

SPORT ET PÉRINÉE

PROGRAMME

2 jours - 14 heures - Benoit STEENSTRUP

JOUR 1

8h30 - 9h30

Accueil des participants

Présentation de la formation et des objectifs
Evaluation des pratiques professionnelles
Mise en place des cas cliniques

9h30 - 10h15

Rappels anatomiques

La région lombo-abdo-pelvi-périnéale - L'appareil locomoteur

10h15 - 11h15

Rappels biomécaniques

Biomécanique spécifique du bassin et de la région lombo-pelvienne
Biomécanique de la locomotion et du port de charge
Etudes statistiques et dynamique
Ateliers pratiques et analyse de cas cliniques

11h15 - 11h45

Les étiologies

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, porturales, obstétricales, iatrogènes

11h45 - 12h45

Revue de littérature

Les niveaux de preuve, l'evidence based
Activité physique, sportive et santé
Sport et périnatalité
Sport et IU/HAV

12h45 - 14h

Repas

SPORT ET PÉRINÉE

PROGRAMME

2 jours - 14 heures - Benoit STEENSTRUP

JOUR 1 (suite)

14h - 14h15

Le concept thérapeutique

Encadrement de la patiente sportive

Education de la patiente sédentaire

Spécificité de l'homme

Proposition d'une modélisation de la protection périnéale dans le sport et la vie courante

14h15 - 17h15

Bilan complet

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

17h15 - 17h30

Conclusion

Projet de soin du patient, objectif du kinésithérapeute

SPORT ET PÉRINÉE

PROGRAMME

2 jours - 14 heures - Benoit STEENSTRUP

JOUR 2

9h - 10h	Techniques cognitivo-comportementales Population générale Population sportive
10h - 11h	Conscientisation Travail non invasif Place du travail manuel endo-cavitaire Place du biofeedback postural Stabilométrie
11h - 12h	Travail manuel Lombo pelvien Techniques myo-fasciales externes Techniques myo-fasciales endocavitaires
12h - 13h30	Repas
13h30 - 14h30	Techniques de réhabilitation musculaire Contrôle du mouvement adapté au geste du sportif Revue pratique par type de sport à la demande
14h30 - 16h	Techniques gymniques adaptées à la pratique sportive Travail de gymnastique douce Rééducation posturale sensori-motrice Core stability et stabilisation lombo-pelvienne
16h - 16h15	Les solutions pratiques adaptées à l'APS Les techniques pratiques d'application du modèle de protection périnéale Revue de cas cliniques adaptés aux différentes pratiques sportives : CAP, équitation, port de charge dans le sport, cyclisme, saut Table ronde sur les autres APS
16h15 - 16h30	Synthèse - Conclusion Quiz d'évaluation des acquis, questions et discussion