

PROGRAMME ACTION DE FORMATION

Kinésithérapie des cicatrices

2 jours, soit 14 heures en présentiel

Avec : **Nadine Varaud**

PUBLIC CONCERNE ET PREREQUIS

- Masseur-kinésithérapeute DE
- Pas de prérequis nécessaire

VOTRE FORMATEUR

Diplômée de l'IFMK Montpellier en 1986, Nadine Varaud exerce depuis son activité en libéral, exclusivement consacré à la prise en charge des cicatrices pathologiques et à la rééducation maxillo-faciale. Elle est également formatrice dans ces deux domaines depuis 26 ans.

Elle a commencé à exercer en association avec Mr Jean-Marie HEBTING. Ensemble, ils ont effectué les premières études de cas et les premières publications sur la prise en charge kinésithérapique des cicatrices pathologiques (qui n'étaient pas enseigné à l'époque) avec des chirurgiens de Montpellier (CHU Montpellier et Dr GARY-BOBO-Dr MAINGUY).

Ils ont présenté leurs travaux aux entretiens de Bichat, Journées de Rééducation Fonctionnelle, nouvelles techniques de rééducation en 1993.

PROJET PEDAGOGIQUE

La cicatrisation est la réponse de l'organisme face à une plaie. Elle va permettre à la peau de retrouver ses propriétés d'étanchéité, souplesse et résistance.

La cicatrice physiologique tend à s'approcher le plus possible du tissu initial et de la peau normale. Une cicatrice doit être plane, souple, mobile par rapport aux plans sous-cutanés, indolore, claire et suffisamment longue par rapport aux besoins des mouvements.

Cependant, certaines cicatrices ne régressent pas spontanément et peuvent être invalidantes sur les plans fonctionnel et esthétique.

Il s'agit de cicatrices anormales ou pathologiques.

Le kinésithérapeute doit connaître la physiologie d'une cicatrisation normale et sa physiopathologie pour pouvoir choisir et surtout contre-indiquer certaines techniques de traitement, qu'elles soient manuelles ou mécaniques. Avec l'accord du médecin, il peut également avoir un rôle de conseil sur l'utilisation de certaines crèmes pharmaceutiques. Il n'y a aucune limite dans le temps pour améliorer une cicatrice.

À chaque tableau clinique correspond une technique spécifique, qui est choisie en fonction d'un bilan précis.

L'intérêt des patients et une bonne pratique professionnelle imposent de ne pas utiliser sans discernement les techniques à notre portée. Il est possible d'être délétère sur une cicatrice.

Le kinésithérapeute doit savoir choisir les techniques appropriées et doit posséder les éléments de langage permettant d'argumenter auprès du corps médical.

OBECTIFS

- Connaitre l'anatomie et la physiologie de la cicatrisation permettant de comprendre quand, comment et pourquoi la cicatrisation peut devenir pathologique.
- Savoir réaliser le bilan de la cicatrice et de ses pluri-anomalies.
- Maitriser les techniques manuelles et/ou mécaniques correspondant aux différentes anomalies cicatricielles.
- Acquérir des éléments de langages permettant d'argumenter auprès du corps médical des options de traitement des cicatrices choisis par le kinésithérapeute.

