

# FICHE ORIENTATION

## MASSO-KINESITHERAPIE

### I. Présentation de la filière

#### ✓ PRESENTATION GENERALE DU METIER

L'objectif du masseur-kinésithérapeute (*on va abréger en « MK » parce que c'est long quand même à écrire !*) est de **remettre les patients « sur pieds »**, de traiter leur pathologie via différentes méthodes et techniques, leur permettre de retrouver une autonomie ou les aider à trouver une nouvelle autonomie en fonction de leur handicap. Le MK exerce donc des SOINS également !

Activités pratiquées généralement :

- **Mobilisations** spécifiques et globales de toutes les articulations (*du rachis cervical aux phalanges distales des orteils*)
- Exercices de **renforcement** musculaire
- Manœuvres de kinésithérapie respiratoire
- Massages
- Électrothérapie
- Éducation thérapeutique
- Prévention

Ce sont vraiment des notions générales qu'il faudra adapter à **chaque** pathologie et à chaque patient.

Les études de kiné permettent d'être compétents dans les **3 grands pôles d'action du métier** :

- La **neuro**
- La **cardio-respi**
- Le **locomoteur**

#### ✓ COMPETENCES REQUISES :

Comme dans tous les métiers de la santé il faut de la **patience**, de **l'empathie**, de **l'écoute**, de **l'attention**. Ces deux derniers points sont très importants en kinésithérapie parce que nous faisons partie des soignants avec lesquels les

patients passent le plus de temps (*environ 30 min par jour en hôpital ou en libéral*). Ils peuvent donc nous dire des choses qu'ils n'ont pas forcément révélées au médecin, tant sur le plan physique que moral. C'est à nous à faire ensuite le lien avec le médecin. Ensuite les compétences vraiment spécifiques à ce métier sont :

- **L'endurance physique**, parce que oui, vous allez être debout la plupart du temps, vous allez mettre vos bras et vos mains à contribution. Après ne commencez pas à paniquer, pas besoin d'être sportif de haut niveau ! Mais il faut savoir adopter les bonnes postures (*qu'on vous apprend à l'école, notamment pour le massage*) pour éviter de se faire mal ou de s'user trop vite
- **Aimer le contact** avec les gens au sens propre et au sens figuré, parce qu'en kinésithérapie, les principaux outils de travail, ce sont les maines ! Elles permettent de sentir ce qui se passe sous les doigts (*donc elles aident au diagnostic*) et de soigner !

#### ✓ PRESENTATION GLOBALE DU PARCOURS DES ETUDES

Les études de kinésithérapie se font en **4 années** séparées en 2 cycles, après le concours PACES.

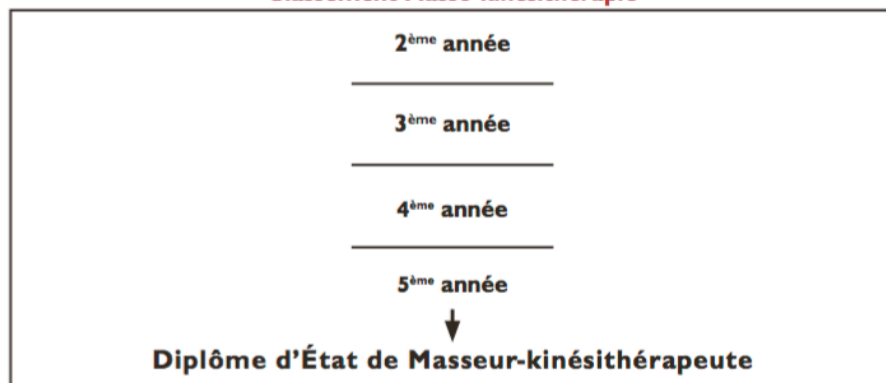
Peuvent être admis en première année de kiné, les étudiants ayant validé :

- la Première Année Commune aux Études de Santé (**PACES**)
- la première année de licence en sciences mention « Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives » (**STAPS**)
- une première année de licence dans le domaine sciences, technologies, santé

Ensuite pour les sportifs de haut niveau, il existe des passerelles.

