

Prise en charge et prévention des pathologies sportives Techniques de rééducation et Thérapie manuelle - 7 stages de 3 jours

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 NÉCESSAIRE POUR SUIVRE LA FORMATION :

Posséder le diplôme du public concerné.

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.

E-learning : Tendinopathie (David LE GALL) - Prise en charge des sportifs - Influence de la musique sur la performance sportive (Tanguy ZIRNHELD) - Préparation physique (Clément GALIEN).

TEMPS DE FORMATION :

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

FORMATEURS POUR KINÉ FORMATIONS :

- Thierry BLAIN
- Patrick ZANETTI
- Maxime MOUILLEBOUCHE
- Guillaume VASSOUT
- Clément GALIEN
- Jean-Yves VANDEWALLE

KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart
08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES
TÉL. : 01 42 22 63 50
www.kine-formations.com
Déclaration activité : 21 08 00367 08

CONTENU DE LA FORMATION

Stage 1 : Thérapie manuelle membres inférieurs

Jour 1

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Présentation des participants
- Bilan des compétences et formations déjà effectuées
- Attentes des participants par rapport à cette formation
- Objectifs de la formation
- Principes pédagogiques

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

- Principes thérapeutiques utilisés
- Apprentissage de la main palpatoire
- Les différents types de structures à palper et leurs approches
- Anatomie fonctionnelle du pied et de la jambe
- Palpation genoux et cuisse : osseux, ligamentaire, musculaire, tendineux et vasculo-nerveux
- Bilan, clinique et technique de normalisation articulaire

Jour 2

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Anatomie fonctionnelle du bassin
- Palpation bassin osseux, ligamentaire, musculaire, tendineux et vasculo-nerveux
- Anatomie fonctionnelle du rachis lombaire et thoracique
- Palpation rachis lombaire et thoracique osseux, ligamentaire, musculaire
- Bilan, clinique et technique de normalisation ligamentaire

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

- Anatomie fonctionnelle de l'abdomen et du thorax
- Palpation abdomen et thorax organique, musculaire et vasculaire
- Examen clinique abdominal et technique de normalisation
- Anatomie fonctionnelle du rachis cervical
- Palpation rachis cervical osseux, ligamentaire, musculaire, tendineux et vasculo-nerveux
- Bilan, clinique et technique de normalisation musculaire

Jour 3

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Anatomie fonctionnelle du crâne et massif facial
- Palpation crâne et massif facial osseux, musculaire et vasculo-nerveux
- Bilan, clinique et technique de normalisation vasculaire
- Anatomie fonctionnelle épaule
- Palpation épaule osseuse, ligamentaire, musculaire, tendineux et vasculo-nerveux.

Après-midi de 13h30 - 16h00 :

- Anatomie fonctionnelle du membre supérieur
- Palpation membre supérieur osseux, ligamentaire, musculaire, tendineux et vasculo-nerveux
- Bilan, clinique et technique de normalisation nerveuse
- Révision des techniques de normalisation
- Bilan postural global et test d'inhibition
- Hiérarchisation d'un traitement

Stage 2 : thérapie manuelle bassin et colonne

Jour 1

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Le sacrum.
- Physiologie.
- Relations périphériques.
- Anatomie pratique et palpatoire.

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

- L'os iliaque.
- Test de mobilité.
- Techniques de normalisation.
- Relation avec les pathologies sportives.

Jour 2

Matin de 8h30 - 12h00 :

- La colonne vertébrale.
- Physiologie.
- Tests et normalisations lombaires.

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

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

Jour 3

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Pratique des contentions souples appliquées au sport.
- Pathologies sportives en pratique.
- Entorse tibio-fibulaire.

Après-midi de 13h30 - 16h00 :

- Périostite.
- Pubalgie.
- Syndrome de la bandelette ilio-tibiale.

Stage 3 : thérapie manuelle membres supérieurs

Jour 1

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Le complexe de l'épaule.
- Rappels anatomiques.
- Bilan pratique.
- Pathologies rencontrées.

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

- La gléno-humérale.
- Test de mobilité.
- Techniques de normalisation.
- Relation avec les pathologies sportives.

Jour 2

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Clavicule.
- Test de mobilité.
- Techniques de normalisation.
- Relation avec les pathologies sportives.
- Omoplate.
- Test de mobilité.

