



PROGRAMME 2019 **UPGRADE LESION MUSCULAIRE**

PRINCIPES ET PUBLIC CIBLE

La lésion musculaire représente toujours la pathologie prééminente du sportif. Les avancées technologiques permettent de découvrir par une vision plus fine, une nouvelle définition de la lésion musculaire intrinsèque. Celle-ci nécessite une prise en charge spécifique, permettant un retour rapide et optimisé sur le terrain. La formation en upgrade lésion musculaire est une formation de 3 jours sur le muscle, ses lésions et sa rééducation spécifique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Mieux connaître les lésions musculaires
- Mettre en place une rééducation spécifique
- Assurer une prise en charge permettant un retour rapide et optimisé sur le terrain

PRÉ-REQUIS

Etre Kinésithérapeute DE

DÉROULEMENT

3 journées de formation (22h) en cours collectifs (théorie et pratique)

JOUR 1

PRÉSENTATION THÉORIQUE SUR LES LÉSIONS MYO-APONÉVROTQUES

Accueil, présentation de la formation et des participants, recueil des attentes et des besoins à partir des situations professionnelles vécues

- Historique, terminologie et consensus
- L'architecture musculaire et ses implications en matière de lésion, prévention, renforcement et autres.
- Terminologie, classification, concept
- Cas cliniques et orientations thérapeutiques en kinésithérapie.

JOUR 2

LES LÉSIONS MYO-APONÉVROTQUES EN PRATIQUE : THÉRAPEUTIQUE ET ORATIQUE Matin

- Les composantes et conséquences d'une lésion musculaire
- Les implications en pratique rééducative
- Description et apport des différentes classifications dans la prise en charge.
- Tests cliniques : ischio-jambiers, quadriceps, triceps sural, adducteurs.
- Principes de prise en charge : description des phases rééducatives et de leurs postulats de traitement : phase aigüe, phase aérobie, phase anaérobie, période de reprise avec l'équipe.

Après-midi

- Points fondamentaux et logique de prise en charge thérapeutique
- Mise en place des auto-protocoles
- Batterie d'exercice selon l'atteinte
- Gestion de la phase de retour avec l'équipe
- Prise en charge pratique des lésions musculaires chroniques : impacts d'une lésion musculaire chronique sur le tissu musculaire, les moyens thérapeutiques à mettre en œuvre : crochetage, scrapping, taping, ventouses.



PROGRAMME 2019 UPGRADE LESION MUSCULAIRE

JOUR 3

IMAGERIE

Matin

- Pratique de l'échographie musculo-squelettique
- Echographie normale et pathologique du muscle, des muscles inférieurs (MI) et supérieurs (MS)
- Atelier pratique d'échographie musculaire, MI et MS

Après-midi

- Atelier pratique d'échographie musculaire, MI et MS
- Les points clés de l'échographie musculaire chez le sportif
- Révisions

Evaluation et bilan de la formation.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Les séances de formation en salle alternent exposés théoriques illustrés d'exemples, démonstrations et mises en situation concrètes avec manipulations. Elles mobilisent des outils pédagogiques tels que des modèles de squelettes, vidéoprojecteur, paper-board..

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

Arnaud BRUCHARD, Kinésithérapeute du sport, Préparateur Physique et performance manager, Consultant en biomécanique et performance et analyste de la performance. Consultant pour sportifs, clubs et fédérations.

Dr Alain SILVESTRE, médecin radiologue.

Germain SANIEL, Kinésithérapeute du sport, Préparateur physique et Consultant en Biomécanique et performance.

Anthony MARTIN, Grégory VISERY, Anne-Claire SABAN, Erwin BRANDT, Alexandre MILON,

Yannis MADINI, Kinésithérapeute-ostéopathe spécialisé dans le domaine sportif.

Youssef RAHOU EL BACHIRI, PT, MSc. Kinésithérapeute libéral. Doctorant en Physiothérapie. Spécialiste Universitaire en Physiothérapie Invasive et Échographie Interventionnelle. Formateur officiel de la technique EPI. Rattaché au département de physiothérapie de l'Université Rey Juan Carlos. Consultant pour les 11Leader.

Pablo NAVARRO SOLAZ, Kinésithérapeute et ostéopathe spécialisé en médecine régénérative, techniques invasives et réadaptation du sport. Enseignant en techniques de Neuromodulation Fonctionnelle Percutanée, en master de kinésithérapie invasive et en EPI.

Rafik TEBOURSKI, Kinésithérapeute-ostéopathe spécialisé en imagerie musculo-squelettique.