- Une **convention** signée entre le directeur de l'IFMK et un ou plusieurs présidents d'universités précise les **modalités** retenues pour sélectionner les étudiants et le **nombre de places offertes** respectivement aux étudiants issus de la PACES, de la première année de licence en STAPS ou d'une première année de licence en sciences.
- Cette convention porte sur la totalité des places autorisées au sein de l'institut de formation en masso-kinésithérapie.
- L'admission des **étudiants issus de la PACES** est **prioritaire** dans chaque institut de formation.

**CONCOURS MEDECINE**  
**Classement Masso-kinésithérapie**



## II. La réforme

Grâce à la réforme entrée en vigueur en septembre 2015, les études de kiné se déroulent désormais en **4 ans**. Le but de cette réforme est d'« universaliser » les études de kiné. Il faut **valider des UE** (comme en PACES). Désormais, à la fin des études de kiné lorsque l'on possède son **Diplôme d'État** (= DE) nous possédons **240 ETCS** (=crédits européens). Grâce à ces crédits la possibilité de continuer les études à l'université afin d'obtenir un master est possible. Ce qui ouvre la **possibilité** de faire de la **recherche** en kiné et il y en a vraiment **très** peu donc il faut en profiter ! 😊

## III. Détails de la formation

La **formation** conduisant au diplôme d'Etat de masseur-kinésithérapeute, organisée en **deux cycles** de quatre semestres chacun, dure **quatre années**, soit huit semestres.

Le premier cycle apporte les **enseignements scientifiques, méthodologiques et professionnels fondamentaux** nécessaires à la compréhension des problèmes de santé et des situations cliniques rencontrées en kinésithérapie. Le second cycle, à partir du socle de connaissances théoriques et pratiques acquis, organise le **développement des compétences diagnostiques et d'intervention** kinésithérapique dans tous les champs d'exercice de la profession.

**NB : Avant tout, sachez que le prix des études est susceptible à modification. Je vous ai mis ce qu'on sait aux dernières nouvelles (mais en gros le prix ce sera ça)**

### A. K1

#### ✓ RENTREE ET INSCRIPTION

- La rentrée universitaire commence début septembre et les cours se terminent fin juin
- **Inscription** : elle coûte 3500€ pour l'année (+ 200€ de sécurité sociale). (Il existe des **bourses** et **aides** du conseil régional/général pour financer ses études)

#### ✓ HORAIRES ET COMPOSITION DE L'ENSEIGNEMENT

- Généralement les cours commencent à 9h et finissent entre 16h et 18h (dernière heure très rare) avec souvent 2h pour manger. Ce ne sont pas des semaines plus ou moins chargées. Il faut tout de même être assez attentif et concentré, cela évite ainsi d'avoir du travail à la maison. La majeure partie du travail se fait à l'école surtout la pratique ! Les cours ne sont **pas obligatoires** mais fortement conseillés.
- Nous avons des cours en commun avec les L2 médecine. Par exemple, nous suivons quasiment les **mêmes** cours qu'eux en ce qui concerne la cardio, la pneumo, la BME, la nutrition, le locomoteur. Les cours ont lieu à Pasteur **MAIS** nous restons à l'archet 2 où il y a une retransmission en direct comme pour les cours en PACES. En général, ces cours commencent à 8h.
- L'année se compose **d'enseignements théoriques** comme la biomécanique (physique appliquée au corps humain), la manière de rédiger un rapport de stage ou un mémoire, des cours de massage, des cours médicaux dispensés par des médecins (physiologie, anatomie...).
- Le plus important ce sont les **TD** dans lesquels on apprend vraiment à pratiquer le métier (massage, testing musculaire, palpation, mobilisation, étirements, renforcements musculaires...)

