

Sport et périnée (Présentiel)

Programme de la formation (1 journée/ 7 heures)

Théorie (Accompagnée de démonstrations pratiques)

Présentation, évaluation des compétences (30 mn)

Objectif de la formation

Table ronde d'évaluation des pratiques professionnelles

Définitions

- a) Troubles de la statique pelvienne
- b) Contrôle postural
- c) APS, sport, sédentarité
- d) Triade de la sportive

Rappels anatomiques. (15mn)

La région lombo-abdo-pelvi-périnéale.

L'appareil locomoteur.

Rappels biomécaniques. (1h)

Biomécanique spécifique du bassin et de la région lombo-pelvienne.

Biomécanique de la locomotion et du port de charge.

Etude statique & étude dynamique.

Ateliers pratiques.

Analyse de cas cliniques.

Les étiologies. (30mn)

Epidémiologie

Etiologie de l'IU, des POP, de l'HAV et des PGP.

Triade de la sportive.

Rôle de l'information.

Neurophysiologie spécifique des abdominaux, spinaux et MPP.

Associations morbides.

Causes posturales. Causes obstétricales. Causes iatrogènes.

Sport et périnée (Présentiel)

Programme de la formation (Suite)

Revue de la littérature. (30mn)

Les niveaux de preuve, l'evidence based.

Activité physique, sportive et santé

Sport et Périnatalité

Sport et IU/HAV

Le concept thérapeutique (15mn)

Encadrement de la patiente sportive.

Education de la patiente sédentaire.

Pratique / Théorie

Bilan complet (90mn)

- Méthodologie, modélisation CIF.
- Proposition d'une sous classification en pelvi-périnéologie.
- Facteurs personnels, facteurs environnementaux
- Déficiences des structures et des fonctions.
- Restriction et préservation d'activité.
- Spécificité du geste sportif.
- Conclusion : Projet de soin du patient, objectif du kinésithérapeute.

Sport et périnée (Présentiel)

Programme de la formation (Suite)

Traitement

Techniques cognitivo-comportementales (30mn)

- Population générale
- Population sportive

Conscientisation (30mn)

- Travail non invasif
- Place du travail manuel endo-cavitaire
- Place du biofeedback postural.
- Stabilométrie.

Techniques de réhabilitation musculaire (30mn)

- Contrôle moteur adapté au geste sportif

Techniques gymniques adaptées à la pratique sportive (30h)

- Concept de rééducation posturale sensori-motrice & stabilisation lombo-pelvienne.

Les solutions pratiques adaptées à l'APS (15 mn)

Les techniques pratiques d'application du modèle de protection périnéale.

- Revue de cas cliniques adaptés aux différentes pratiques sportives : CAP, équitation, port de charges dans le sport, Cyclisme, saut.

Conclusion (15mn)

Quizz d'évaluation des acquis, questions et discussion