PROGRAMME

JOUR 1 : Nadine VARAUD

- 9h-10h30 : Cours théorique
 - Rappels anatomiques et physiologiques de la peau
 - Physiologie de la cicatrisation
 - Pathologie de la cicatrisation : les cicatrices hypertrophiques
- 10h30-11h15 : Cours théorique
 - Les cicatrices hypertrophiques, les cicatrices rétractiles
- 11h15-12h30 : Pratique - techniques manuelles
 - Prise en charge kinésithérapique :
Les étirements orthodermiques de Morice :
 - adaptés aux cicatrices hypertrophiques
 - adaptés aux cicatrices rétractiles
- 14h00 -14h30 : Pratique - techniques manuelles
 - Les brides cicatricielles
- 14h30 -15H30 : Cours théorique
 - Les cicatrices adhérentes, les cicatrices fibrosées
- 15h30 -16h15 : Pratique - techniques manuelles
 - Les cicatrices adhérentes, les cicatrices fibrosées : palper rouler, pétrissages, étirements
- 16h15 -17h30 : Cours théorique
 - QUIZZ récapitulatif
 - Diaporama : détermination de la pluripathologie, bilan, techniques manuelles proposée
 - Les différents types de réparations (cicatrisation dirigée, pression négative, VAC, caisson hyperbare, sutures, greffes, lambeaux, expansion cutanée)
 - BILANS

JOUR 2 : Nadine VARAUD

- 9h00 - 10H30 : Cours théorique

- Rappels de la journée précédente : physiopathologie de la cicatrisation (interactif) / bilans / techniques manuelles
- Cas cliniques
- Pharmacie : les crèmes cicatrisantes, les crèmes réparatrices
- Pharmacie : les pansements siliconés, les compressions élastiques

10h30 – 11h50 : Cours théorique

- Vacuothérapie

11h50 -12h30 : Pratique

- Pansements siliconés, crèmes, vacuothérapie.

14h00 – 15h30 : Pratique

- Révision des pratiques
- Cicatrices et zones péri-cicatricielles
- Techniques spécifiques adaptées aux zones spécifiques

15h30 -16h45 : Cours théorique

- Les indications, cas pratiques (interactif), protocoles de rééducation
- Pluripathologie cicatricielle

16h45 -17h30 : Pratique

- Cas présentés par les collègues
 - Les grands brûlés
 - Brides cicatricielles endobuccales
-
- Questionnaire

MÉTHODOLOGIE

La formation citée ci-dessus se déroule en présentielle.

Différentes méthodes pédagogiques seront utilisées par le formateur tout au long de la formation :

- la méthode expositive : le formateur expose un contenu avec des apports théoriques et des illustrations
- la méthode interrogative : le formateur interroge, les stagiaires répondent ;
- la méthode active : utilisation d'outils favorisant la participation active, l'engagement et l'implication des stagiaires, l'expérience vécue par les stagiaires est première. Cela se traduit par des exercices pratiques, des mises en situations, du photolangage, des analyses de situation issues de l'expérience des professionnels ;
- la méthode applicative : le formateur organise des jeux de rôle et des exercices d'applications des outils relationnels

SUPPORTS ET MATÉRIELS MIS À DISPOSITION

- Vidéoprojecteur pour affichage du cours sous forme de PowerPoint en salle de formation ;
- PowerPoint envoyé en version numérique avant la formation ;
- Matériels adaptés à l'action de formation.

EVALUATION

- Evaluation par QCM des connaissances théoriques et pratiques des stagiaires avant la formation ;
- Evaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation ;
- Questionnaire de satisfaction à la fin de la formation.

