

Formation sur les lésions myo aponévrotiques des membres inférieurs

Présentation de la formation

Les lésions myo aponévrotiques des membres inférieurs représentent un problème majeur chez les sportifs quelque soit leur niveau.

Ces dernières années, de nombreuses études sont venues documenter les différents types de lésions et leurs traitements.

Cette formation de 2 jours intègre une partie théorique (les dernières données de la recherche scientifique) ainsi qu'une partie pratique proposant une évolution par phases dans la rééducation-réadaptation.

Au cours du séminaire vous aurez les outils techniques à mettre en œuvre immédiatement.

Objectifs de la formation

1. Faire un état des lieux des dernières publications scientifiques sur les lésions myo aponévrotiques
2. Élaborer de manière structurée l'examen myo aponévrotique du patient
3. Comprendre la rééducation - réhabilitation des lésions des membres inférieurs avec une prise en charge graduelle et individualisée

Programme des 2 jours de formation

Jour 1

08h45 – Accueil des participants

09H00 – QCM de « pré formation » d'évaluation des connaissances, des besoins et attentes des participants

9h30-10h30 : Etat des lieux de la littérature, Rappels anatomiques, biomécaniques

11H00-12H30 : Physiopathologie de la Lésion Myo Aponévrotique des Ischiso Jambiers – Bilan du membre inférieur

12h30-14h00 : Pause déjeuner

14H00-16H00 :

Étapes graduelles de la rééducation-réhabilitation de la lésion myo aponévrotique des Ischios Jambiers-1/2

16h30-18H00 : Étapes graduelles de la rééducation-réhabilitation de la lésion myo aponévrotique des IJ-2/2

Jour 2

09:00 : retour sur éléments de la veille

09H30-12H30 : Mise en situations pratiques

14H-18H : Particularités des Lésions Myo Aponévrotique du quadriceps et de la rupture du triceps sural