

## L'endométriose de l'adulte : de l'évaluation à la rééducation

---

### ● CONTEXTE/RÉSUMÉ :

L'Endométriose est une maladie gynécologique chronique de la femme en âge de procréer. Elle est définie histologiquement par la présence de tissu semblable à de l'endomètre en dehors de la cavité utérine. En France, l'endométriose touche entre 1,5 et 2,5 millions de femmes en âge de procréer, soit 1 femme sur 10. La manifestation de symptômes douloureux est très variable selon les patientes. Bien que certaines puissent être asymptomatiques, 70% souffrent de douleurs chroniques et 40% présentent des troubles de la fertilité. Le diagnostic intervient dans un délai estimé en moyenne à 7 ans après l'apparition des premiers symptômes. Les patientes souffrent de cette errance médicale qui entraîne un risque de traitements non adaptés voire d'aggravation de la pathologie. L'endométriose peut avoir une répercussion sur le bien-être physique, mental et social des femmes qui en sont atteintes et peut entraîner une perte d'emploi et la dégradation de la santé sexuelle et mentale des personnes touchées et de leurs partenaires. Une stratégie nationale de lutte contre l'endométriose a été élaborée en 2022 par le Ministère des Affaires Sociales et de la Santé. Un des axes de cette stratégie prévoit de développer la formation continue des professionnels de santé incluant les kinésithérapeutes afin de les sensibiliser à cette pathologie et ainsi pouvoir mieux l'identifier et la traiter.

L'endométriose est une maladie multifactorielle, résultant de l'action combinée de facteurs génétiques et environnementaux, et de facteurs liés aux menstruations. Ses principaux symptômes évocateurs sont les dysménorrhées intenses, les dyspareunies profondes, les douleurs à la défécation, les dysuries cataméniales, l'infertilité et les douleurs pelviennes chroniques.

Une prise en charge optimale nécessite une équipe pluridisciplinaire dont le kinésithérapeute est un des intervenants clés. Les connaissances concernant l'identification, le suivi et le traitement de cette pathologie ont évolué permettant de mieux appréhender les outils thérapeutiques les plus adaptés pour améliorer leurs symptômes et leur qualité de vie.

Tous les kinésithérapeutes sont ou seront confrontés à des patientes présentant une endométriose et nécessitant une évaluation, une orientation et des traitements appropriés.

### ● OBJECTIFS :

L'objectif de cette formation est d'acquérir les connaissances théoriques et les outils thérapeutiques essentiels à la prise en charge des patientes atteintes d'endométriose et particulièrement de la douleur pelvienne chronique.

Plus spécifiquement, cette formation vise à :

- Connaître et comprendre l'endométriose : définition, origine, signes cliniques, imagerie, traitements médicaux et chirurgicaux ;

- Être en mesure de réaliser une évaluation approfondie des patientes présentant une endométriose et de la douleur pelvienne chronique associée ;
- Être capable d'élaborer et d'appliquer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées pour chaque patiente au vu des éléments recueillis lors de l'évaluation initiale ;
- Savoir éduquer les patientes à la compréhension de leur pathologie et les accompagner dans la gestion de leur douleur pelvienne chronique
- Apprendre et maîtriser les techniques rééducatives fonctionnelles globales : tissulaires, respiratoires et posturales,
- Apprendre et maîtriser les techniques de thérapie manuelle adaptées à chaque symptôme et/ou organe par une approche externe et endo-cavitaire,
- Apprendre et maîtriser les techniques rééducatives instrumentales adaptées,
- Être en mesure de permettre aux patientes d'acquérir les compétences permettant une autonomisation de leur prise en charge : activité physique adaptée, alimentation.

- **INTERVENANTE** : Magali CAMICAS DELEVACQUE

● PROGRAMME : 2 jours – 15 heures

Séquence Horaires	Titre de la séquence	Objectifs pédagogiques	Contenu	Typologie d'action	Méthodes ou moyens pédagogiques	Méthode d'évaluation	Formateur
9h00- 9h15	Accueil et questionnaire pré- formation	Accueillir les participants, présenter la formation, présenter l'intervenant et les participants et donner à remplir le questionnaire pré-formation	CV des formateurs ; Programme de la formation ; Présentation des participants et recueil des attentes ; Questionnaire pré- formation	Formation continue	Tour de table	Non concerné	Magali Camicas
9h15- 10h15	Introduction, définition et physiopathologie de l'endométriose	Connaître et comprendre l'endométriose : définition, origine, signes cliniques, imagerie, traitements médicaux et chirurgicaux	Épidémiologie Rappels historiques Définition et classification de l'endométriose Mécanismes physiopathologiques de l'endométriose Recommandations de prise en charge Approche multimodale Place de la kinésithérapie dans l'équipe interprofessionnelle	Formation continue	Exposé oral ; Débats mouvants ; Apprentissage par résolution de problème ;	Questionnaires pré et post-formation Vérification en fin de séquence par questionnement ouvert aux participants	Magali Camicas