BIBLIOGRAPHIE

- [1] Meaume S. Debure C. Lazareth I. Teot L. L'ulcère de la jambe chez la personne âgée. Les Ulis : John Libbey : Pathologie Science ; 2002.
- [2] Teot L. Meaume S. Plaies et cicatrisation au quotidien. Montpellier : Sauramps Médical ; 2001.
- [3] Teot L. Dereure O. Meaume S. Plaies et cicatrisation. Paris : Masson ; 2005.
- [4] Peyrefitte G. Biologie de la peau. Paris : Masson Cahiers d'esthétique-Cosmétique ; 1997.
- [5] Melissopoulos A. Levacher C. La peau : structure et physiologie. Cachan : Lavoisier Tec et Doc ; 2012.
- [6] Gaillit J, Clark R. Wound repair in the context of extracellular matrix. *Curr Opin Cell Biol* 1994 ; 6 :717-725
- [7] Desmoulière A, Gabbiani. Fibroblast proliferation and matrix synthesis during wound healing and pathological scarring. *J Surg Pathol* 1997 ; 2 :163-169
- [8] Koyama H., Raines WE., Bornfeldt KE., Robert JE., Ross R., Fibrillar collagen inhibit smooth muscle cells proliferation through regulation of cdk2 inhibitors. *Cell* 1996 ; 87 :1069-1078
- [9] Desmoulière A. Factors influencing myofibroblast differentiation during wound healing and fibrosis. *Cell Biol Int* 1995 ;19 :471-6
- [10] Van der Rest M. Biologie du collagène et maladies héréditaires de la matrice extracellulaire. Paris : Médecine/Sciences INSERM ;1987 ; 3 :411-20.
- [11] Berman B., Flores F. The treatment of hypertrophic scars and keloids *European Journal of Dermatology* 1998 ;21 :46-75.
- [12] Boumediene E. Zaidi Z. Boudlem A. Reconstruction mammaire par le grand dorsal pur. Sarrebruck : Universitaires Européennes ; 2020.
- [13] Delay E. Chirurgie plastique et esthétique. Collonges au Mont d'Or : Michel Servet ; 2010.
- [13 bis] l'échelle patient and observer scar assessment scale (POSAS) que l'on peut traduire en français par "échelle d'évaluation des cicatrices patient et observateur" (EECPO).
- [14] Hebling J.M, Varaud N. Jammet P. Chirurgie orbito-palpébrale et masso-kinésithérapie. Paris : Masson : Annales de kinésithérapie ; 1992, t19-8, 429-31.
- [15] Leila Arsan Les bienfaits et les méfaits du soleil sur la santé et les risques de photosensibilisation médicamenteuse U.F.R. des sciences pharmaceutiques Université de Bordeaux 2020 Thèse 131
- [16] F. Borderie Utilisation du rayonnement UV-C comme méthode alternative aux produits chimiques dans la lutte et le contrôle de la prolifération des microorganismes sur les matériaux du patrimoine UFR sciences et techniques Laboratoire Chrono-Environnement (UMR CNRS/UFC 6249, USC INRA) 2014
- [17] OMS | Effets du rayonnement UV sur la santé [Internet]. WHO. [cité 25 févr 2020]. Disponible sur: http://www.who.int/uv/uv_and_health/fr/ consulté mars 2023
- [18] <https://news.un.org/fr/story/2022/07/1124212> ONU info consulté mars 2023
- [19] <https://presse.inserm.fr/cest-dans-lair/cancer-de-la-peau-quelles-avancees-de-la-recherche> consulté mars 2023
- [20] https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/risques_solaires_-_ce_qu_il_faut_savoir_pour_que_le_soleil_reste_un_plaisir_campagne_inpes_.pdf consulté mars 2023
- [21] <https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/Publications/Vie-pratique/Fiches-pratiques/Protection-solaire> consulté mars 2023
- [22] Vayssairat M., Carpentier P. Microcirculation clinique. Collection de médecine vasculaire. Masson Paris 1996.

Collagène et pouvoir anisotrope de la peau :

- [1] Bulletin de l'Académie Nationale de Médecine Elsevier Volume 199, numéro 7, Octobre 2015 , Pages 1199-1209
- [2] Teot L. Dereure O. Meaume S. Plaies et cicatrisation. Paris : Masson ; 2005
- [3] Holzapfel GA (2005) Similarities between soft biological tissues and rubberlike materials. In: Austrell P-E, Kari L (eds) Constitutive models for Rubber IV. Taylor & Francis, London, pp 607–618
- [4]. Holzapfel GA (2001) Biomechanics of soft tissue. In: Lemaitre J (ed) Handbook of materials behavior models. Academic Press, Burlington, pp 1057–1071

