



**« Elargir son catalogue de techniques
dans la prise en charge globale des patients atteints de mucoviscidose :
approche posturo respiratoire »**

Formation les Jeudi 15 et Vendredi 16 Octobre 2020

AGIR à Dom. – 36 chemin du Vieux Chêne – 38240 Meylan

Hélène Lemaistre, kinésithérapeute formatrice à l'institut de Gasquet

Jeudi	8h30	Accueil
	9h-13h	<p>Les grands principes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les différentes enceintes de pression et l'impact de celles-ci sur le périnée - La respiration dépend de la posture <ul style="list-style-type: none"> • Prise de conscience de la respiration avec étirement préalable • Rappel sur les ceintures • Règle de l'équerre - L'expiration en première intention - Rôle du diaphragme - Morphotype et types respiratoires : prise en compte de la morphologie et de la pathologie - Bien respirer c'est bien commencer et bien finir <ul style="list-style-type: none"> • Effet tire-bouchon • L'expiration : les muscles essentiels - Retentissement de la distension thoracique sur le plancher pelvien
	13h-14h	Pause
14h-17h	<p>Respirer à partir du périnée :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le périnée d'un point de vue fonctionnel - Le périnée d'un point de vue biomécanique et anatomique - Physiologie de la continence <ul style="list-style-type: none"> • Urinaire • Anale - Différents types d'incontinence urinaire <ul style="list-style-type: none"> • Epidémiologie • Causes • Bilan type • Traitements - Retentissement des troubles du transit sur le périnée <ul style="list-style-type: none"> • Troubles liés aux pathologies respiratoires • Caca mode d'emploi 	

Vendredi

8h30	Accueil
9h-13h	Prévention : <ul style="list-style-type: none">- Les différentes techniques de drainage bronchique et leur retentissement sur le périnée- Posture et gestion des pressions intra-abdominales- Toux et périnée- Physiopathologie des troubles de la statique pelvienne- Les postures respiratoires : les purges- Arriver à une posture juste : les placements dans toutes les positions de base de drainage, gymnique ou du quotidien, les repères, les moyens de contrôle- Différence rétroversion / contre nutation (rôle de la ceinture)- Accessoires de positionnement nécessaires au bon placement en fonction des morphologies et des troubles de la statique dans chaque posture- Choix des exercices en fonction des morphotypes : posturo thérapie respiratoire, mobilisation contrôlée
13h-14h	Pause
14h-17h	Les fausses inspirations thoraciques : <ul style="list-style-type: none">- Utilisation des FIT dans le but d'une correction rachidienne- Rôle du pessaire- Intégration des techniques de protection du périnée dans les exercices de renforcement musculaire- Postures plus complexes avec travail de translation, inflexion, torsion- Autres techniques<ul style="list-style-type: none">• La ventouse• Rôle des narines• Exercices respiratoires plus poussés- Extension aux autres pathologies respiratoires