Après-midi de 14h00 - 18h00 :

- Techniques de normalisation.
- Relation avec les pathologies sportives.
- Le coude.
- Test de mobilité.
- Techniques de normalisation.
- Relation avec les pathologies sportives.

Jour 3

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Le poignet.
- Test de mobilité.
- Techniques de normalisation.

Après-midi de 13h30 - 16h00 :

- Relation avec les pathologies sportives.
- Synthèse.
- Question - réponse. Mise en pratique par chaque participant.

Stage 4 : Kinésithérapie viscérale orientée sport

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 : crochetage, révisions, cas cliniques et gestion du cabinet

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

- Révisions, cas cliniques et gestion du cabinet.

Stage 6 : tendinopathie et lésions musculaires

Jour 1

Matin de 8h30 - 12h00 :

- Présentation personnelle.
- Présentation des étudiants et domaine d'exercice.
- Attentes de la formation de 3 jours.
- Retour sur EBP c'est quoi ? Remettre en avant la pratique et l'expérience clinique du praticien.
- Rappels sur l'intérêt du travail excentrique dans la rééducation du sportif (tendinopathies, LCA, lésions musculaires, pubalgies ...).

Après-midi de 14h00 - 18h00 : Comprendre et rééduquer la pubalgie.

1. Anatomie compréhensive du carrefour pubien.
2. Physiopathologie et démembrement.
3. Épidémiologie et incidence.
4. Le bilan médical.
5. Examen clinique.
6. Diagnostics différentiels.
7. Imagerie.
8. Objectifs thérapeutiques et principes de rééducation.
9. Rééducation et bilan kiné méthodologie.
10. Programme de rééducation.
11. Pubalgie et chirurgie.
12. La prévention : évolution du 1PTR - éducation thérapeutique - tests de dépistage et de profils à risques.

Jour 2

Matin de 8h30 - 12h00 : Prise en charge d'une ligamentoplastie du LCA.

1. Le LCA : épidémiologie, facteurs de risques, anatomie.
2. Traitement chirurgical du LCA, différents types de chirurgie.
3. Bilan kiné du LCA sportif.
4. Rééducation / réathlétisation, quel protocole ?
5. RTP et prévention.
6. Idées fortes de la prise en charge du LCA.

Après-midi de 14h00 - 18h00 : Les lésions musculaires.

1. Définitions et anatomo-pathologie.
2. Régénération musculaire.
3. Épidémiologie.
4. Sites de lésions et diverses classifications.
5. Facteurs de risques.
6. Bilan médical de la lésion musculaire.
7. Bilan kiné de la lésion musculaire.
8. Le traitement kiné.

Jour 3

Matin de 8h30 - 12h00 : Lésions tendineuses et actualités.

1. Rappels anatomiques.
2. «Tendinites» versus tendinopathie, c'est quoi ?
3. Continuum du tendon selon Jill COOK.
4. Examen clinique de la tendinopathie.
5. La rééducation de la tendinopathie.
6. Le traitement médical et/ou chirurgical.

Après-midi : bilan de la formation.

Table ronde et débat autour des sujets traités.

Évaluations pratiques sur différents thèmes de la formation et révisions.

Fin de la formation.

Stage 7 : préparation physique et ventouses

Jour 1

- 8h30-9h00 : Présentation du groupe et attente.
- 9h00-10h00 : La coordination : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 10h00-11h00 : L'endurance : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 11h00-12h00 : La vitesse : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 13h30-15h00 : Le travail en résistance : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 15h00-16h00 : La force : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 16h00-17h00 : La souplesse : définition, testing et développement et méthodes complémentaires.
- 17h00-18h00 : Le travail en altitude.

Jour 2 :

- 8h30-9h00 : Échauffement (pratique).
- 9h00-10h00 : Testing et développement : coordination, endurance et vitesse (pratique).
- 10h00-11h00 : Testing et développement : force (pratique).
- 11h00-11h30 : Testing et développement : souplesse (pratique).
- 11h30-12h00 : Prévention et récupération (pratique).
- 13h30-15h00 : Les différences entre enfant/adulte et homme/femme.
- 15h00-16h00 : Diverses approches mentales.
- 16h00-17h00 : Planifier, périodiser et programmer un travail physique.
- 17h00-18h00 : Prévention des blessures et récupération.

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](#)

