

# 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 :

9.2/10

## Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

FIFPL - Reste à charge : 0€

## Organisation

Construction du groupe :  
20 personnes

Du 21 au 22 mai 2026 - 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).

## Programme de la formation

Une approche théorique permettra 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 ? Puisque la dopamine peut être sécrétée pas l'exercice intense, quelles sont les conséquences en rééducation ?

Une approche pratique permettra de mettre en place des ateliers, une séance collective et d'expérimenter la mise en place du RAE en neurologie, adaptée aux objectifs définis avec le 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            |   |
|--------------|---|----------------------|---|
|              | <i><u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u></i><br><i>Maitriser les bases théoriques du réentrainement à l'effort en neurologie et son évaluation</i>  |                      |   |
| 09h00        | <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 |
| 09h30        | <b>Présentation de la formation et de l'ensemble des participants et définition des objectifs</b><br><br><b>Questionnaire pré-formation</b>   |                      |   |
| 09h30        | <b>Introduction et généralités</b>  | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 10h30        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Histoire de la neuro-rééducation</li> <li>• Physiologie du contrôle moteur</li> <li>• Rappels physio-pathologiques</li> </ul> <b>Vascularisation cérébrale, AVC et Parésie spastique</b> |                      |   |
| <b>Pause</b> |   |                      |   |
| 10h45        | <b>Régulation du mouvement et Parkinson</b>   | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 12h00        | <b>Correction du mouvement : Ataxie</b><br><br><b>Conduction nerveuse : SEP et Neuropathies</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Questions ciblées<br><br>QUIZZ  |
| 12h00        | <b>Effets de l'AP sur les maladies neurologiques et le système nerveux (état de la littérature)</b>   | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 12h30        | <b>QUIZZ</b>  | <b>INTERROGATIVE</b> | Questions ciblées<br><br>QUIZZ  |
| <b>Repas</b> |   |                      |   |
| 13h30        | <b>Evaluation du RAE en neurologie :</b>  | <b>MAGISTRALE</b>    | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 14h30        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation cardio-respiratoire</li> <li>• Evaluation musculaire</li> <li>• Evaluation fonctionnelle</li> </ul> <b>Contre-indications au RAE</b><br><br><b>QUIZZ</b>                      | <b>INTERROGATIVE</b> | QUIZZ   |
| 14h30        | <b>Atelier raisonnement cliniques</b>   | <b>INTERROGATIVE</b> | Projection du diaporama et supports audiovisuels  |
| 15h30        | <b>Cas cliniques en groupe de travail</b><br><br><b>3 cas (AVC, SEP et Parkinson)</b>   | <b>DEMONSTRATIVE</b> | Atelier raisonnement cliniques<br><br>Questions ciblées   |
| <b>Pause</b> |   |                      |   |
| 15h45        | <b>Evaluation musculaire</b>  | <b>DEMONSTRATIVE</b> | Questionnements mutuels –   |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| 17h00   | <b>Evaluation fonctionnelle</b><br><b>Bilan de la première journée</b>  | <b>INTERROGATIVE</b>                         | participation active des stagiaires  |
| <b>Jour 2</b>   | <b>Contenus</b>   | <b>Pédagogie</b>                             |  |
| <i><u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u></i><br><i>Savoir mettre en place un programme de réentraînement à l'effort</i> |   |  |  |
| 09h00   | <b>Accueil des stagiaires</b>   | <b>INTERROGATIVE</b>                         | Questions ciblées  |
| 09h30   | <b>Réactivation de ce qui a été vu la veille</b>  |  |  |
| 09h30<br>10h30  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cas cliniques</b></li> </ul> <b>Mise en place du RAE en neurologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Exemple de plusieurs protocoles</b></li> <li>• <b>Exemples d'expériences cliniques et vidéos</b></li> <li>• <b>Autonomisation et ressources pratiques</b></li> </ul> | <b>MAGISTRALE</b>                            | Projection du diaporama et supports audiovisuels<br><br>Cas cliniques              |
| <b>Pause</b>  |   |  |  |
| 10h45<br>12h30  | <b>Exemple d'une séance collective avec format HIIT</b>   | <b>DEMONSTRATIVE</b><br><b>EXPERIMENTALE</b> | Mise en situation pratique   |
| <b>Repas</b>  |   |  |  |
| 13h30<br>14h45  | <b>Evaluation cardio – respiratoire</b>   | <b>DEMONSTRATIVE</b>                         | Mise en situation pratique   |
| <b>Pause</b>  |   |  |  |
| 15h00<br>16h30  | <b>Construction du projet RAE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Création d'un projet en rapport avec les objectifs définis initialement</b></li> <li>• <b>Production notée</b></li> </ul>   | <b>INTERROGATIVE</b>                         | Etudes de situation, mise en commun  |
| 16h30<br>17h00  | <b>Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel</b><br><b>Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances</b>   | <b>ECHANGES</b><br><b>RELEXIVE</b>           | Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation |