

Prise en charge et prévention des pathologies sportives

Techniques de rééducation et Thérapie manuelle - 7 stages de 3 jours

CONTENU DE LA FORMATION

Stage 1 : Thérapie

OBJECTIF DE LA FORMATION :

Cette formation exclusivement pratique vous permettra d'aborder les pathologies sportives selon différentes approches : structurale, fonctionnelle, myotensive et conjonctive. Comprendre et traiter les pathologies sportives.

PUBLIC CONCERNÉ :

- Masseurs-Kinésithérapeutes DE
- Pré requis : aucun

MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir de notre site par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du Contrat de formation signé.

MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Partie théorique suivie de la partie pratique.

TEMPS DE FORMATION :

21 jours (7 stages de 3 jours de 21 heures chacun).
Total : 147 heures.

FORMATEURS POUR KINÉ FORMATIONS :

- Thierry BLAIN - Masseur Kinésithérapeute DE - Stages 1 - 2 - 4 - 7
- Jean-Yves VANDEWALLE - Kinésithérapeute - 2 jours en Crochetage thérapie au stage 3
- Patrick ZANETTI - Kinésithérapeute DE - Ostéopathe DO - Stages 5 et 6
- Martial QUIN - Masseur-Kinésithérapeute DE - DIU en Alimentation santé nutrition (Initiation en nutrition) - Stage 7
- Marc ÉTIENNE - Masseur-Kinésithérapeute DE (Initiation Technique Jones) - Stage 7

Jour 1

- Présentation des participants
- Bilan des compétences et formations déjà effectuées
- Attentes des participants par rapport à cette formation
- Objectifs de la formation
- Principes pédagogiques
- Principes thérapeutiques utilisés
- Apprentissage des gestes et postures thérapeutiques
- Les dysfonctions de la cheville et du pied
- Techniques de test de mobilité de la talo-crurale, sous-talienne, naviculaire, cuboïde
- Techniques de normalisation de la talo-crurale, sous-talienne, naviculaire, cuboïde
- Liens avec les pathologies sportives

Jour 2

- La tibio-fibulaire inférieure
- Implication dans les entorses de cheville
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Implication dans les entorses de cheville
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Bilan du genou : ligament, ménisques, muscles
- Test et approche des problèmes méniscaux
- Techniques de normalisation de ménisque interne et externe
- La femoro-tibiale
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

Jour 3

- La coxo fémorale
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Le psoas iliaque
- Rappels anatomiques
- Tests
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Le piriforme
- Tests
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- L'os iliaque
- Test de mobilité
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives

SARL KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart
08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES
Tél. : 0810 901 998
www.kine-formations.com
Déclaration activité : 21 08 00367 08

Stage 2 : suite Thérapie

Jour 1

- Le sacrum
- Physiologie
- Anatomie palpatoire
- Relations périphériques
- Anatomie pratique et palpatoire
- Techniques de normalisation
- Relation avec les pathologies sportives
- Pathologies sportives en relation avec les éléments déjà vus.

Jour 2

- La colonne vertébrale
- Physiologie
- Tests et normalisations lombaires
- La colonne dorsale et les côtes
- Physiologie
- Tests et normalisations lombaires

Jour 3

- Pratique des contentions souples appliquées au sport
- Pathologies sportives en pratique
- Entorse tibio-fibulaire
- Périostite
- Pubalgie
- Syndrome de la bandelette ilio-tibiale

Stage 3 : Crochetage et pathologies sportives

Jour 1

- Présentation de la méthode et apprentissage du geste thérapeutique
- Anatomie palpatoire et pratique du crochetage sur le membre inférieur
- Suite Anatomie palpatoire et pratique du crochetage sur le membre inférieur

Jour 2

- Anatomie palpatoire et pratique du crochetage sur le membre supérieur
- Anatomie palpatoire et pratique du crochetage sur les muscles du dos
- Cas pratiques rencontrés en cabinet
- Traitement des pathologies sportives : tendinites, névralgies, lésions musculaires, contractures, pubalgies ...

Jour 3

- Révision et mise en situation des techniques vues jusqu'à ce jour
- Traitement des pathologies sportives

Stage 4 : Kinésithérapie de la sphère abdominale

Jour 1

- Intérêt de la kinésithérapie de la sphère abdominale
- Les incidences de la digestion sur les troubles musculo-squelettiques
- Anatomie palpatoire de l'abdomen
- Bilan palpatoire de l'abdomen
- Le foie
- Anatomie et moyens d'unions du foie
- Mobilité du foie
- Signes cliniques fonctionnels du foie
- Tests de mobilité du foie
- Diagnostic d'exclusion
- Techniques manuelles sur le foie
- Phytothérapie du foie
- Mode alimentaire correspondant aux difficultés hépatiques

Jour 2

- La vésicule biliaire
- Anatomie de la vésicule biliaire et des voies biliaires
- Physiologie de la vésicule biliaire et rôle spécifique dans la digestion
- Signes cliniques fonctionnels et contre indications aux traitements manuels
- Palpation de la vésicule biliaire
- Test de Murphy
- Techniques manuelles de vidange et stimulation de la fonction hépato-biliaire
- Intérêt du diaphragme dans le viscéral
- Techniques manuelles spécifiques du diaphragme à visée digestive
- Anatomie de l'estomac
- Physiologie de l'estomac
- Tests de l'estomac et de ses dysfonctions
- Techniques manuelles de l'estomac et du duodénum
- Conseils pratiques pour les pathologies de l'estomac : gastrite, hernie hiatale, paresse digestive.

