

Formation aux examens physiques et diagnostic d'opportunité

© – MECO – Philippe GADET & Floriane GUILBAUD – 2025

Programme de formation

La formation est distribuée en modules qui répondent à chacune des régions anatomiques du référentiel de formation. Les modules sont divisés en séquence subdivisée selon le cas, en séances (S).

Module 1 : Généralités.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" généraux.

Séquence 2 : Différencier la sensibilité et la spécificité d'un examen physique.

Module 2 : Région appendiculaire supérieure.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" propre à la région appendiculaire supérieure.

Séquence 2 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour l'épaule.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Scratch test d'Apley.
- S2 : Syndrome de la coiffe des rotateurs.
- S3 : Tests du conflit sous-acromial.
- S4 : Test du tendon du muscle supra-épineux (test de Neer).
- S5 : Test des muscles rotateurs latéraux : petit rond et infra-épineux.
- S6 : Tests du tendon du muscle subscapulaire.
- S7 : Palpation et tests du muscle long biceps.
- S8 : Tests d'évaluation de la SLAP lésion.

Séquence 3 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour le coude.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Palpation douloureuse de l'épicondyle latéral.
- S2 : Test du tennis-elbow avec contre-résistance, ou test de Cozen.
- S3 : Syndrome de compression du nerf ulnaire.
- S4 : Test de contrainte en mouvement du valgus (test du ligament collatéral médial).

Séquence 4 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour le poignet.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Syndrome du canal carpien.
- S2 : Test de Finkelstein : tendinite de De Quervain.

- *S3 : Test de compression du scaphoïde.*

Création d'une routine des tests pour la région appendiculaire supérieure

Séquence 5 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour l'épaule.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité scapulo-humérale globale*
- *S2 : Tests de mobilité gléno-humérale*

Séquence 6 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour le coude.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité de la tête radiale*
- *S2 : Test de mobilité huméro-ulnaire (glissements de l'ulna)*
- *S3 : Palpation dynamique du fascia antébrachial proximal*

Séquence 7 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour le poignet et la main.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité carpo-métacarpienne*
- *S2 : Tests de mobilité des os du carpe*
- *S3 : Test de mobilité radio-ulnaire distale*
- *S4 : Test dynamique de l'arc fonctionnel du poignet*
- *S4 : Test de mobilité métacarpe et phalanges*

Module 3 : région appendiculaire inférieure.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" propre à la région appendiculaire inférieure.

Séquence 2 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour la hanche.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Test de Thomas et version modifiée.
- S2 : Test de Patrick, ou test FABER.
- S3 : Signe de Trendelenburgh.
- S4 : Test du muscle piriforme.
- S5 : Test d'Ober.

Séquence 3 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour le genou.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Évaluation de l'articulation fémoro-patellaire.
- S2 : Évaluation d'une lésion méniscale.
- S3 : Évaluation des lésions des ligaments croisés.
- S4 : Test des ligaments collatéraux.
- S5 : Tests en varus/valgus.
- S6 : Test d'appréhension (patella), ou signe de Clarke.
- S7 : Test du syndrome du tractus iliotibial, ou test d'Ober.

Séquence 4 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour la cheville et le pied.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Test de la flexion du genou de Silfverskiöld (Silverskiöld).
- S2 : Test du syndrome du tunnel tarsien.
- S3 : Tests du syndrome de Morton.
- S4 : Signe de la dorsiflexion du pied, ou signe de Homans.

Création d'une routine des tests pour la région appendiculaire inférieure

Séquence 5 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la hanche.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité de la tête fémorale*

Séquence 6 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour le genou.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité de la fémoro-patellaire*
- *S2 : Test de mobilité de la patella*
- *S3 : Test de mobilité de la tête fibulaire*
- *S4 : Palpation de la membrane interosseuse tibio-fibulaire*

Séquence 7 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la cheville.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité de l'articulation tibio-talienne*
- *S2 : Test de mobilité de la pince tibio-fibulaire*
- *S3 : Test de la mobilité sous-talienne*

Séquence 8 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour le pied.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité de la voûte plantaire (test de compression dynamique)*
- *S2 : Test de mobilité des os du tarse*
- *S3 : Test de mobilité tarso-métatarsienne*

- *S4 : Test de mobilité métatarse et phalanges*

Module 4 : Région thoraco-scapulaire.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" propre à la région thoraco-scapulaire.

