

Mouvement thérapeutique fonctionnel

« Mouvement thérapeutique fonctionnel » est un cours engageant et concret directement applicable à la pratique clinique quotidienne. Ses objectifs sont de renforcer la confiance et les compétences de TOUS les professionnels de la santé en utilisant l'exercice, l'activité et le mouvement à travers le spectre des présentations cliniques en mettant l'accent sur les problèmes rachidiens et des membres inférieurs.

Ce n'est PAS juste un autre cours vous montrant de nouveaux exercices ou la mise à plat sur une seule partie du corps. Plutôt que de se concentrer uniquement sur l'anatomie et la pathologie, il s'agit de mieux comprendre et d'aider les patients dans l'ensemble du spectre biopsychosocial.

Le cours MTF se concentre sur l'intégration de la science et des preuves actuelles concernant la douleur et l'exercice dans votre pratique courante. Cela vous permet d'être authentique et sincère dans votre façon de travailler sans avoir à apprendre une nouvelle méthode ou jeter tout ce que vous avez appris.

Ce cours promet d'être amusant et de réduire la confusion autour du traitement pour une approche affinée et centrée sur le patient pour celles et ceux qui sont fatigués des techniques trop compliquées et des cours complémentaires.

Ce cours est applicable à toute personne travaillant avec des personnes blessées ou douloureuses. Kinésithérapeute, thérapeutes du sport, ostéopathes, chiropraticiens...

Les objectifs de ce cours sont :

- Utiliser un cadre clinique flexible, adaptable et simple à mettre en œuvre pour aider à naviguer dans l'incertitude de la pratique clinique des patients souffrant de douleur persistante aux athlètes d'élite.
- Amener un regard sur la douleur et l'exercice à travers une lentille véritablement biopsychosociale.
- Éliminer les complications et la rigidité de la prescription d'exercices – la rendre amusante et engageante pour VOUS et votre patient. Oublier les outils de kinésithérapie ou l'approche via des feuilles d'exercices photocopiées.
- Éliminer le mystère autour de la prescription d'exercices - quand doit on être spécifique? Et quand moins? Apprendre une vue complète de l'exercice qui ne se limite pas aux séries et aux répétitions.
- Apprendre comment vendre les exercices à vos patients - Un facteur clé du succès de la réadaptation
- Améliorer son savoir sur la psychologie de la douleur et de l'exercice sans avoir besoin de devenir psychologue.
- Améliorer sa connaissance de la douleur et comment en parler sans avoir besoin d'être un neuroscientifique. En se concentrant plus sur le patient et moins sur la biologie.
- Apprendre comment améliorer votre évaluation subjective ? Comment obtenir toutes les informations et «trouver l'accroche» qui guide les croyances, les émotions et l'engagement des patients à la rééducation.

- Accéder aux dernières données probantes et lignes directrices sur les meilleures pratiques pour traiter la douleur lombaire et aux membres inférieurs

Jour un

9 h - Introduction aux principes clés du cours

10h - Comment fonctionne l'exercice pour soulager la douleur? Comment cela nous affecte-t-il cliniquement?

11h 30- Quand faut-il être précis en rééducation?

12h30 - Pause repas

13 h 30 - Que signifie «fonctionnel»?

15h - Vendre l'exercice à vos patients

16h - Création d'une expérience clinique avec le mouvement (incluse une étude de cas)

17h - Fin du cours

Jour deux

9h - Récapitulation du premier jour

9h30 - Évaluation subjective - Que devez-vous vraiment savoir de votre patient

10h30 - La communication est la clé

11h Faire de l'exercice comme régime équilibré en cure de désintoxication

11h-30 - Application pratique de l'exercice aux maux de dos

12h30 - Pause repas

13h30 - Quelles sont les preuves des lombalgies?

14h30 - Qu'est-ce qu'une lombalgie non spécifique et comment communiquer?

16h00 - Que devez-vous savoir sur la douleur?

17h - Fin du cours

Jour 3

9h - Récapitulation du premier jour

9h30 - Que devez-vous savoir sur l'éducation à la douleur?

10h30 - Quel exercice convient le mieux aux lombalgies?

11h30 - Qu'est-ce que les patients doivent vraiment savoir sur les lombalgies?

12h30 - Pause repas

13h30 - Études de cas sur les lombalgies

14h30 - Exercice douloureux, oui ou non?

15h - Dosage d'exercice simplifié

15h30 - Amélioration de l'observance de l'exercice. Stratégies fondées sur des preuves.

16h - Fin du cours