### ① Quel est le matériel requis au cours de cette année ?

Les livres **conseillés** sont le livre d'anatomie du **Pr. Baqué** et également 3 livres écrits par le directeur de l'IFMK : **Arnaud Choplin**. Afin de faire baisser les prix du livre de M. Choplin il est possible de faire une commande **groupée** avec

l'ensemble de votre promo. Sachez qu'il ne touche pas d'argent sur ces livres et reverse les bénéfices à une association.

### ☞ En K1, est-ce qu'on étudie déjà le vrai métier de kiné ?

Il y a un rapport certain avec la finalité de la profession puisqu'on y apprend toutes les bases !! Rien n'est inutile (*pas comme en P1 !*) et tout cela servira à comprendre **ET** à traiter la pathologie. Donc il y a une finalité, ce qui fait que c'est très intéressant même si on a encore un peu de mal à se projeter.

### ☞ Quelles matières enseignées en PACES sont en rapport avec la suite des enseignements de deuxième année ?

- La physiologie, l'anatomie, la SSH (*pas en détail comme en PACES*).

#### ✓ STAGES

- Il y a 2 stages : tous 2 en **milieu hospitalier** ou en **centre**. Le premier stage durera **2 semaines** et le second stage s'étend sur **1 mois**. Ce sont tous deux des stages d'observation (*surtout le premier stage*) où on ne nous demande pas officiellement de pratiquer. Cela permet d'avoir une **première approche** du milieu. Ils sont non rémunérés et se déroulent en **début de semestre** pour le stage de 2 semaines et en **fin d'année scolaire** (*généralement en mai*) pour le stage de 1 mois.

#### ✓ CHARGE DE TRAVAIL ET SYSTEME DE NOTATION

- Il faut travailler régulièrement même s'il s'agit de **partiels**. La charge de travail est assez conséquente mais ne prenez pas peur car tous les cours sont **beaucoup plus intéressants** (*et passionnants*) que ceux de la PACES. Le plus important est la pratique, donc il est possible de rester à l'école après les cours pour pratiquer librement dans les salles de TP.
- Ce qui est appréciable avec cette école c'est que ses locaux sont très **accessibles**, vous pouvez vous y rendre librement de 8h à 19h et user et abuser des tables de travail et accessoires comme l'espalier, les différents coussins, vos mains ... ;). Donc le plus gros du boulot se fait dans l'école !
- Il s'agit de **partiels** en fin d'année. Si nous n'avons pas la moyenne nous allons au rattrapage. Il est préférable de travailler **régulièrement** afin d'éviter les rattrapages. ;)
- Le système s'organise en **Unité d'Enseignement** (=UE) comme en PACES qui sont à valider en fin de semestre.

### ① Les relations avec les enseignants sont-elles bonnes ?

- Oui ils sont **très accessibles** par mail ou en vrai, et n'hésitent pas à répondre à nos questions en dehors des cours voire à venir pour aider pratiquer si vous êtes en difficulté lors de révisions après les cours dans les salles de TP.

### ☞ Existe-t-il une bonne ambiance dans la promotion ?

- Oui ☺ !!!
- Cette année on s'entend tous super bien (*on compte sur vous pour reprendre le flambeau l'année prochaine ! ;)*) Une **bonne entente** et une **cohésion** sont très importants pour avancer, il n'y a plus de concurrence comme en PACES désormais, donc il faut vraiment s'aider pour tous se perfectionner et en finalité passer en deuxième année. Nous avons un groupe de promo sur facebook et un google drive où nous mettons dessus tout ce dont nous avons besoin pour nous entraider. ☺

## B. K2

### ✓ RENTREE ET INSCRIPTION

- Rentrée universitaire début septembre et fin des cours fin juin
- **Inscription** : 3500€ pour l'année

