



PROGRAMME 2019 BLOOD FLOW RESTRICTION :

Indications et utilisations en kinésithérapie du sport

PRINCIPES ET PUBLIC CIBLE

Depuis une dizaine d'années la médecine sportive porte un intérêt croissant aux méthodes de travail musculaire avec restriction vasculaire.

Son principal avantage est de permettre une stimulation musculaire intense en utilisant une charge relativement faible, rendant son application possible dans les premières phases de réhabilitation ou dans l'objectif de limiter les risques physiques inhérents au travail à charges lourdes.

Les constatations scientifiques de ces dernières années mettent l'accent sur son rôle important dans la prise en charge de nombreuses pathologies visant le squelette appendiculaire et suggèrent son intégration dans les stratégies de réhabilitation.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

La formation Blood Flow Restriction (BFR) a pour principe de vous proposer d'acquérir les compétences nécessaires à la mise en place de cette méthode.

- Adaptations physiologiques.
- Modalités pratiques.
- Sécurité.

PRÉ-REQUIS

Etre Kinésithérapeute DE

DÉROULEMENT

1 journée de formation (7h30) en cours collectifs (théorie et pratique)

Matin

- Accueil des participants, évaluation des connaissances.
- Rappels des données et avancées scientifiques concernant le muscle et son renforcement : physiologie, anatomie, architecture, les méthodes de renforcement, l'adaptation ...
- Présentation et bases scientifiques du BFR, indications, contre-indications.
- Méthodologie du BFR et présentation des différents dispositifs
- Utilisation des mesures par doppler (mesure du LOP)
- Revues de littérature

Après-midi

Applications pratiques générales : Force, trophicité, exercices isolé et fonctionnels, activité cardio-vasculaire.

Indications du BFR, algorithme, planification et méthodologie appliquée

Applications pratiques en réhabilitation

- Pathologies articulaires et cartilagineuses
- Pathologies tendino-musculaires
- Applications post-opératoires
- Applications en Return to Play

Evaluation des connaissances

clôture



PROGRAMME 2019 BLOOD FLOW RESTRICTION :

Indications et utilisations en kinésithérapie du sport

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Les séances de formation en salle alternent exposés théoriques illustrés d'exemples, démonstrations et mises en situation concrètes.

MODALITÉ D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

Emargements par demi-journée par les stagiaires et le formateur.
Evaluation par le formateur des gestes et des techniques mises en oeuvre.

A l'issue de la formation

Evaluation de la formation par les stagiaires.
Remise d'une attestation de fin de formation.

EFFECTIF

Nombre de stagiaires : Minimum 14 - maximum 24

INTERVENANTS

Nicholas ROLNICK, Physiothérapeute licencié à l'Université de Columbia, New-York
Fondateur de Human Performance Mechanic.
Co-fondateur of Blood Flow Restriction Pros
Enseignant pour SmartTools Plus
Membre auxiliaire du corps professoral de l'Université de Concordia - Chicago

Mario Novo, Docteur en physiothérapie (physical Therapist)- Miami Coordinateur du laboratoire de performance humaine - université de Floride Fondateur de Lifters clinic Enseignant BFR. Co-fondateur THEBFRPROS

ASSISTANTS

Anthony MARTIN, Masseur-kinésithérapeute - Kinésithérapeute du sport - Ostéopathe spécialisé dans le domaine sportif. Performance trainer pour la société 11Leader. 5 ans d'expérience dans le football de haut niveau. Formation solide en physiologie du sport, en prévention des blessures, en réhabilitation et réathlétisation.

Steve CHIAPOLONI, Masseur-kinésithérapeute - Kinésithérapeute du sport - Thérapeute manuel du sport