- [5] Ni Annaidh A et al (2012) Characterising the anisotropic mechanical properties of excised human skin. *J Mech Behav Biomed Mater* 5:139–148
- [6] Langer K (1861) On the anatomy and physiology of the skin. The Imperial Academy of Science, Vienna. Reprinted in (1978). *Br J Plast Surg* 17(31):93–106
- [7] Darby I.A. , Laverdt B. , Bonté F. , Desmoulière A. Fibroblastes et myofibroblastes dans la cicatrisation des plaies *Clin Cosmet Invest Dermatol.* , 7 (2014) , pp. 301 – 311]
- [8] Desmoulière A. Factors influencing myofibroblast differentiation during wound healing and fibrosis. *Cell Biol Int* 1995 ;19 :471-6
- [9] Berman B., Flores F. The treatment of hypertrophic scars and keloids *European Journal of Dermatology* 1998 ;21 :46-75
- [10] Vayssairat M., Carpentier P. *Microcirculation clinique*. Collection de médecine vasculaire. Masson Paris 1996
- [] Holzapfel GA, Ogden RW (2009) On planar biaxial tests for anisotropic nonlinearly elastic solids. A continuum mechanical framework. *Math Mech Solids* 14(5):474–489
- [] Ciarletta P, Destrade M, Gower AL (2013) Shear instability in skin tissue. *Q J Mech Appl Math* 66(2):273–288 35.
- Destrade M (2015) Incremental equations for soft fibrous materials. In: Dorfmann L, Ogden RW (eds) *Nonlinear mechanics of soft fibrous materials*. Springer, Vienna, pp 233–267

Publications personnelles :

- [15] Varaud N. La kinésithérapie des cicatrices. Paris : Kiné Actualité ; Nov 2010 1212, 19-22.
- [16] Varaud N. Prise en charge kinésithérapique des cicatrices après reconstruction mammaire par lambeau du grand dorsal. Paris : Kinésithérapie Scientifique ; 2018 ;597 :17-20.
- [17] Varaud N., Ferrandez JC. Kinésithérapie de la cicatrice et de la paroi thoracique de la mastectomisée pré- et post-reconstruction mammaire 1998 Cahiers de Kinésithérapie
- [18] Varaud N. La kinésithérapie des séquelles de la cancérologie cervico-maxillo-faciale » N. Varaud 2002 Kinésithérapie Scientifique
- [19] Varaud N. Les douches filiformes en cabinet 1991 Kinésithérapeute Praticien
- [20] Hebling, JM. Varaud N., Gary-Bobo A., Mainguy S La kinésithérapie: alternative ou complément à la chirurgie des paupières » 1993 Journée de Médecine Physique et de Rééducation
- [21] Varaud-Weill, Cicatrices et kinésithérapie après cancer du sein : mise au point kinésithérapique pour ne pas nuire Dossier Cancer du sein : mieux savoir pour mieux accompagner » *Kinesither Rev* 2020;20(227):11–15
- [22] Ferrandez-Varaud Cancer du sein, rééducation, réadaptation , qualité de vie Elsevier 2022
- [23] « Comment prendre soin de ses cicatrices Médisite Santé A-Z Maladies-Cancer du sein »- <https://www.medisite.fr/cancer-du-sein-cancer-du-sein-comment-prendre-soin-de-ses-cicatrices.5654385.38942.html> octobre 2022
- [25] « La peau : Impact des traitements dans le cancer du sein » Nadine Varaud Kiné Actualité 1616- Formation Continue Octobre 2022
- [26] « Cancer du sein : Impact des traitements sur peau » Nadine Varaud-Juan-Maria Alzugurren-Daguerre et Emilie Marquèze Kiné Actualité 1618 Formation Continue Octobre 2022
- [27] Les cicatrices en été Varaud N. Weill F. Paris Kinésithérapie scientifique Mai 2023
- [28] « la peau, impact des traitements dans le cancer du sein » Varaud-Weill, Kinésithérapie sénologique, Paris, kinésithérapie scientifique avril 2024