse au post-partum

### A. INTRODUCTION

Le certificat de spécificité thérapeutique« douleurs et éducation thérapeutique de la grossesse au post-partum » proposé par PAPL Formation existe à Lyon depuis 2016. Nous sommes membres de la Fédération Française des Organismes de Formation Continue en Masse-Kinésithérapie.

Cette formation diplômante se déroule dans nos propres locaux situés en plein centre-ville de Lyon, dans le 6ème arrondissement.

Chaque stage comprend un module de E-learning sur notre plateforme PAPL ou sur le site SPIRAL de l'Université. Plus de 51 heures de formation en ligne, à travers des vidéos, polycopiés, quiz et QCM que vous pouvez faire chez vous. Des QCM (avant et après le stage) seront en effet utilisés pour évaluer votre compréhension et revoir les points importants.

### B. LISTE DES ENSEIGNANTS

Nos enseignants sont agréés par le Conseil Scientifique après fourniture d'un dossier complet.

**CHOJNICKI Caroline**, Dimploe de sage-femme DE

**GONON Caroline**, Masseur kinésithérapeute DE, Praticien libéral,  
Ostéopathe

**JACQUEMIN Vincent**, Masseur-kinésithérapeute DE, Enseignant à la  
Faculté de Lyon (Institut Sciences et Techniques de réadaptation),  
Ostéopathe

**NAINANI Guillaume**, Ostéopathe, Masseur kinésithérapeute DE, Praticien  
libéral.

**POMMEROL Pascal**, cadre de santé masseur kinésithérapeute,  
Ostéopathe, master II en biomécanique, maîtrise science biologie  
humaine, ancien moniteur de dissection et chargé de cours à l'université  
Lyon 1

### **C. NOTRE DEMARCHE**

Notre démarche s'inscrit dans une suite logique de la formation initiale. Nous développons une complémentarité entre la formation de base en kinésithérapie et une formation post DE.

Nous proposons une formation avec la possibilité d'une prise en charge au titre du FIF-PL 2020 et du DPC.

### **D. PUBLIC**

Ce certificat est ouvert aux médecins, Sage-femme DE et kinésithérapeute DE

Nous avons passé des conventions avec le secteur public (Faculté de LYON 1).

Notre **public concerne les professions médicales et les masseurs-kinésithérapeutes DE.**

Leur demande d'inscription est accompagnée de l'enregistrement à leur Ordre respectif.

## 2. LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation a pour objectif de permettre aux masseurs kinésithérapeutes d'acquérir les connaissances théoriques et pratiques essentielles à la prise en charge rééducative de la femme enceinte au post-partum. Les techniques et protocoles de rééducation enseignés font références aux données de la littérature et aux travaux de recommandations (HAS, Cochrane DT)

Cette formation permet d'acquérir :

- Une démarche d'éducation thérapeute avec enseignement des bons gestes, de bons conseils dans la démarche EBP.
- Une prise en compte des douleurs de l'appareil ostéoarticulaire mais aussi de son caractère émotionnel.
- Une écoute des problèmes liés à la grossesse et à la suite de l'accouchement

### A. LE PROGRAMME

<b>Renforcement des abdominaux sans génération de pression</b> (ref ANDPC : 11552100007)	<b>Rééducation thérapeutique et accompagnement grossesse</b> (ref ANDPC : 11552100029)
<b>Lyon : 28 et 29/05/21</b> ou 03 et 04/12/21 <b>C.Gonon</b>	<b>Lyon :</b> 04 et 05/06/21 11 et 12/10/21 <b>C.Gonon &amp; C.Chojnicki</b>
<b>Cas clinique et traitement des douleurs du petit bassin</b> (ref ANDPC : 11552100013)	
<b>Lyon :</b> 26 et 30/09/21	<b>Fréjus :</b> 14 et 15/04/21 03 et 04/12/21
<b>V.Jacquemin, G.Nainani &amp; P.Pommerol</b>	
<b>Coûts : 1 400€</b>	

## 1er Stage du cursus

### **Renforcement des abdominaux sans génération de pression dans les pathologies abdominales et pelvi-périnéales**

Les douleurs rachidiennes, les conséquences d'hyperpression répétées, les problèmes d'incontinence, touchent une immense partie de la population (soignants comme soignés).

Nous vous proposons une formation ayant un but curatif et préventif. Nous voulons vous montrer avec les dernières recommandations officielles et les dernières données scientifiques, qu'une nouvelle rééducation abdominale et pelvienne est possible à base de renforcement musculaire et de coordination. C'est une rééducation complète qui englobe aussi un travail postural. Elle permet de prendre en charge le patient mais aussi de l'éduquer afin de le rendre autonome. La pratique est abordée avec une grande précision, ce qui permet de repérer toutes les erreurs.

La première partie de la formation abordera la présentation de différentes méthodes de gymnastique abdominale, leurs principes, leurs contre-indications (gainage, travail respiratoire rôle du diaphragme synergie et coordination sur les réflexes du plancher pelvien

- Etude des différentes modalités de gymnastique abdominale augmentant peu ou pas la pression intra abdominale, avec les recommandations pour la rééducation post-natale.

La seconde partie de la formation sera consacrée aux bilans et aux principaux tableaux cliniques des pathologies de la paroi abdominale, et les paramètres à respecter pour ne pas augmenter la pression intra-abdominale.

