

# REENTRAINEMENT A L'EFFORT EN NEUROLOGIE

## Objectif Opérationnel

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

## Public et Prérequis

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

Maximum 20 stagiaires

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

**8,8/10**

## PRESENTATION DE LA FORMATION

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).

## MOYENS PEDAGOGIQUES 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.

### MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION DU PROGRAMME ET D'EVALUATION

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

### ACCES AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5<sup>ème</sup> catégorie)

#### FORMATEUR

Iris MAROLLEAU

Masseur-kinésithérapeute

Enseignante IFMK, Masteur 2  
Neuromoteur

#### Durée - Horaires

16 heures

J1 : 8h30 – 17h30

J2 : 8h30 – 15h30

## PROGRAMME DETAILLE DE FORMATION

JOUR 1	CONTENU	METHODE PEDAGOGIQUE	OUTIL PEDAGOGIQUE
<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE</i>			
<i>Maitriser les bases théoriques du réentrainement à l'effort en neurologie et son évaluation</i>			
8h30	<b>Accueil des stagiaires</b>		Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-	<b>Présentation de la formation et de l'ensemble des participants et définition des objectifs</b>	<b>INTERROGATIVE</b>	Présentation du formateur et des stagiaires
9h00	<b>Introduction et généralités</b>		
-	- Histoire du RAE - Définition du RAE <b>Indication du RAE en Neurologie</b>	<b>MAGISTRALE</b>	Projection du diaporama et supports audiovisuels
-	- Rappels physio-pathologiques (Parkinson, Paralyse cérébrale, AVC, SEP et autres maladies dégénératives)		
10h45	<b>PAUSE</b>		
11h00			
-	- Effets du RAE sur le système nerveux - Effets du RAE sur les maladies neurologiques (état de littérature)	<b>MAGISTRALE</b>	Projection du diaporama et supports audiovisuels
-	<b>Evaluation du RAE en neurologie</b>	<b>INTERROGATIVE</b>	Questions ciblées QUIZZ
12h30	- Evaluation cardio-respiratoire - Evaluation musculaire		
<b>REPAS</b>			
13h30	- Evaluation fonctionnelle - Contre-indications au RAE	<b>MAGISTRALE</b>	Projection du diaporama et supports audiovisuels
-	Cas clinique en groupe de travail : 3 cas (AVC, SEP et Parkinson)	<b>INTERROGATIVE</b>	Mises en situation et debrief QUIZZ
16h00			
16h15	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Pratique autour de l'évaluation du RAE en Neurologie</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b>	
-	- Evaluation cardio-respiratoire - Evaluation musculaire - Evaluation fonctionnelle	<b>EXPERIMENTALE</b>	Mise en situation
17h15			
17h30	<b>Bilan de la journée de formation</b>	<b>INTERROGATIVE</b>	Questionnements mutuels – participation active des stagiaires

JOUR 2	CONTENU	METHODE PEDAGOGIQUE	OUTIL PEDAGOGIQUE
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE</i> <i>Savoir mettre en place un programme de réentraînement à l'effort</i>		
8h30	<b>Accueil des stagiaires</b> Réactivation de ce qui a été vu la veille	<b>INTERROGATIVE</b>	Questions ciblées
-	<b>Mise en place du RAE en neurologie</b> <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>MAGISTRALE</b>	Projection du diaporama et supports audiovisuels
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<b>Pratique clinique autour de la rééducation et le RAE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exemple du HIIT</li> </ul>	<b>DEMONSTRATIVE</b>	Mise en situation pratique
-		<b>EXPERIMENTALE</b>	
12h00	<b>REPAS</b>		
13h00	<b>Construction du projet RAE</b> <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>HEURISTIQUE</b>	Projection du diaporama et supports audiovisuels
14h45	<b>PAUSE</b>		
15h00	<b>Evaluation de fin de formation et de l'objectif opérationnel</b> Retours post formation	<b>INTERROGATIVE</b>	Etudes de situation, mise en commun
15h30	Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances		