

Fiche programme

Date de création de la fiche : 11 juillet 2024

Version : V1

ACTION DE FORMATION :

Intitulé : **Prise en charge du membre inférieur des patients sportifs**

Formateur : Renaud Xavier DEJEAN

Nombre d'heures : 11 heures

PUBLIC :

- CHIROPRACTEURS en exercice
- ETUDIANTS en Chiropraxie de 4ème et 5ème année

OBJECTIFS :

- Développer une approche de communication efficace avec le patient sportif, les membres du staff, les fédérations ou comités olympiques.
- Coordonner la prise en charge chiropratique avec d'autres professionnels de santé et acteurs du suivi du sportif.
- Analyser la biomécanique du membre inférieur en lien avec les exigences sportives spécifiques.
- Évaluer les déséquilibres musculaires, les limitations de mobilité et les troubles fonctionnels du membre inférieur à l'aide de tests cliniques et fonctionnels.
- Utiliser des stratégies de stretching et d'assouplissement adaptées aux besoins spécifiques des sportifs.
- Appliquer des techniques chiropratiques adaptées aux blessures et dysfonctions du membre inférieur.
- Construire un plan de gestion de cas personnalisé intégrant des recommandations en matière d'exercice, de rééducation et d'hygiène de vie.
- Évaluer l'efficacité des interventions à court et moyen terme et ajuster le protocole de prise en charge si nécessaire

PREREQUIS :

- CHIROPRACTEUR en exercice
- ETUDIANTS en Chiropraxie de 4ème et 5ème année

INTERVENANTS :

Renaud Xavier DEJEAN
Chiropracteur

Diplômé IFEC en 1997, assistant dissection des membres (4 éditions), prof. Anatomie des membres (1999-2000) installé en Italie à Rome depuis 2000, travaille avec athlètes olympiques depuis 2009 (fédération Grecque et lithuanienne d'aviron) depuis 2016 collabore avec le CONI (comité olympique italien) présent à 5 éditions des jeux olympiques. Il a accompagné Marcell Jacobs aux jeux de Tokyo (double médaille d'or olympique au 100 m et 4x100m)

PROGRAMME :

Jour 1 :

9h - 9h30 : Introduction

- Présentation des objectifs pédagogiques et du déroulé de la formation.
- Importance d'une approche globale dans la prise en charge du sportif.

9h30 – 11h00 : Introduction aux techniques de communications

- Application des techniques de communication dans le milieu du sport.
- Influence des croyances, attitudes et processus d'autorégulation sur la performance clinique et la communication du praticien.

11h00 – 11h15 : Pause

11h15 – 12h30 :

- Communication envers les athlètes : adapter son discours en fonction du type de sportif (amateur, professionnel, en rééducation).
- Communication envers les autres professionnels de santé : optimiser le travail en réseau (kinésithérapeutes, médecins du sport, préparateurs physiques, etc.).

12h30 – 13h30 : Pause déjeuner

13h30 – 15h00 : Biomécanique appliquée au membre inférieur

- Les bases mécaniques appliquées au mouvement sportif :
 1. Les leviers et leur impact sur la performance et la rééducation.
 2. Les poulies biologiques et leur rôle dans la transmission des forces.
 3. Les plans de glissement et la dynamique des tissus dans le mouvement.
 4. Caractéristiques des tissus : élasticité, plasticité, adaptations aux contraintes.
- Les approches musculaires
 1. Description des différentes techniques de stretching (statique, dynamique, PNF, balistique).
 2. Mythes et réalités du stretching : revue de la littérature scientifique.
 3. Impact du stretching sur la performance et la récupération.

15h00 – 16h30 : Approche individualisée du stretching

- Stretching passif de la part du praticien

16h30 – 16h45 : Pause

16h45 – 18h30 : Auto stretching : La précision est la clé de la réussite

PROGRAMME :

Jour 2

9h00 – 10h30 : Évaluation chiropratique du membre inférieur

- Diagnostic d'exclusion et positif des blessures du membre inférieur.
- Analyse des particularités biomécaniques en fonction des sports
- Techniques chiropratiques et stratégies thérapeutiques
- Les chaînes musculaires et leur implication clinique.
- Ajustements des principales articulations du membre inférieur.
- Études de cas cliniques et mises en situation.

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h00 : Techniques complémentaires en prise en charge chiropratique

- Techniques de taping : principes, indications et application sur le membre inférieur.
- IASTM et autres outils myofasciaux : utilisation et indications dans la prise en charge d'un sportif.

12h00 – 13h00 : Prise en charge clinique globale du sportif

- Élaboration d'un plan de traitement individualisé.
- Suivi et adaptation de la prise en charge en fonction de la progression.
- Discussion autour de cas cliniques réels et mise en pratique.
- Révision et session interactive
- Q&A et discussion ouverte sur les applications pratiques en cabinet.
- Synthèse des points clés de la formation

PÉDAGOGIE & EVALUATION :

Pédagogie :

POWER POINT

Intervention Live

Cours magistraux, études de cas

Exercices pratiques

Mise en pratique des techniques

Evaluation :

Une évaluation à choix multiples de 5 questions avant le séminaire pour évaluer le niveau de connaissances initial des participants.

Quizz et évaluations formatives avec feedback instantanée durant les études de cas et exercices pratiques

Une évaluation finale à choix multiples de 10 questions à la fin du séminaire pour évaluer les connaissances acquises par les participants.

INFORMATIONS PRATIQUES :

Lieu de la formation :

IFEC, 24 bd Paul Vaillant Couturier 94200 IVRY sur SEINE

Dates :

Samedi 21 et dimanche 22 mars 2026

Tarifs :

Chiropracteur tarif normal : 475 €

Chiropracteur membre AFC et CFCS : 430 €

Diplômés <3ans : 350 €

Étudiants 4 & 5e année / collaborateurs IFEC : 300 €

Un tarif Early bird de **10%** est appliqué sur l'ensemble des tarifs jusqu'au 16 février 2025, 23h59.

Modalités d'inscription :

Inscription par mail formation-continue@ifec.net

Pour contacter le Service de formation continue :

01 45 15 89 10 / 07 45 01 88 01