10h15-10h45	Diagnostic différentiel et prévalence du syndrome de congestion pelvienne dans le cadre des douleurs pelviennes	Connaître et comprendre le syndrome de congestion pelvienne : définition, signes cliniques, imagerie, traitements Savoir le différencier d'une endométriose	Mécanismes physiopathologiques du syndrome de congestion pelvienne Recommandations de prise en charge Savoir réorienter si nécessaire	Formation continue	Exposé oral Apprentissage par résolution de problème	Questionnaires pré et post-formation Vérification en fin de séquence par questionnement ouvert aux participants	Magali Camicas
Pause - 15mn							
11h00-12h30	Elaboration du bilan initial permettant de définir les objectifs et de choisir le plan de traitement kinésithérapique adapté : théorie et ateliers pratiques	Être en mesure de réaliser un interrogatoire approfondi d'une patiente présentant une endométriose. Savoir pratiquer les tests cliniques. Définir des objectifs de traitement. Être capable d'élaborer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées pour chaque patiente au vu des éléments recueillis lors de l'évaluation initiale	Identification des éléments essentiels à questionner lors de l'interrogatoire ; Identification des éléments cliniques à tester ; Analyse des données récoltées ; Élaboration du plan de traitement.	Formation continue	Exposé oral ; Apprentissage par résolution de problème Brainstorming Démonstrations pratiques et Mise en pratique par les participants	Cas cliniques ; Vérification en fin de séquence par questionnement ouvert aux participants	Magali Camicas

12h30-14h	Pause déjeuner						
14h-15h45	<p><u>Traitements kinésithérapiques - 1ère partie</u>  <b>Sphère digestive</b>  Rappels anatomiques et biomécaniques  Traitement kinésithérapique</p>	<p>Etre capable d'appliquer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées pour chaque patiente au vu des éléments recueillis lors de l'évaluation initiale  Connaître les éléments anatomiques et biomécaniques nécessaires  Apprendre et maîtriser les techniques de thérapie manuelle adaptées à chaque symptôme et/ou organe par une approche externe  Connaître les recommandations concernant l'alimentation anti-inflammatoire</p>	<p>Anatomie du diaphragme, du foie, du nerf phrénique, du péritoine, de l'intestin, du côlon et de leurs mécanismes et interactions  Pratique de thérapie manuelle adaptée à chaque organe étudié  Etat de la science concernant l'alimentation dans le cadre de l'endométriose</p>	Formation continue	<p>Exposé oral ;  Débats mouvants ;  Apprentissage par résolution de problème  Mise en situation pratique</p>	<p>Cas cliniques ;  Vérification par correction des techniques lors de la pratique en binôme</p>	Magali Camicas

15h45-16h	Pause - 15mn						
16h-17h30	<p style="text-align: center;"><u>Traitements kinésithérapiques - 2ème partie</u> <b>Sphère pelvienne urinaire</b> Rappels anatomiques et biomécaniques. Traitement kinésithérapique</p>	<p>Etre capable d'appliquer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées pour chaque patiente au vu des éléments recueillis lors de l'évaluation initiale Connaître les éléments anatomiques et biomécaniques nécessaires Apprendre et maîtriser les techniques de thérapie manuelle adaptées à chaque symptôme et/ou organe par une approche externe</p>	<p>Anatomie des reins, de la vessie, des fascias et de leurs mécanismes et interactions. Pratique de thérapie manuelle adaptée à chaque organe étudié</p> <p>Anatomie du système veineux pelvien Pratiques thérapeutiques adaptées au syndrome de congestion pelvienne</p>	Formation continue	<p>Exposé oral Débats mouvants Apprentissage par résolution de problème Mise en situation pratique</p>	<p>Cas cliniques Vérification par correction des techniques lors de la pratique en binôme</p>	Magali Camicas
17h30-18h	<p style="text-align: center;"><u>Traitements kinésithérapiques</u> Place des techniques instrumentales</p>	<p>Apprendre et maîtriser les techniques rééducatives instrumentales adaptées</p>	<p>Identification et maîtrise des techniques instrumentales adaptées : biofeedback, électrostimulation, radiofréquence.</p>	Formation continue	<p>Exposé oral ; Apprentissage par résolution de problème ; Mise en situations pratiques :</p>	<p>Cas cliniques ; Vérification par correction des techniques lors de la pratique en binôme</p>	Magali Camicas

