

# APPROCHE CLINIQUE DU REN- FORCEMENT MUSCULAIRE CHEZ LE LOMBALGIQUE

## PROGRAMME

---

2 jours - 15 heures - Pierre-Yves BOUHANA

### JOUR 1

8h30 - 9h	Introduction et inventaire des problèmes rencontrés par les participants
9h - 9h30	Généralités sur le raisonnement clinique
9h30 - 10h30	Proposition d'un scénario clinique : Bilan et classification du patient proposé
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

# APPROCHE CLINIQUE DU REN- FORCEMENT MUSCULAIRE CHEZ LE LOMBALGIQUE

## PROGRAMME

---

2 jours - 15 heures - Pierre-Yves BOUHANA

### 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