Séquence 2 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Signe de Levine.*
- *S2 : Arm sign.*
- *S3 : Palm sign.*
- *S4 : Finger sign/pointing sign.*
- *S5 : Signe de Kehr.*

Création d'une routine des tests pour la région thoraco-scapulaire

Séquence 3 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la région thoraco-scapulaire.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de la charnière cervico-thoracique*
- *S2 : Test de mobilité costo-scapulaire*
- *S3 : Test de mobilité sterno-claviculaire*
- *S4 : Test de mobilité acromio-claviculaire*
- *S5 : Test de mobilité vertébrale des thoraciques*
- *S6 : Test de mobilité costo-vertébrale*
- *S7 : Test de mobilité sterno-costale*

Module 5 : région lombo-pelvi-abdominale.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" propre à la région lombo-pelvi-abdominale.

Séquence 2 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour la région lombaire.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Tests de Brudzinski et de Kernig.
- S2 : Test de Lasègue, ou unilatéral straight leg raising test.
- S3 : Slump test.
- S4 : Spring test.
- S5 : Test de l'étirement du nerf fémoral.
- S6 : Signe de Trendelenburg.
- S7 : Tests spécifiques de la jonction sacro-iliaque.
- S8 : Tests spécifiques du syndrome du muscle piriforme.

Séquence 3 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats pour la région abdominale et pelvienne.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Signe du Psoas.
- S2 : Signe de Giordano/Pasternacki/Murphy.
- S3 : Signe de Boas.
- S4 : Signe de Mac Burney.
- S5 : Signe de Murphy.
- S6 : Signe de Beevor.

Création d'une routine des tests pour la région lombo-pelvi-abdominale

Séquence 4 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la région lombaire.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité vertébrale*
- *S2 : Test de mobilité de la charnière lombo-sacrée*
- *S3 : Test de mobilité de la charnière dorso-lombaire*
- *S4 : Test de traction lombaire axiale (écoute de décompression)*

Séquence 5 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la région pelvienne.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité iliaque*
- *S2 : Test de mobilité symphyse pubienne*
- *S3 : Test de mobilité sacrum*
- *S4 : Test de mobilité sacro-iliaque*

Séquence 6 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la région abdominale.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité diaphragmatique*
- *S2 : Ecoute globale abdominale*
- *S3 : Palpation dynamique du mésentère*

Module 6 : Région cervico-céphalique.

Séquence 1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" propre à la région cervico-céphalique.

- S1 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" des céphalées.
- S2 : Enumérer et identifier les signaux d'alerte ou "drapeaux rouges" des cervicalgies.

Séquence 2 : Appliquer chacun des examens physiques et interpréter les résultats.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- S1 : Signe de Lhermitte.
- S2 : Test de la pince costoclaviculaire, ou test du « garde-à-vous » ou military brace position.
- S3 : Manoeuvre de Valsalva.
- S4 : Spurling test, ou test de compression du rachis cervical.
- S5 : Test de l'appui de la fosse supraclaviculaire, ou test de Morley.
- S6 : Test de Tinel.
- S7 : Test d'Adson.
- S8 : Manoeuvre de Roos.
- S9 : Test d'étirement du membre supérieur, ou test d'Elvey modifié.
- S10 : Test de l'(hyper)abduction de l'épaule.
- S11 : Test de Wright.
- S12 : Test de décompression dans l'axe, ou neck distraction test ou axial manual traction test.
- S13 : Test de flexion-rotation du rachis cervical.
- S14 : Test de l'artère vertébrale modifié.

Création d'une routine des tests pour la région cervico-céphalique

Séquence 3 : Tests fonctionnels ostéopathiques pour la région cervico-céphalique.

Pratique, démonstration, travail en sous-groupes :

- *S1 : Test de mobilité segmentaire C0–C1–C2*
- *S2 : Test de mobilité globale du rachis cervical inférieur (C3–C7)*
- *S3 : Écoute fasciale de la région sous-occipitale*