18h	Fin de la première journée						
08h30-11h00	<p><u>Traitements kinésithérapiques - 3ème partie</u>  <b>Sphère pelvienne gynécologique</b>  Rappels anatomiques et biomécaniques  Examen clinique et traitement kinésithérapique -</p>	<p>Etre capable d'appliquer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées pour chaque patiente au vu des éléments recueillis lors de l'évaluation initiale  Connaître les éléments anatomiques et biomécaniques nécessaires  Apprendre et maîtriser les techniques manuelles adaptées à chaque symptôme et/ou organe par une approche externe</p>	<p>Anatomie de l'utérus, des ligaments utérosacrés, du cul de sac de douglas, de la membrane obturatrice, du périnée antérieur et de leurs mécanismes et interactions.  Pratique de thérapie manuelle adaptée à chaque organe étudié.</p>	Formation continue	<p>Exposé oral ;  Apprentissage par résolution de problème ; Mise en situations pratiques exo-cavitaire et endo-cavitaire</p>	<p>Cas cliniques ;  Vérification par correction des manoeuvres de tests lors de la pratique en binôme</p>	Magali Camicas
11h00-11h15	Pause - 15mn						

<p>11h15- 12h30</p>	<p><u>Traitement</u> 4ème partie <b>Sphère Pelvienne ano-rectale</b> Rappels anatomiques et biomécaniques Examen clinique et traitement kinésithérapique -</p>	<p>Connaître les éléments anatomiques nécessaires. Apprendre et maîtriser les techniques manuelles kinésithérapiques adaptées</p>	<p>Anatomie du coccyx, du rectum, du périnée postérieur et de leurs mécanismes et interactions. Pratique de la thérapie manuelle adaptée à chaque organe étudié.</p>	<p>Formation continue</p>	<p>Exposé oral ; Apprentissage par résolution de problème ; Mise en situations pratiques exo-cavitaires et endo-cavitaires</p>	<p>Cas cliniques ; Vérification par correction des manoeuvres de tests lors de la pratique en binôme</p>	<p>Magali Camicas</p>
<p>12h30- 14h</p>	<p>Pause déjeuner</p>						

14h00-16h00	<p><u>Traitements kinésithérapiques - 5ème partie</u> concernant la douleur pelvienne chronique, la posture, la respiration, l'activité physique adaptée ainsi que de l'auto-rééducation</p>	<p>Savoir éduquer les patientes à la compréhension de leur pathologie et les accompagner dans la gestion de leur douleur pelvienne chronique ; Identifier et rééduquer les dysfonctions posturales. Identifier et rééduquer les mécanismes respiratoires. Être en mesure de permettre aux patientes d'acquérir les compétences permettant une autonomisation de leur prise en charge : activité physique adaptée, physiothérapie.</p>	<p>Education à la gestion de la douleur Exercices d'exposition graduée Exercices de rééquilibration posturale Exercices de respiration Programme d'auto-rééducation ; Mise en pratique des capacités d'enseignement des auto-soins adaptés Identification des catégories d'activité physiques à recommander ou à enseigner aux patientes : sports, relaxation, sophrologie, étirements et postures de yoga.</p>	Formation continue	Exposé oral ; Apprentissage par résolution de problème ; Mise en situations pratiques	Questionnaires pré et post-formation ; Vérification par correction des techniques lors de la pratique en binôme	Magali Camicas
16h00-16h15	Pause - 15mn						
16h15-17h45	<p><u>Résolution de cas cliniques</u> présentant différentes formes d'endométriose</p>	<p>Appliquer les stratégies thérapeutiques les plus adaptées aux patientes selon la forme d'endométriose qu'elles présentent</p>	<p>Raisonnement clinique et personnalisation des traitements adaptés à chaque cas</p>	Formation continue	Exposé oral ; Apprentissage par résolution de problème ; Mise en situations pratiques	Questionnaires pré et post-formation ; Vérification par correction des techniques lors de la pratique en binôme	Magali Camicas

		et selon leur symptomatologie.					
17h45-18h	Questions/Réponses de fin de formation et Questionnaire post-formation	Donner à remplir le questionnaire post-formation	Questions/Réponses aux participants ; Questionnaire post-formation	Formation continue	Tour de table	Non concerné	Magali Camicas
18h	Fin de la deuxième journée						

- **MÉTHODES et MOYENS PÉDAGOGIQUES :**

- Mise en situations pratiques,
- Travaux dirigés en groupe,
- Débats mouvants,
- Résolutions de cas cliniques,
- Méta-plan,
- Brainstorming,

- **MÉTHODE D'ÉVALUATION :**

- Questionnaires d'évaluation des connaissances théoriques pré et post-formation,
- Résolution de cas cliniques au début, pendant et à la fin de la formation pour évaluer l'acquisition des connaissances en matière de raisonnement clinique