

RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Brice PICOT & Massamba M'BAYE

JOUR 1

8h30 - 9h	Accueil des participants et présentation de la formation
9h - 9h30	Comprendre l'épidémiologie
9h30 - 10h30	Les facteurs de risque de la lésion du LCA
10h30 - 10h45	Pause
10h45 - 12h	Mieux comprendre l'impact du système nerveux sensori-moteur dans le mécanisme lésionnel
12h - 13h	Repas
13h - 13h30	Réflexion autour de nos pratiques pré-opératoires
13h30 - 15h	Comment lutter contre l'inhibition (Arthogenic Muscle Inhibition) en pratique quotidienne ?
15h - 15h15	Pause
15h15 - 18h	- De l'opération au 4ème mois : optimisation de la phase initiale de rééducation - Lutte contre l'amyotrophie : créer un environnement favorable à l'apprentissage moteur - Retour à la course à pied - Les phases initiales de renforcement musculaires - Prise en charge du site de prélèvement - DIDT - KJ
18h - 18h30	Faut-il opérer tous les patients après une rupture du LCA ? Quels arguments retenir pour prendre cette décision ?

RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Brice PICOT & Massamba M'BAYE

JOUR 2

8h30 - 10h30	Évaluations Neuromusculaires avancées : Force Max, Évaluation temporel de la création de force (Time to peak / RFD/Impulse), Puissance musculaire, Force réactive
10h45 - 11h	Pause
11h - 12h30	Optimiser le développement des qualités neuromusculaire pour le retour à la performance
12h30 - 13h30	Repas
13h30 - 15h	Amélioration des capacités de décélération et de changements de direction
15h - 16h45	Approche neurocognitive : Quand et comment l'intégrer à la rééducation ?
16h45 - 17h15	Planification : Comment organiser les différentes phases ? Étude de cas cliniques
17h15 - 17h30	Conclusion de la formation - discussion

RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

PROGRAMME

Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Comprendre l'impact du système sensori-moteur dans le mécanisme lésionnel du LCA
- Savoir prendre en charge de manière efficace l'inhibition post-opératoire/lésionnel
- Être capable de mettre en place une prise en charge individualisée et pertinente dans la phase initiale de rééducation (J0 à 4 mois)
- Savoir évaluer le système neuromusculaire de manière précise
- Être capable de proposer un programme de renforcement musculaire permettant d'assurer un retour à la performance dans une condition sécuritaire
- Être capable de mettre en place des séances permettant d'optimiser les changements de direction et les phases de décélération
- Comprendre l'impact d'une lésion ligamentaire sur le système nerveux central
- Être capable de mettre en place une approche neurocognitive dans la rééducation du LCA

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Elle alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'ation

- Signatures des feuilles d'émargement par demie-journées pour les 3 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

PROGRAMME

Appréciation des résultats de l'action

Chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction et les acquisitions des connaissances seront évaluées et les résultats transmis aux participants.

Modalités d'évaluation

- En début de formation, la remise au participants d'un pré-questionnaire servira également d'évaluation des compétences. Une analyse des besoins de chaque participant sera effectuée en début de session.
- Au cours de la formation, quizz, cas pratiques en binôme supervisés par le formateur
- En fin de journée, un post-test afin de voir les acquisitions voire les problèmes restants des participants ainsi qu'un questionnaire de satisfaction

Modalités de la formation

- Durée - 2 jours - 16h - Présentiel - dans une salle de réunion avec 1 table de massage pour 2 stagiaires + matériel de vidéo-projection + salle de sport avec matériel nécessaire à la formation
- 24 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Date : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 520€ - Prise en charge DPC et FIF PL possible

Formateurs

- Massamba M'BAYE
- MKDE libéral
- Diplome Universitaire de Préparateur Physique
- Suivi individuel de sports de haut niveau
- Intervenant en réathlétisation - DU de préparateur physique

- Brice PICOT
- MKDE libéral depuis 2009
- Membre de la commission scientifique de la SFMKS
- Master en Exercice, Sport, Santé et Handicap
- Doctorat en sciences