

# 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

# APPROCHE CLINIQUE DU REN- FORCEMENT MUSCULAIRE CHEZ LE LOMBALGIQUE

## PROGRAMME

---

### Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

### Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

### Objectifs

- Comprendre la problématique de la lombalgie
- Identifier les patients qui ont besoin d'être référés (drapeaux rouges) et les drapeaux jaunes (croyances et comportements)
- Repérer grâce à l'interrogatoire et l'examen, les patients qui peuvent tirer bénéfice d'un renforcement musculaire
- Définir des objectifs de traitement adaptés à la situation clinique
- Adapter et planifier le travail actif de la phase aigue à la phase de retour à l'activité professionnelle/sportive
- Savoir ré-évaluer son patient et définir un pronostic

### 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'action

- Signatures des feuilles d'émargement par demie-journées pour les 2 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

# APPROCHE CLINIQUE DU REN- FORCEMENT MUSCULAIRE CHEZ LE LOMBALGIQUE

## 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
- 16 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

### Formateur

- Pierre-Yves BOUHANA
- MKDE libéral depuis 2020
- Certifié à la méthode McKenzie
- Membre d'OMT France

*Version du 20/12/2022*