



## L'épaule par Lyn Watson. niveau II

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### Premier jour

Pathologie de la coiffe des rotateurs :

- Définition des sous-groupes de conflits (Impingement)
- Pathologies dégénératives vs traumatiques de la coiffe des rotateurs
- Chemins de prise en charge cliniques pour les conflits (impingement) "sous-acromiaux"
- Chirurgie vs Conservateur

Pratique

Evaluation et correction de la Scapula & de la Glenohumérale  
Diagnostic différentiel en utilisant la correction de la tête humérale ou de la scapula  
Impact de la correction sur les tests spéciaux de l'épaule  
Impact sur la mécanique du rachis cervical & thoracique

Choix de Réhabilitation & progression for pour les patients présentant des conflits sous-acromiaux  
Session pratique avec le "theraband drills"

**Patient 1** (Observation de l'évaluation et analyse de Lyn avec son plan de traitement)

La douleur antéro-supérieure de la coiffe des rotateurs – l'autre conflit !!!!  
Diagnostic différentiel & stratégies de prise en charge

#### Deuxième jour

La douleur antéro-supérieure de la coiffe des rotateurs – l'autre conflit !!!!  
Pathologie du tendon du Subscapulaire  
- Suivi  
- Role des traitements par infiltration  
- Session pratique de massage / et techniques de mobilisation  
- Stratégies de réhabilitation & lignes de temps (time lines)

#### Patient 2

L'épaule hypermobile avec une surcharge de la coiffe des rotateurs – Diagnostic différentiel & stratégies de prise en charge – conférence et sessions pratiques

#### Patient 3

Syndrome du défilé thoracique (*Thoracic Outlet Syndrome-TOS*)

Discussion détaillée sur :

- Classification & Diagnostic des TOS
- Diagnostic différentiel (Cx, Tx, Scapula)
- Evaluation Neurologique
- Test de provocation
- Stratégies thérapeutiques (Séance pratique de réhabilitation & taping)

#### Troisième jour

Poursuite Thoracic Outlet Syndrome

Session pratique sur les exercices d'intégration cervicale

#### Patient 4

Instabilité postérieure

- Tests et présentations cliniques
- Stratégies de réhabilitation

Lésions de type SLAP (*Superior Labrum from Anterior to Posterior*)

- Evaluation & options thérapeutiques

Réhabilitation post-opératoire de la chirurgie de la coiffe des rotateurs.



**Lyn WATSON**

PT, PhD, B.App.Sci  
P h t y ,  
Grad.Dip.Manip,  
MPAA, Sports.  
Lyn Watson est  
Physiothérapeute  
chef, consultante  
du groupe

Orthopédique de Melbourne et chef du département LifeCare Prahran Sports Medicine Centre à Melbourne en Australie. Elle est spécialisée en Thérapie Manuelle et en rééducation du sport. Lyn Watson a réalisé son doctorat sur les instabilités d'épaule et a spécialisé sa pratique sur ce domaine. Elle est devenue consultante de nombreuses équipes nationales et internationales, notamment l'équipe de Cricket australienne (depuis 1994), les nageurs Olympiques (depuis 1994), BeachVolley, rameurs et joueurs de tennis. Depuis 1992, Lyn Watson enseigne dans différents pays d'Asie et d'Europe mais aussi aux USA, Canada et Australie. Elle est impliquée avec son équipe dans différents travaux de recherche clinique concernant : l'épaule gelée, les instabilités gléno-humérales, les syndromes du défilé thoracique, l'évaluation et physiologie mécanique de la scapula, ainsi que les mesures cliniques. Lyn Watson a développé avec son équipe des nouvelles techniques spécifiques d'évaluation du déplacement de la scapula et l'efficacité de nouveaux exercices spécifiques pour les syndromes du défilé et les instabilités de la gléno-humérale, incluant des techniques de taping.Maitland.



**Simon Balster**

Simon Balster est physiothérapeute de l'Université de Melbourne (1995). Simon travaille dans la clinique de Lyn Watson depuis 1997. Il est spécialisé dans l'évaluation, le diagnostic et le traitement British Journal of Sport Mednt de l'épaule ou de la ceinture scapulaire. Simon a aussi contribué à publier différents articles dans Manuel Therapy et le British Journal of Sport Medicine.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Développer une connaissance biomécanique de la mobilité scapulaire sur des problèmes avancés des patients
- Mettre en place un système d'évaluation qui permet le triage des patients et proposer un traitement adapté en situation clinique