

Programme genou du sportif

Journée 1 :

09-09h20 : Accueil de la formation

09H20-09H40 : Évaluation des connaissances

09H40-10h00 : Introduction / Le modèle StARRT / La prévention des blessures en milieu sportif

10H00- 11H : Mouvement lésionnel du Ligament croisé antérieur (LCA) / Différents modes opératoires du LCA /

Éducation du patient sur la pertinence de l'opération dj LCA

11H-12h30 : Épidémiologie des lésions du LCA et L'examen clinique du genou

12h30-14H : Pause déjeuner

14H00-14h30 : Critères de suivi et réathlétisation/ Quelle place pour l'isocinétisme ?

14h30-17h00 : La réathlétisation en 3 phases jusquela reprise de la course à pied

17H00- 17h30 : Individualisation et préférences motrices

Journée 2 :

09h-09H30 : Rappels des éléments vus la veille

09h30-12h30 : La réathlétisation phase 4 et 5 de la course à pied au Return To Play (RTP)

12h30-14H : Pause déjeuner

14H-16h30 : Gestion de la charge du sportif en rééducation-réadaptation – « Optimal loading »

16H30-17H30 : HANDS OFF et mécanotransduction

Journée 3 :

8h30-8h45 : Accueil des participant

8h45-9h : Présentation de la prise en charge des douleurs antérieures de genou

9h-10h : Présenter la théorie autour de : l'épidémiologie, le diagnostic différentiel et l'examen clinique

10h15-12h30 : Examen clinique des douleurs antérieures du genou théorie et pratique

12h30-13h30 : Pause déjeuner

13h30-17h : Traitement : Théorie et mise en pratique

17h-17h30 : Quizz et FAQ