Jour 3

- Anatomie de l'intestin grêle et du gros intestin
- Physiologie spécifique du jéjunum, iléon, gros intestin, caecum, sigmoïde
- Rôles digestifs, immunitaires, nerveux
- Techniques manuelles sur l'intestin grêle
- Techniques manuelles sur le gros intestin
- Conseils alimentaires
- Compléments alimentaires de l'intestin
- Le rein et son importance en kinésithérapie
- Anatomie du rein
- Physiologie du rein
- Répercussion des troubles rénaux fonctionnels sur les pathologies musculo-squelettiques
- Techniques manuelles du rein
- Phytothérapie du rein
- Conseils sur les qualités des eaux et la quantité nécessaire à boire
- Synthèse du week-end "*viscéral*".

Stage 5 : Thérapie manuelle du membre supérieur

Jour 1

- Comprendre le fonctionnement mécanique du membre supérieur
- Apprentissage des gestes thérapeutiques
- Les chaînes descendantes du membre supérieur
- Théorie
- Pratique tissulaire
- Présentation du complexe ostéo-articulaire de l'épaule
- Approche tissulaire globale
- Les lésions claviculaires
- Théorie et pratique

Jour 2

- Pompage articulaire de la gléno-humérale
- Lésion d'infériorité de la gléno-humérale
- Lésion de supériorité de la gléno-humérale
- Correction d'une tête humérale antérieure
- Correction d'une tête humérale postérieure
- Lésions sus-sternales : tests - corrections
- Lésions sous sternales : tests - corrections
- Lésions retro sternales
- Tests - corrections
- Libération en pince du triceps
- Étirement en pince du grand pectoral
- Lissage conjonctif du sous épineux (infra spinatus)

Jour 3

- Lissage conjonctif du trapèze
- Libération du muscle trapèze (trapezus)
- Libération du sous clavier
- Libération du petit pectoral
- Mobilisation préparatoire de l'épaule
- Normalisation globale de l'épaule
- Luxation de l'épaule
- Déblocage global du coude
- Lésion de la tête radiale postérieure
- Lésion de la tête radiale antérieure
- Luxation de broca ou luxation douloureuse du coude de l'enfant
- Libération des muscles de l'avant-bras
- Libération du brachio radial
- Traitement du poignet à trois temps

Stage 6 : Thérapie manuelle du membre inférieur

Jour 1

- Crochetage du tendon perforé des fléchisseurs des doigts
- L'entorse de la trapézo-métacarpienne du pouce
- Lésion des os du carpe
- Cisaillement du carpe
- Syndrome du canal carpien
- Thérapie manuelle du canal carpien
- Mobilisation de l'aponévrose palmaire
- Décompression de l'arche carpienne
- Conclusion sur le membre supérieur
- Cas pratiques
- Questions réponses

Jour 2

- Traitements ligamentaires et musculaires - Techniques complémentaires
- Techniques manuelles sur les muscles et tendons chez le sportif
- Évaluation couche par couche tissulaire
- Couche cutanée et aponévrotique
- Techniques manuelles sur la relation peau tissu conjonctif sous cutané
- Mobilisation en glissement
- Mobilisation en décompression
- Mobilisation contre résistance
- Recherche de lésions musculo-aponévrotiques

Jour 3

- Techniques manuelles sur les muscles et tendons chez le sportif
- Mise en évidence de contracture : tests
- Protocole de traitement
- Mise en évidence d'une lésion musculaire : tests
- Protocole de traitement
- Mise en évidence de point Trigger
- Incidence dans la pratique sportive
- Traitements
- Techniques de massage spécifique aux sportifs

Stage 7 : Alimentation santé et kinésithérapie

Jour 1

- Questionnaire écrit à remplir par chaque participant afin d'apprécier leurs connaissances par rapport au sujet abordé
- Définition de la Santé
- Quelques chiffres à propos des maladies actuelles. Le rôle des aliments. La notion de calories.

