

## **Pelvi-Périnéologie Féminine : les fondamentaux**

4 jours, soit 28 heures en présentiel ou classe virtuelle  
avec Sophie PIQUET, Marina CREMEL, Claire BRETON & Jean BOURDIN

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

### OBJECTIFS :

Cette formation aura pour objectif de permettre aux masseurs kinésithérapeutes d'acquérir toutes les bases essentielles de la prise en charge rééducative de la femme en périnéologie, et ce dès leur retour en cabinet, grâce notamment aux pratiques proposées sur patientes lors de cette formation et aux constructions de protocole de rééducation en réflexion collective.

Cette formation sur 4 jours, dont une journée entière consacrée à la pratique sur patiente, vous permettra d'acquérir :

- toutes les bases anatomo-neuro-physiologiques de l'appareil périnéo-sphinctérien et du caisson thoraco-lombo-abdomino-pelvien,
- le diagnostic des dysfonctions pelvi-périnéales : troubles vésico-sphinctériens, troubles de la statique pelvienne et abdominale,
- les outils pour la prise en charge rééducative :
  - apprentissage d'un bilan détaillé et complet,
  - examen clinique précis pelvi-périnéal aboutissant à un bilan diagnostique kinésithérapique,
- les techniques et attitudes préventives dans la pratique quotidienne du kinésithérapeute en pelvi-périnéologie,
- l'intérêt d'une prise en charge globale réintégrant le périnée dans le complexe lombo-abdomino-pelvien.

### PROGRAMME :

- **1er jour : THEORIE**  
avec Claire BRETON le matin & Sophie PIQUET l'après-midi

09h *Accueil des participants*

09h30 **Fondamentaux en neuro-anatomo-physiologie**

- Situation et anatomie du système périnéo-sphinctérien, urinaire et ano-rectal
- Situation et anatomie du caisson thoraco-lombo-abdomino-pelvien

11h - Physiologie du cycle continence miction :

- . Déroulement du cycle continence miction
- . Contrôle neurologique de la miction et réflexes de Mahony
- . Circuit de Bradley

12h30 *Déjeuner*

13h30 **Physiopathologie des principales dysfonctions périnéales :**

- >>>Définitions, Épidémiologie/Facteurs de risque, Physiopathologie<<<
- Incontinence urinaire d'effort
- Incontinence urinaire par urgenturie

# PROGRAMME

- 15h - Incontinence urinaire mixte  
- Troubles de la statique pelvienne
- 16h30 - Les spécificités du post partum :  
. Comprendre la physiologie et les modifications en périnatalité  
. Impacts sur la sphère périnéale  
. Impacts sur la ligne blanche, le diastasis et la compétence de l'abdomen

18h *Fin de la journée*

- **2<sup>ème</sup> jour : THEORIE**

avec Jean BOURDIN le matin & Marina CREMEL l'après-midi

09h **Bilan kinésithérapique en pelvi-périnéologie**

- Interrogatoire détaillé
- Outils d'aide à l'évaluation
- Présentation de l'examen clinique détaillé

- 10h30 - Pratique des gestes techniques sur modèle anatomique  
- Hygiène et déontologie en périnéologie  
- Examens complémentaires

12h30 *Déjeuner*

- 13h30 - Prise en charge rééducative féminine des troubles vésico-sphinctériens :

- . Incontinence urinaire d'effort - IUE
- . Incontinence urinaire par urgenterie - IUU
- . Incontinence urinaire mixte - IUM

- Prise en charge rééducative féminine des troubles de la statique pelvienne :

- . Prolapsus
- . Présentation des valves et des pessaires

- Les spécificités du post partum en rééducation

- 15h - Présentation des outils de rééducation en périnéologie et recommandations :

- . Exercices manuels
- . Électrostimulation / Biofeedback
- . Prise en charge globale et fonctionnelle

- 16h30 - Présentation des outils complémentaires  
- Évolutions en rééducation périnéale : point sur l'actualité scientifique

18h *Fin de la journée*

- **3<sup>ème</sup> jour : PRATIQUE**

avec Sophie PIQUET, Marina CREMEL, Claire BRETON et Jean BOURDIN + patientes

**Format PRÉSENTIEL :** Répartition des participants en plusieurs ateliers, chacun animé par un formateur et avec l'aide d'une patiente pour la pratique endo-cavitaire.

Alternative possible à ces pratiques sur patientes par l'utilisation d'un modèle anatomique de simulation.

**Classe VIRTUELLE :** Toutes les séquences seront filmées en direct. Les participants pourront intervenir « en live » lors de l'interrogatoire du bilan par exemple. L'examen clinique sera clairement visible grâce à la captation vidéo, le biofeedback sera partagé sur écran Zoom, etc...

Deux formateurs et une patiente seront présents en direct toute la journée pour la rendre interactive avec notamment des « jeux de rôles » pour les mises en situation de bilans et rééducation « kiné » & « patiente ».

