



Formation : Approche clinique du renforcement musculaire chez le lombalgique : du sédentaire à l'athlète

Intervenant : Pierre Yves Bouhana

Nombre d'heures : 2 jours – 15 heures

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre la problématique de la lombalgie
- Identifier les patients qui ont besoin d'être référés (drapeaux rouges) et les drapeaux jaunes (croyances et comportements)
- Repérer grâce à l'interrogatoire et l'examen, les patients qui peuvent tirer bénéfice d'un renforcement musculaire
- Définir des objectifs de traitement adaptés à la situation clinique
- Adapter et planifier le travail actif de la phase aiguë à la phase de retour à l'activité professionnelle/sportive
- Savoir ré-évaluer son patient et définir un pronostic

Public visé : Masseur Kinésithérapeutes DE

Pré-requis : avoir un diplôme de MKDE

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement : la formation alternera des séquences théoriques sous forme de PowerPoint et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'action : signatures des feuilles d'émargement par 1/2 journées chaque jour de formation par les participants et contresignées par l'intervenant.

Appréciation des résultats de l'action : chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction.

Modalités d'évaluation : réalisation d'une évaluation pré-formation en début de formation le matin du premier jour et d'une évaluation post-formation à la fin du dernier jour de formation.



Programme :

JOUR 1

8h30 - 9h Introduction et inventaire des problèmes rencontrés par les participants, évaluation pré formation

9h - 9h30 Généralités sur le raisonnement clinique

9h30 - 10h30 Proposition d'un scénario clinique : Bilan et classification du patient

Proposé : patient sensible à la flexion, à l'extension, problématique de rotation ou latérale, patient non classifiable

10h30 - 10h45 Pause

10h45 - 12h Modification de symptômes, Tests-Retests et recrutement musculaire

12h - 12h15 Réponses aux questions et discussion

12h15 - 13h45 Repas

13h45 - 14h15 Problématique de la lombalgie et du déconditionnement physique

14h15 - 14h45 Réflexion sur l'analyse de l'activité du patient

14h45 - 16h Variabilité de mouvement - théorie et mise en pratique

16h - 16h15 Pause

16h15 - 17h15 Endurance musculaire du patient lombalgique et mise en pratique

17h15 - 17h30 Conclusion de la 1ère journée et réponse aux questions

JOUR 2

8h30 - 8h45 Retour sur le premier jour

8h45 - 9h15 Limites de l'endurance musculaire / réflexions selon la situation clinique

9h15 - 10h30 Travail de Force et optimisation fonctionnelle

10h30 - 10h45 Pause

10h45 - 12h15 Puissance musculaire et lombalgie : théorie et mise en pratique

12h15 - 13h45 Repas

13h45 - 15h Planification, retour au sport et contraintes liées à l'exercice libéral

15h - 15h15 Pause

15h15 - 16h Scénarios cliniques et réflexion sur les exercices adaptés

16h - 16h15 Réponse aux questions

16h15 - 16h30 Conclusion de la formation et évaluation post formation