

Stratégies micronutritionnelles après une blessure et une chirurgie (L. HAREL)

Objectifs

Explorer les stratégies nutritionnelles et micro nutritionnelles les plus efficaces pour améliorer la cicatrisation des tissus après une blessure ou une intervention chirurgicale.

Optimiser la récupération musculaire pendant la rééducation.

Prévenir les risques de blessures et de tendinopathies chroniques en identifiant précisément les terrains déficitaires à risque.

Formateur.trice

Ludovic HAREL

M.K.D.E et ostéopathe

Note

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

Nouvelle Formation

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 72€

Organisation

Construction du groupe :
personnes

Public et Prérequis

Masseurs-kinésithérapeutes D.E ou A.E.

Contenu

Cette formation vous permettra de revenir sur les phases clefs du processus de réparation tissulaire et de comprendre comment nous pouvons agir pour optimiser chacune des étapes par les leviers nutritionnels et micronutritionnels.

Vous serez alors en mesure de mieux accompagner les patients qui souffrent de retard de cicatrisation ou de tendinopathies chroniques en identifiant objectivement les facteurs nutritionnels potentiellement en cause.

Cette formation e-learning est composée de plusieurs capsules vidéos pour un total de 2h40.

Vidéo 1 : REPARATION TISSULAIRE – Physiopathologie

1.1 Phases et délais

- Hémostatique
- Inflammatoire
- Fibroblastique
- Remodelage

1.2 Mécanismes en lien avec la nutrition

- Stress oxydatif et défense anti-radicalaire
- Modulation de l'inflammation et membranes cellulaires
- Equilibre acido-basique et fonctions enzymatiques
- Synthèses protéiques et réparation tissulaire

Vidéo 2 : TERRAIN NUTRITIONNEL – Facteurs aggravants la cicatrisation

2.1 Rôles de la micronutrition

2.2 Présentation des 5 maillons faibles nutritionnels

2.3 Présentation des questionnaires de dépistage QMS et QAF

Vidéo 3 : LEVIER MICRONUTRITIONNEL – Stratégies et mode opératoire

3.1 Les terrains nutritionnels prédisposants

3.2 Mode opératoire sur le stress oxydatif

- Les cofacteurs enzymatiques (Fe/Mg)

- Le Coenzyme Q10
- Les vitamines liposolubles
- Les polyphénols
- La modulation de la HSP

3.3 La modulation de l'inflammation

- L'équilibre des membranes en acides gras
- Le rôle de la fonction hépato-biliaire

3.4 L'équilibre acido-basique

- Le PRAL des aliments
- Le Rôle du Calcium

3.5 La synthèse protéique

- Optimisation des apports
- Les complémentations ciblées en collagène, ramifiés et la boisson d'effort

Vidéo 4 : APPLICATIONS PRATIQUES – Conduite à tenir

4.1 Prévention et phase opératoire

4.2 Pendant les phases inflammatoires et fibroblastiques

4.3 En période de remodelage tissulaire et de renforcement au cabinet