# PROGRAMME

## 09h **Bilan kinésithérapique périnéal appliqué sur patientes : Partie 1**

- Examen visuel externe du périnée
- Test de sensibilité des dermatomes
- Évaluation de l'élasticité vulvaire, du réflexe anal et de la distance ano-vulvaire
- Observation de l'effet d'une contraction périnéale et d'une toux
- Évaluation de la tonicité vaginale

## 10h **Bilan kinésithérapique périnéal appliqué sur patientes : Partie 2**

- Testing musculaire du plancher pelvien par l'intermédiaire du PERFECT et de l'échelle d'Oxford modifiée (validité scientifique)
- Testing antérieur pour évaluer la mobilité cervico-urétrale
- Manœuvre de valve antérieure et postérieure pour observer la statique pelvienne (évaluation du prolapsus)

12h30 *Déjeuner*

## 13h30 **Pratique sur patientes des techniques de rééducation manuelle en fonction de cas cliniques :**

- Incontinence urinaire à l'effort
- Hyperactivité vésicale (HAV)
- Post-partum
- Troubles de la statique pelvienne (prolapsus)

## 15h30 **Travail fonctionnel et global des muscles du plancher pelvien avec support biofeedback :**

- Dans différentes positions et situations (allongé, debout, saut, squat, marche, course...)
- Intégration de l'ajustement postural anticipateur (APA)

18h *Fin de la journée*

### • **4ème jour : THEORIE & PRATIQUE** avec Sophie PIQUET

## 09h **Plancher pelvien et caisson abdominal**

- Fonctionnement du caisson thoraco-lombo-abdomino-pelvien
- Les grands principes des rééducations abdominales
- Le diastasis abdominal en post partum

10h30 - Techniques abdominales dans la prise en charge du post partum, de l'incontinence urinaire, des troubles de la statique pelvienne et abdominale et mise en application pratique

12h30 *Déjeuner*

## 13h30 **Cas cliniques : proposition de protocoles de rééducation par construction et réflexion collective :**

- Incontinence urinaire d'effort - IUE
  - Incontinence urinaire par urgenturie - IUU
  - Incontinence urinaire mixte - IUM
  - Post-partum
  - Troubles de la statique pelvienne
- Synthèse des cas cliniques & construction de fiches bilan et traitement

## 15h30 **Synthèse & Conclusion**

- Révision des notions fondamentales en périnéologie
- Retour sur les pratiques endocavitaires de la veille
- Consolidation des pratiques par questionnement collectif
- Synthèse de la formation

17h *Fin de la formation*

## 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 :

- **Soit le format présentiel** dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, projection d'un PPT, consultation de documents pédagogiques, interaction et échanges...
- **Soit la classe virtuelle** nécessitant le déploiement d'outils synchrones informatiques de type qui correspondent à des temps de contacts directs entre les intervenants et les participants mais également entre les participants eux-mêmes, de partage d'écran de PPT, documents et vidéos, de tableaux blancs interactifs, etc...

Le formateur s'appuiera 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 patiente ou un modèle anatomique de simulation, devant les participants lors des TP.

- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les gestes techniques sur une patiente ou un modèle anatomique de simulation et sont corrigés directement par le formateur en salle de formation pour le format en présentiel. En classe virtuelle, les participants interviennent lors de l'interrogatoire pour interagir dans le jeu de rôle entre « kiné » et « patientes ».

# PROGRAMME

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

- Projection PPT du cours en salle ou en virtuel
- Outil numérique synchrone (Zoom ou équivalent) pour une classe virtuelle en temps réel avec possibilité d'interaction, zone de chat, visio, partage d'écran, etc...
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT
- Matériels adaptés à la pratique dans la salle de formation pour le format présentiel ou la classe virtuelle pour les traitements en manuel et biofeedback : table, consommables (draps d'examen, gants, gel...), appareil d'électrostimulation, 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
- Évaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

---

## FORMATEURS :

---

### **Sophie PIQUET**

- Masseur Kinésithérapeute D.E
- Spécialisée en pelvi-périnéologie féminine
- Instructeur Pilates
- Licence STAPS Éducation et Motricité
- Master en Sciences de l'Éducation - option RISO
- Chargée d'enseignement à l'IFMK St Maurice & formation continue (IPPP, UCL Louvain, Kiné Lille Formation)
- Membre de Comité scientifique & pédagogique de l'IPPP

### **Marina CREMEL**

- Masseur Kinésithérapeute DE
- Activité libérale exclusive en pelvi périnéologie : post-partum, incontinence urinaire d'effort, prolapsus, rééducation périnéale manuelle, rééducation avec électro-stimulation et bio-feedback, gymnastique abdominale non génératrice de pression...

### **Claire BRETON**

- Masseur Kinésithérapeute DE
- Activité libérale en pelvi-périnéologie exclusive: urologie-gynécologie-anorectal - douleurs pelviennes & sexuelles, chez les femmes, hommes et enfant - accompagnement des personnes en transition de genre.
- D.U Douleurs Pelviennes
- Membre de : AFRePP - SIFUD - AINP
- Membre du réseau de Santé Sexuelle Métropole de Rouen

### **Jean BOURDIN**

- Masseur-kinésithérapeute DE : pratique à orientation pelvi-périnéale et cancer du sein exclusive
- DEA de Sexologie Clinique et Expérimentale
- Membre de l'AFRePP