L'intestin

- La paroi intestinale
- La flore intestinale et ses différentes fonctions
- Le concept de la perméabilité intestinale
- La réponse immunitaire : comprendre le déroulement d'une réaction immunitaire et ses conséquences sur l'organisme
- La réaction inflammatoire : ses origines, ses conséquences sur l'organisme
- Quiz sur l'intestin et l'immunité
- Travaux pratiques par groupes sur des cas cliniques concrets
- Mise en commun des informations et corrections pour tout le groupe
- Les radicaux libres
- Définition
- Leurs origines et leurs fonctions dans l'organisme
- Les moyens de défense anti-radicalaire

Jour 2 : Les grands points de la technique SCS

- Présentation de la méthode Strain Counterstrain
- Historique
- Mode d'action thérapeutique de la méthode Strain Counterstrain
- Principes précis de la méthode Strain Counterstrain
- Démonstrations de la méthode Strain Counterstrain
- Points du membre supérieur de la méthode Strain Counterstrain - Pratique
- Points du membre inférieur de la méthode Strain Counterstrain - Pratique
- Points de la colonne vertébrale de la méthode Strain Counterstrain - Pratique

Jour 3 : Technique de mobilisation du tissu conjonctif aidé par la vacuothérapie

- Présentation et historique sur les différentes méthodes de vacuothérapie
- Mode d'action et intérêt en kinésithérapie
- Démonstrations pratiques
- Traitement des cicatrices
- Apprentissage des différentes méthodes de vacuothérapie
- Mise en application des différentes méthodes et outils sur les pathologies rencontrées en cabinet de kinésithérapie.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.
- **Méthode expérientielle** : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie Cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique sur un modèle anatomique, devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- Fourniture des supports de cours de la formation, version papier.
- Vidéo-projecteur : Diaporama de la formation.
- Vidéos anatomiques.
- Ostéologie de démonstration.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Une évaluation pré et post formation sera demandée aux participants.
- Le Formateur résumera chaque partie de son cours et s'assurera que chaque participant a intégré son contenu.
- Le Formateur s'assurera que chaque participant exécute correctement les gestes thérapeutiques et l'exécutera avec lui, si nécessaire.
- En fin de formation, un temps de questions-réponses sera proposé afin d'éliminer des points non compris.

BIBLIOGRAPHIE :

- L'architecture du corps humain vivant : Le monde extracellulaire, les cellules et le fascia révélés par l'endoscopie intratissulaire (1 DVD) - de Jean-Claude Guimberteau et Colin Armstrong - 17 juin 2016
- Guide pratique des contentions : Strapping & taping, tous les montages à connaître de Christophe Geoffroy - 30 mai 2012
- Anatomie pour le mouvement, tome 1 : Introduction à l'analyse des techniques corporelles de Blandine Calais-Germain - 2005
- Techniques de renforcement musculaire en rééducation : Traumatologie du sport, Pathologie de l'appareil locomoteur - de Jürgen Buchbauer et Kurt Steininger, 10 février 2003
- Mincir sur mesure grâce à la chrono nutrition de Alain Delabos
- Micronutrition, santé et performance : Comprendre ce qu'est vraiment la micronutrition de Denis Riché et Didier Chos
- Les secrets de la micronutrition de Bertrand Guérineau
- Nutrithérapie - Bases scientifiques et pratique médicale du Dr. Jean-Paul Curtay
- Micronutrition dans votre assiette de Alain Triaire et Jean-Marie Pelt.

Auteur du premier livre sur le crochetage :

- Publications : Traité pratique de crochetage 2008 - Jean-Yves Vandewalle
- Contribution à l'étude des effets de la fibrolyse diacutanée sur le triceps sural Vezely 2000 - Introduction à la connaissance du glissement des structures sous cutanées - Dr Guimberteau
- Morfometria arteriolar de tendao calcaneo apos o usos de crochetagem baumbarth 20 - 2005
- Les Chaînes Musculaires : Tome 4, Membres Inférieurs Busquet
- Les chaînes musculaires, tome 1 : Tronc, colonne cervicale, membres supérieurs de Léopold Busquet
- Mobilisation of the Nervous System de David S. Butler
- Base physiologique de l'ostéopathie de Irvin M. Korr
- Atlas d'anatomie humaine de Frank Netter - Les fascias : Rôle des tissus dans la mécanique humaine de Serge Paoletti et Peter Sommerfeld
- Atlas d'anatomie palpatoire de Serge Tixa
- La vacuothérapie en médecine chinoise traditionnelle de Patrice Lakhdari et Joël Fournier - 2008
- Technique des Ventouses de Hedwig Piotrowski-Manz et Jean-Luc Pradel - 2014
- Thérapie par les Ventouses de Daniel Henry - 2001
- La médecine des ventouses de Daniel Henry - 2016
- Thérapie par les ventouses de Ilkay Zihni Chirali et Julian Scott - 2007
- La médecine des ventouses : Tome 2 - Cupping - Thérapie médecine Daniel Henry - 2010

NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE

Pour aller plus loin, [rendez-vous sur notre site](#)