Pratique :

- Pratique par petits groupes des tests d'effort, mesures.
- Démonstration puis pratique d'un exercice en décubitus
- Pratique d'un exercice en latéro-cubitus puis correction
- Démonstration puis pratique d'exercices dans différentes positions, d'exercices d'expiration active,
- Démonstration puis pratique d'exercices de gainage,
- Pratique des techniques associées : EAA + expiration active, cavitation + expiration active, gainage + stabilisation au ballon EAA + rotations, correction, régulation,
- Démonstration puis pratique des techniques manuelles appliquées à la paroi abdominale,
- Réflexion sur des cas cliniques par petits groupes, présentation par chaque groupe d'un choix d'exercices adaptés, régulation,

Enfin, nous terminerons par une préparation à l'évaluation des pratiques professionnelles post formation

## 2ème Stage du cursus

### **Rééducation et éducation thérapeutique et accompagnement durant la grossesse**

Le résumé :

La grossesse est un moment à part dans la vie d'une femme. Nous vous proposons une formation ayant un but curatif et préventif. Nous voulons vous montrer, avec les dernières recommandations officielles et les dernières données scientifiques, qu'une nouvelle rééducation abdominale et pelvienne est possible. C'est une rééducation complète qui englobe aussi un travail postural. Elle permet de prendre en charge la parturiente, de la rendre actrice de sa grossesse, et de préparer la rééducation post-partum. Cela en parfaite adéquation avec les différents intervenants lors d'une grossesse. (Sage-femme, obstétriciens...).

Le but final est de :

- Savoir identifier les différentes algies/troubles rencontrés par la parturiente
- Savoir mobiliser les articulations du bassin, des lombaires, les muscles chez la femme enceinte et faire faire des exercices adaptés.
- Savoir gérer et prévoir les troubles urinaires chez la femme enceinte (incontinence)

## 3ème Stage du cursus

### Traitement manuel des douleurs du petit bassin

Description des tableaux douloureux du petit bassin d'origine neuropathique, musculaire, osseuse et prise en charge en thérapie manuelle des troubles suivants :

Névralgie pudendale, Douleurs T12-L1, syndromes cluniaux, syndrome douloureux régionale complexe, syndrome d'origine myotensive : syndrome du releveur de l'anus, piriforme et obturateur interne, coccygodynies.

Examen rectal, test des réflexes du plancher pelvien et anal, de la défécation, l'évaluation posturale et l'intégrité articulaire

- Évaluation des tissus mous du périnée (myofascial, mobilité, Trigger points), de la douleur et des troubles posturaux.
- Apprentissage des techniques de mobilisation musculaires, vasculaires, neurales du petit bassin et mobilisations osseuses du coccyx dans ces pathologies.

## **B. LA FORMATION THEORIQUE ET PRATIQUE**

Les stages en centre de formation sont essentiellement pratiques.

## **C. SCOLARITE**

Le certificat est délivré avec la validation par la présence à tous les stages et par la validation par un examen théorique et pratique. L'ensemble de la formation pourra être pris en charge partiellement: soit par le DPC, soit par le FIF-PL.

En cas d'absence du stagiaire, le stage peut être validé dans un autre lieu ou ultérieurement mais l'ensemble de la formation doit être validé en trois ans maximum.

## **D. CADRE LEGAL**

La prise en charge des douleurs et l'éducation thérapeutique de la grossesse au post partum est une spécificité en kinésithérapie depuis de longues années et partagée avec les sages-femmes.

## **E. DEMARCHE SCIENTIFIQUE**

Chaque stage possède une bibliographie propre.

Il existe un temps d'évaluation des pratiques professionnelles à chaque stage.

Les articles de recommandations professionnelles sont fournis aux stagiaires sur la plateforme E-learning.

Les techniques utilisées sont soit recommandées, soit à défaut d'un consensus des enseignants.

Notre formation se veut le plus proche possible des connaissances scientifiques et notre démarche s'inscrit dans la médecine basée sur des preuves (EBM).

Nous respectons l'avis de l'Ordre (CNO) des kinésithérapeutes et nous n'enseignons que des techniques conformes aux données scientifiques.

## **F. SOUTIEN LOGISTIQUE ET OBLIGATION DU STAGIAIRE**

Les cours sont assurés dans des salles de pratique, toutes équipées de tables de manipulation électriques.

L'utilisation des tables électriques est obligatoire pour l'apprentissage de ces techniques.

Tous nos lieux de stages sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

Obligations du stagiaire:

- Le stagiaire s'engage à suivre le cursus et signe un contrat annuel lors de chaque année universitaire
- Le stagiaire doit respecter le règlement intérieur
- Toute absence non justifiée à un des stages (rend impossible le passage de l'examen)
- Le stagiaire valide chaque module qui permet d'obtenir une attestation de stage

## **G. VALIDATION DU CURSUS**

L'examen final permet l'obtention du certificat.

## **H. EQUIVALENCE**

Les demandes seront recevables seulement pour les titulaires d'un doctorat de médecine ou des kinésithérapeutes (DE) ou équivalence du diplôme de kinésithérapeute. Sont donc exclus de la formation les candidats sans diplôme médical ou paramédical.

Chaque demande d'équivalence sera examinée par le Conseil Scientifique. Si un doute existait au niveau de la validité des diplômes acquis, la tutelle serait informée et saisie.

Selon le nombre d'heures réalisées dans un centre de formation non agréé, le candidat présentera un examen d'équivalence théorique et pratique, même s'il a validé certains modules.

Le stagiaire en complément de formation doit répondre à la validation des modules et aux mêmes exigences que nos autres stagiaires et au respect du règlement intérieur.

## **I. INSCRIPTION**

Les demandes d'inscription doivent être accompagnées de votre numéro d'ordre, nom, prénom, numéro de RPPS, adresse postale professionnelle, adresse mail et téléphone, après lecture obligatoire des conditions de vente et du règlement intérieur disponibles sur notre site [www.pascalpommerol.fr](http://www.pascalpommerol.fr).

Sur ce dernier, le stagiaire reconnaît également qu'il a consulté le livret d'accueil, la protection des données et notre charte déontologique.