### ✓ HORAIRES ET COMPOSITION DE L'ENSEIGNEMENT

- Généralement, les journées commencent à 9h et se terminent vers 17h.
- En 2<sup>e</sup> année, on apprend encore de la théorie. Nous avons encore beaucoup de cours en commun avec les L3 médecine (*même principe que l'année précédente avec la retransmission en direct des cours*). Nous avons toujours des **TD** afin de continuer notre formation.
- En 2<sup>ème</sup> année nous avons **2 stages de 6 semaines chacun**. Le but des stages de 2<sup>e</sup> année est d'aller dans plusieurs secteurs différents (*pédiatrie, gériatrie, traumatologie, rhumatologie, sports, neurologie etc...*) pour explorer au maximum tous les types de patients que nous sommes susceptibles de prendre en charge. Ils permettent aussi d'apprendre à être autonome avec un patient, apprendre à faire un bilan diagnostique kinésithérapie (=BDK, *ça vous allez en entendre parler tout le temps* !!) pour pouvoir ensuite établir un programme de rééducation spécifique au

patient, mais aussi de mettre en application tous ce qu'on a appris à l'école. BREF, c'est le métier qui rentre !

- Les matières enseignées au cours de l'année :
  - o Pédiatrie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Traumatologie/orthopédie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Rhumatologie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Gériatrie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Neurologie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Respiratoire (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Gériatrie (*pathologies et prise en charge kiné*)
  - o Psychologie ; Kinésithérapie et sports
  - o Masso-kinésithérapie, technologie

① Les relations avec les enseignants sont-elles bonnes ?

Oui, vous pouvez aller les voir très facilement, ainsi que le directeur.

La K2 marque la fin du 1<sup>er</sup> cycle des études.

### C. K3

#### ✓ RENTREE ET INSCRIPTION

- **Inscription** : 3 500€ pour l'année.

#### ✓ HORAIRES ET COMPOSITION DE L'ENSEIGNEMENT

- En 3<sup>e</sup> année, c'est la fin des cours en retransmission avec les médecines. On a encore des UE à valider et le rythme est le même (*alternance cours/stage*) avec le **stage mémoire** au cours de l'année! (*qui permet de faire son mémoire pour obtenir le Diplôme d'Etat de Masseur-Kinésithérapeute*). Suite au stage mémoire, un stage en **libéral** de 6 semaines a lieu.
- La rémunération des stages augmente en 3<sup>e</sup> année (40€ hebdomadaire)

? Quelles sont les possibilités pour faire des études plus longues ?

Grâce à la réforme sur les études en masso-kinésithérapie, l'obtention de **240 ECTS** permet de poursuivre dans les études universitaires afin de se spécialiser

dans un domaine particulier de la kiné. De plus, la **recherche** est ouverte en kiné et il faut en profiter car il y en a très peu !

### ✓ K4

#### ✓ RENTREE ET INSCRIPTION

- **Inscription** : 3 500€ pour l'année.

#### ✓ HORAIRES ET COMPOSITION DE L'ENSEIGNEMENT

- Ça y est on y est : c'est la dernière année. Tout au long de l'année on continue de faire son mémoire et en fin d'année on le présente lors de la soutenance afin d'obtenir le **Diplôme d'État en Masso-Kinésithérapie**.
- Un stage de 12 semaines dit « **Stage Clinicat** » a lieu afin de compléter son stage mémoire. La rémunération est également de 40€ hebdomadaire.
- La K4 marque la fin du 2<sup>nd</sup> cycle et des études à l'IFMK.

## IV. La pratique professionnelle

### ✓ SPECIALISATIONS DE LA PROFESSION

Tout comme on l'a dit précédemment, la réforme permet la poursuite du cursus universitaire afin de se spécialiser dans un pôle de la masso-kinésithérapie.

### ✓ MODES D'EXERCICES

Un kiné peut exercer en **libéral** (*80% des praticiens*), en **hôpital** (*on est alors des fonctionnaires*) et dans une **clinique** (*où on a le statut de salarié*). On peut travailler à temps plein dans ces structures, ou à mi-temps...

