



SAS PAPL FORMATION

Pascal POMMEROL

Formations réservées aux professionnels de santé

Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC

24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

**Fiche de formation -2018**

SAS PAPL Formation – N°1155

## **PARTIE I**

### **1. Titre de l'action**

#### **PRISE EN CHARGE KINESITHERAPIQUE DE LA FEMME ENCEINTE ET EN POST PARTUM**

##### **1. Les objectifs opérationnels**

- Former les Masseur-Kinésithérapeutes au curatif mais aussi à l'éducation préventive thérapeutique.
- Acquérir les bons gestes/ postures
- Comprendre comment, quand et pourquoi agir,
- Diffuser/ promouvoir les bonnes pratiques

##### **2. Les objectifs pédagogiques**

- Savoir identifier les différentes algies/troubles rencontrés par la parturiente
- Savoir mobiliser les articulations du bassin chez la femme enceinte et faire faire des exercices adaptés.
- Savoir prendre en charge la lombalgie et autres algies au niveau du petit bassin (pubalgies, sciatalgies, douleurs musculaires fessières et contractures ou lésions des muscles abdominaux...)
- Savoir mobiliser doucement la cavité abdominale chez la femme enceinte (lutte contre diastasis, constipation) et faire faire des étirements mobilisateurs.
- Savoir gérer les troubles urinaires chez la femme enceinte (incontinence...)

### **Le résumé :**

La grossesse est un moment à part dans la vie d'une femme. Nous vous proposons une formation ayant un but curatif et préventif. Nous voulons vous montrer qu'une nouvelle rééducation abdominale et pelvienne est possible. C'est une rééducation **complète** qui englobe aussi un travail postural. Elle permet de prendre en charge la parturiente, de la **rendre actrice** de sa grossesse, et de **préparer la rééducation post-partum**



# SAS PAPL FORMATION

## Pascal POMMEROL

Formations réservées aux professionnels de santé  
Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC  
24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

### PROGRAMME DETAILLE DES INTERVENTIONS : 14 heures

Heures de pratique : 9 heures

Heures théoriques : 5 heures

<b>1<sup>ère</sup> journée présentielle</b>				
<b>comprenant 15 minutes de pause le matin et l'après-midi soit 30 mn</b>				
<b>Horaire</b>	<b>Sujets traités</b>	<b>Objectifs</b>	<b>Formateur</b>	<b>Théorie ou TP Méthodes</b>
De 9h00 à 12h45	<p>Rappel anatomique et physiologique</p> <p>Bilan et Facteurs de risques (à aucun moment on ne fait des mobilisations du fœtus)</p> <p>Etudes des lombalgies chez la femme enceinte</p> <p>Pathologie du bassin (pubalgie, tendinopathie du deltoïde fessier, douleur sacro-iliaque, syndrome des colopathies fonctionnelles description des critères de Rome, dorsalgie, syndromes canaux...)</p> <p>Conséquences morphologiques (études expérimentales)</p> <p>Principes de diagnostic (diagnostic d'exclusion médicales)</p>		Caroline Gonon	T Diaporama
<b>PAUSE DEJEUNER</b>				
De 13h30 à 15h00	<p>Rééducation du bassin : mobilisations articulaires (pour traiter les douleurs ligamentaires et articulaires). Traitement passif et actif (pour protéger le dos et</p>		Caroline Gonon	P Travaux pratiques par atelier



# SAS PAPL FORMATION

## Pascal POMMEROL

Formations réservées aux professionnels de santé

Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC

24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

	autres douleurs). Auto rééducation			
De 15h00 à 17h45	Techniques myotensives des muscles principaux du bassin, des lombaires.  Technique d'étirement musculaire analytique  Technique de massage			P  Travaux pratiques par atelier

### 2ème journée présentielle

comprenant 15 minutes de pause le matin et l'après-midi soit 30 mn

<b>Horaire</b>	<b>Sujets traités</b>	<b>Objectifs</b>	<b>Formateur</b>	<b>Théorie ou TP Méthodes</b>
De 9h00 à 12h45	Différencier les douleurs pelviennes et douleurs rachidiennes  Technique articulaire pour douleurs résiduelles de la symphyse pubienne, sacro-iliaque, lombaire, coccyx etc..)  Rendre la parturiente actrice de sa grossesse suivant ses problèmes  Adaptation pour chaque cas.		Caroline Gonon	P  Travaux pratiques par atelier
<b>PAUSE DEJEUNER</b>				
De 13h30 à 16h45	Technique musculaire en basse pression et lutte contre diastasis et (dans l'aspect préventif prolapsus et incontinence) basée sur des preuves  Cas cliniques  Les conseils sur l'éducation		Caroline Gonon	Etude de cas cliniques



# SAS PAPL FORMATION

## Pascal POMMEROL

Formations réservées aux professionnels de santé  
Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC  
24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

	thérapeutique pour éviter le retour des douleurs			
De 16h45 à 17h45	Tour de table sur évaluation des pratiques et sur le dossier patient (EPP)  Synthèse de l'enseignant sur le sujet, sur la formation QUIZZ et correction (A1)  Questions et réponses, remplissage de la fiche d'évaluation de la formation (A5)	Résumé de la formation et vérification des nouveaux acquis		Amélioration dans la pratique quotidienne

### Intervenants(s)

**Mme GONON Caroline**, Masseur kinésithérapeute DE, Praticien libéral, Ostéopathe