

# Réentraînement à l'effort en neurologie (I. MAROLLEAU)

## Objectifs

Utiliser les composantes d'intensité, de répétitions, de renforcement musculaire et de réentraînement à l'effort dans la prise en charge de rééducation des patients présentant des troubles neurologiques centraux

## Formateur.trice

Iris MAROLLEAU

Masseur-kinésithérapeute, spécificité d'exercice en neurologie, enseignante IFMK, Master 2 Neuromoteur

## Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

8.8/10

## Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

FIFPL - Reste à charge : 175€

Crédit d'impôt - Reste à charge : 413.72€

## Organisation

Construction du groupe :  
20 personnes

Du 22 au 23 mai 2025 - Mulhouse

14h / 2 jours

## Public et Prérequis

Formation exclusivement réservée aux masseurkinésithérapeutes (D.E. ou A.E.), enseignants en Activité Physique Adaptée et ergothérapeutes

## Contenu

Actuellement, la prise en charge des maladies neurologiques relève d'une importance majeure sur l'accompagnement des patients atteints de handicap. D'après une étude du Lancet, les maladies neurologiques constituent la première cause des troubles de santé dans le monde. De nombreuses études ont démontré l'intérêt physiologique et fonctionnel de la pratique d'une activité physique

intense sur les pathologies neurologiques (ex : AVC, SEP, Parkinson). La pratique d'une activité physique intense telle que le Réentraînement à l'Effort (RAE) correspondant aux critères d'intensité doit être encadrée afin d'accompagner au mieux les patients. Quels sont ces critères et comment mettre en place une évaluation efficace ?

Cette formation aborde des rappels physiologiques des pathologies neurologiques ainsi que les effets bénéfiques du RAE. La formation propose des modalités pratiques accompagnées de mise en place de protocoles d'évaluations standardisés. Plusieurs cas cliniques et réflexions sur des problématiques spécifiques seront également abordés en groupe de travail. Enfin, les apprenants seront amenés à pratiquer le RAE sous forme de High Intensity Interval Training (HIIT).

**Des fondements aux déclinaisons pratiques du renforcement musculaire et du réentraînement à l'effort dans :**

## **Programme de la formation**

### **L'Hémiplégie**

Approche théorique permettant de répondre, au travers d'une revue de littérature aux questions suivantes : Peut-on débiter précocement une rééducation intense ? Que doit-on surveiller cliniquement ? Doit-on mettre des résistances ? Peut-on renforcer un muscle spastique ? De combien de répétitions parle-t-on ? La quantité ne se fait-elle pas au détriment de la qualité ? Comment organiser une approche rééducative permettant d'inclure cette intensité ? Quelle différence entre l'intensité et réentraînement à l'effort ?

Approche pratique :

Mise en place d'Ateliers, de contrat d'Auto rééducation guidée

Protocoles de réentraînement à l'effort

Apport des nouvelles technologies.

### **La Maladie de Parkinson**

Approche théorique : la dopamine peut être sécrétée par l'exercice intense : conséquences en rééducation.

Approche pratique : Approche analytique et Approche globale. Adaptation aux demandes du patient.

### **La Sclérose En Plaques:**

Approche théorique : la figure et son retentissement.

Approche pratique : Comment organiser la séance et la journée du patient SEP. Renforcement et travail en aérobie. Quels exercices favoriser vers un investissement quotidien du patient?

## Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes sous surveillance et supervision du formateur.
- Travaux de groupes et réflexions autour de cas cliniques
- Merci de vous munir d'une tenue confortable afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation.

## Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
  - Pré et Post-test
  - Quizz – questionnaires
  - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

## Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

## Programme détaillé de la formation

| Jour 1   | Contenus  | Pédagogie            |   |
|--|---|----------------------|---|
| <u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>  |   |                      |   |
| <i>Maitriser les bases théoriques du réentrainement à l'effort en neurologie et son évaluation</i> |   |                      |   |
| 08h30  | <b>Accueil des stagiaires</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Remise de support pédagogique –<br>Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires<br><br>Présentation du formateur et des stagiaires |
| 09h00  | <b>Présentation de la formation et de l'ensemble des participants et définition des objectifs</b>   |                      |   |
| 09h00  | <b>Introduction et généralités</b>  | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 10h45  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Histoire du RAE</li> <li>• Définition du RAE</li> </ul> <b>Indication du RAE en Neurologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rappels physio-pathologiques (Parkinson, Paralyse cérébrale, AVC, SEP et autres maladies dégénératives)</li> </ul> |                      |   |
| <b>Pause</b>   |   |                      |   |
| 11h00  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effets du RAE sur le système nerveux</li> <li>• Effets du RAE sur les maladies neurologiques (état de littérature)</li> </ul>  | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 12h30  | <b>Evaluation du RAE en neurologie</b>  | <b>INTERROGATIVE</b> | Questions ciblées   |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation cardio-respiratoire</li> <li>• Evaluation musculaire</li> </ul>   |                      | QUIZZ   |
| <b>Repas</b>   |   |                      |   |
| 13h30  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation fonctionnelle</li> <li>• Contre-indications au RAE</li> </ul>   | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 16h00  | Cas clinique en groupe de travail : 3 cas (AVC, SEP et Parkinson)   | <b>INTERROGATIVE</b> | Mises en situation et debrief   |
|  |   |                      | QUIZZ   |
| <b>Pause</b>   |   |                      |   |
| 16h15  | <b>Pratique autour de l'évaluation du RAE en Neurologie</b>   | <b>DEMONSTRATIVE</b> | Mise en situation   |
| 17h15  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation cardio-respiratoire</li> <li>• Evaluation musculaire</li> <li>• Evaluation fonctionnelle</li> </ul>   | <b>EXPERIMENTALE</b> |   |
| 17h15  | <b>Bilan de la journée de formation</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Questionnements mutuels – participation active des stagiaires   |
| 17h30  |   |                      |   |
| Jour 2   | Contenus  | Pédagogie            |   |
| <u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>  |   |                      |   |
| <i>Savoir mettre en place un programme de réentrainement à l'effort</i>                            |   |                      |   |

|              |   |                      |  |
|--------------|---|----------------------|--|
| 08h30        | <b>Accueil des stagiaires</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Questions ciblées                                |
| 09h00        | Réactivation de ce qui a été vu la veille   |                      |  |
| 09h00        | <b>Mise en place du RAE en neurologie</b>   | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels |
| 10h30        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exemple de plusieurs protocoles</li> <li>• Exemples d'expériences cliniques et vidéos</li> <li>• Ressources pratiques</li> </ul> |                      |  |
| <b>Pause</b> |   |                      |  |
| 10h45        | <b>Pratique clinique autour de la rééducation et le RAE</b>   | <b>DEMONSTRATIVE</b> | Mise en situation pratique                       |
| 12h00        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exemple du HIIT</li> </ul>   | <b>EXPERIMENTALE</b> |  |
| <b>Repas</b> |   |                      |  |
| 13h00        | <b>Construction du projet RAE</b>   | <b>HEURISTIQUE</b>   | Projection du diaporama et supports audiovisuels |
| 14h45        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Création d'un projet en rapport avec les objectifs définis initialement et la structures / stagiaires</li> </ul>                 |                      |  |
| <b>Pause</b> |   |                      |  |
| 15h00        | <b>Evaluation de fin de formation et de l'objectif opérationnel</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Etudes de situation, mise en commun              |
| 15h30        | Retours post formation  |                      |  |
|              | Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances   |                      |  |