### ✓ INSTALLATION EN LIBERAL

- C'est nouveau, ça vient de sortir, les futurs kinés diplômés (*donc vous, moi...*) n'ont plus le droit de s'installer, parce que la région PACA est une région surdotée... Donc, pour le libéral il faut soit remplacer un kiné qui part à la retraite, soit être associé.

- Du bébé au vieillard ou au sportif, en passant par l'handicapé physique voire mental, le kiné a une patientèle **variée**. Mais cette patientèle peut-être plus ou moins **ciblée**, par exemple, le kiné d'une équipe de foot ou le kiné du service de la pédiatrie.

### ✓ COMPETENCES ET ROLES

Les actes de kiné se font sur prescriptions médicales le plus souvent. Le kiné choisit ensuite en fonction de la prescription les techniques les plus appropriées pour soigner le patient.

Un kiné utilise toutes sortes de machines en fonction de sa spécialité :

- Des machines de musculation en centre de rééducation
- Des électrodes en cabinet
- Des électromyogrammes et d'autres machines !

Au sein d'un service hospitalier, il est le témoin de la récupération et réadaptation physique du **patient** et transmet les résultats ou les progrès des patients au médecin qui les suivent, via le dossier de kiné et pendant les STAFF. Il fait vraiment partie de l'équipe pluridisciplinaire qui prend en charge les patients.

### 🐾 Quelle la différence entre kinésithérapie et ostéopathie ?

**L'ostéopathie est une discipline de la kinésithérapie.** Les matières exclusivement apprises en école de kiné, comme la biomécanique, la gymnastique médicale expliquent l'incidence qu'un mouvement peut avoir sur le reste du corps. Cette notion n'est pas abordée en école d'ostéopathie.

Donc, un kiné doit être capable de réduire une luxation de manière vulgaire et de proposer des exercices au patient pour diminuer les douleurs mécaniques récidivantes. La kinésithérapie a un but **curatif** alors que l'ostéopathie soulage mais ne soigne pas.

### ✓ REMUNERATION

En salarié/fonctionnaire, le salaire est fixe (*environ 1400 € pour un kiné débutant, 2400€ pour une carrière avancée*).

En libéral, le montant du salaire **varie en fonction du nombre d'actes** que l'on réalise. On gagne plus en libéral mais pour ça il faut travailler plus qu'en salarial.

### ✓ LES + ET LES – DE LA FILIERE

Ce métier est valorisant parce qu'on peut vraiment voir si on **produit un travail efficace et utile** au patient. Le kiné est celui qui passé le plus de temps avec lui. Ce qui est bien aussi c'est qu'on peut un peu toucher à tous les domaines (*respi, pédiatrie, traumato du sport...*) et continuer de se former par la suite pour être au top du top !!!

## V. Les diverses pratiques du métier

### ✓ RECHERCHE EN KINE

La recherche en kiné est **possible** cf. la réforme dont j'ai beaucoup parlé :P

### ✓ STAGES & PRATIQUE A L'ETRANGER - HUMANITAIRE

- Pour tout ce qui est stage ou pratique du métier à l'étranger, les équivalences ne sont pas simples à avoir, parce que le système de santé est parfois différent ainsi que les professions (*aux USA par exemple il n'existe pas que la profession de kiné, il y a aussi l'assistant-kiné, l'assistant de l'assistant-kiné*)
- En revanche, le diplôme d'Etat de Masseur-Kinésithérapeute est valable **dans toute l'Union Européenne** (*après autorisation d'une commission du pays concerné*)
- Il est aussi possible d'aller faire des missions humanitaires, par exemple en travaillant dans des ONG (*Médecins Sans Frontières...*)

### Adresse et contacts :

**IFMK NICOIS**

**Hôpital Archet 2 Niveau -3**

**151, Route Saint Antoine de Ginestière**

**06302 NICE Cedex 3**

**Tél : 04.92.03.64.33** (*Secrétariat ouvert de 8h30 à 17h/18h en général. Et la secrétaire est très gentille!*)