

PROGRAMME 2026

CONTEXTE

L'endométriose touche environ une femme sur dix : tous les kinésithérapeutes sont ou seront amenés à accompagner des patientes concernées. La prise en charge est nécessairement pluriprofessionnelle, et le kinésithérapeute y a toute sa place.

Cette formation vous donne les clés d'une prise en charge globale et manuelle de l'endométriose, appuyée sur les études nationales et internationales disponibles : reconnaître les signes évocateurs, construire le bilan et le diagnostic kinésithérapique, puis dérouler les techniques de rééducation globales (respiration, étirements, travail postural) et spécifiques de la sphère pelvi-périnéale, en connaissant les autres thérapeutiques de la pluridisciplinarité.

PROFIL DU FORMATEUR

Aurélié Araujo est kinésithérapeute, spécialisée en santé de la femme et en pelvi-périnéologie. Diplômée d'État en 2006 à Toulouse, elle exerce depuis près de vingt ans en libéral, aujourd'hui à la Maison de santé des Vignes de Venerque, en Haute-Garonne. Chez KYMO Formation, elle anime la formation consacrée à l'endométriose, avec une conviction simple : cette maladie touche environ une femme sur dix, sa prise en charge doit devenir l'affaire de tous les kinés.

Clinicienne et universitaire

Elle a complété sa pratique par un DIU de pelvi-périnéologie (Université Paul Sabatier) puis, en 2022, par un DU de recherche en soins cliniques. Formée à l'approche De Gasquet, à la méthode Guilleme et à la thérapie manuelle pédiatrique, elle couvre l'ensemble de la périnatalité : rééducation périnéale, cicatrices de césarienne ou d'épisiotomie, pessaires, diastase abdominale. Sa pratique s'étend à la pédiatrie, jusqu'aux troubles colorectaux de l'enfant.

Engagements et enseignement

Présidente de l'association Kiné Périnée-natalité 31 (AKEP 31) depuis 2020, elle participe aux groupes de travail de l'URPS Occitanie et présente régulièrement ses travaux en congrès, notamment à Paris Santé Femme. Chargée d'enseignement à l'IFMK de Toulouse et directrice de mémoires, elle continue elle-même de se former, entre autres en échographie pelvi-périnéale.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Savoir reconnaître les signes évocateurs d'une endométriose.
2. Apprendre à faire un bilan et à établir un bilan diagnostic kinésithérapique dans le cadre d'une endométriose.
3. Appréhender les techniques de rééducation globale : respiration, étirement, travail postural.
4. Appréhender les techniques plus spécifiques : prise en charge de la symptomatologie pelvi-périnéale.
5. Comprendre l'endométriose : définition, origine, traitement.
6. Ressentir sur soi, reproduire et corriger sur les autres participants les techniques externes.
7. Connaître les autres thérapeutiques utilisées (pluridisciplinarité).

LISTE DES PUBLICS CIBLES

Kinésithérapeutes.

MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée de la formation : 3 jours (jour 1 : 10 h à 18 h, jours 2 et 3 : 9 h à 17 h)

Accréditations : PQQ 24 UFC ; QPP Abdomino-pelvienne 48 pts

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
Jour 1	10 h – 18 h : qu'est-ce que l'endométriose			
	Définition et généralités.			
	Physiopathologie et symptomatologie.			
	Épidémiologie.			
	Prise en charge médicale de l'endométriose : traitements hormonaux, médicaux, chirurgicaux.			
	Bilan diagnostic kinésithérapique dans le cadre d'une endométriose : interroger, analyser, traiter. Organiser son bilan en posant les bonnes questions, en mesurant les déficits et incapacités de la patiente. Trier les informations du bilan afin de pouvoir analyser les résultats obtenus. Dégager les axes de traitement pour organiser la prise en charge.			
	Pratique : test respiratoire.	Travail pratique		
	Pratique : test musculaire.	Travail pratique		
Jour 2	9 h – 17 h : endométriose et kinésithérapie globale			
	Bilan diagnostic kinésithérapique dans le cadre d'une endométriose : interroger, analyser, traiter (suite).			
	Bases posturales et respiratoires.			
	Prise en charge des douleurs en kinésithérapie : massage, étirement, mobilisation articulaire, TENS.		Appareil de TENS	
	Pratique : examen du dos et de l'abdomen.	Travail pratique		
	Pratique : travail sur les postures et leurs conséquences.	Travail pratique		
	Pratique : travail sur les différents types de respirations et leurs utilisations.	Travail pratique		
	Pratique : techniques passives, myotensives, myofasciales, automassage.	Travail pratique		
	Pratique : autotraitement via des étirements.	Travail pratique		

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
Jour 3	9 h – 17 h : endométriose et techniques spécifiques			
	Apprentissage de l'autogestion de la douleur persistante : base de l'éducation aux neurosciences de la douleur.			
	Endométriose et activité physique.			
	Prise en charge des symptômes pelvi-périnéaux : spécificités du bilan et de la prise en charge.			
	Travail sur les fibroses.			
	Endométriose et techniques complémentaires : place de la phytothérapie, de l'alimentation, de l'acupuncture, de l'ostéopathie.			
	Pratique : questionnaires de la douleur.	Travail pratique	Questionnaires de la douleur	
	Pratique : réadaptation à l'effort, apprentissage de l'engagement du transverse abdominal, renforcement musculaire global.	Travail pratique		
	Pratique : palpation externe du périnée.	Travail pratique		
Total	21h			