

Prise en charge des lésions des Ischio-Jambiers en cabinet

Les lésions aux ischios jambiers représentent les blessures les plus fréquentes et les plus récurrentes dans le sport de haut niveau. De ce fait il est de notre devoir de savoir les prendre en charge de manière optimale et empêcher les récurrences ou alors diminuer la récurrence dans le monde sportif professionnel ou non.

Cette formation de deux jours explorera de nombreux éléments en lien avec ce type de blessure comme l'aspect financier et sportif, la progression algorithmique durant la prise en charge, la notion de retour au sport ainsi que la prévention ou savoir comment charger les ischios de nos patients de manière sécurisée et efficace.

Durée : 16 heures (2 jours)

Profils des apprenants

- Physiothérapeutes
- Médecins
- Préparateurs physiques

Prérequis

La formation est ouverte à toute personne répondant aux critères mentionnés ci-dessus, sans prérequis spécifique. Une justification professionnelle, sous la forme d'une copie du diplôme, est nécessaire pour valider l'inscription.

Délai d'accès

2 semaines

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux autour de cette blessure
- Identifier et trier afin de reconnaître le patient à rediriger
- acquérir des connaissances pointues afin de mener à bien la rééducation
- Comprendre comment progresser et pourquoi utiliser des critères de validation de phases
- Savoir réintégrer le retour au sport de manière sécurisée



- Pouvoir mettre en oeuvre des moyens de prévention adapté
- Mieux comprendre les sciences du sport et l'analyse des études en lien avec ce domaine

Contenu de la formation

- Introduction, objectifs de la formation
- Objectifs des apprenants
- Définitions, sémiologie, épidémiologie
- Tests cliniques et diagnostic différentiel
- Principes de rééducation
- Progression algorithmique
- De l'aigüe vers le retour sur le terrain
- Évaluation clinique : Présentation
- Warm-up
- La notion de Retour Au Sport et prévention dans le monde du sport
- Management du risque
- Facteurs de risque et système complexe
- Sprint, exercices, charge contexte et prévention
- Perspectives et mises en situation
- Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Bryan LITRE, physiothérapeute passionné par le raisonnement clinique et les lésions musculaire des ischios-jambiers. Auteur de billets de blog sur KINEFACT : lésion aigue des ischios-jambiers

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Études de cas concrets
- Quiz en salle



Dispositif de suivi de l'exécution et évaluation des résultats

- Un document théorique de synthèse sera proposé aux participants avant le cours
- Questionnaire pré-formation (J-7)
- Feuille de présence
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Questionnaire post-formation (J+30)