

LEVÉE DES TENSIONS MUSCULAIRES

Les tensions musculaires sont l'une des causes principales de consultation en kinésithérapie. Cette formation vous permettra de repérer et de traiter les tensions musculaires qui accompagnent la plupart des pathologies en rhumatologie notamment de type dégénérative, et tout particulièrement et tout particulièrement les algies rachidiennes, ainsi que les troubles dits musculo-squelettiques.

Objectifs pédagogiques

- Diagnostiquer, évaluer et traiter les tensions musculaires
- Améliorer leur prise en charge et contribuer à améliorer l'offre de soins
- Mobiliser, en situation de soins, différents savoirs et capacités conformes aux données actuelles de la science et aux publications et recommandations de l'HAS
- Concevoir et conduire un projet thérapeutique kinésithérapique adapté au patient



Niveau Initiation



Tous publics



7h environ



Aucun prérequis



Sans audio description
ni sous-titrage

Matériel nécessaire

Disposer d'un ordinateur ou d'une tablette
Une connexion Internet

Modalités d'évaluation des acquis

Auto-évaluation sous forme de questionnaires
Exercices sous formes d'ateliers pratiques
Questionnaire de positionnement & Evaluation à chaud.

Moyens pédagogiques et techniques

Accès au cours en ligne
Cours théorique au format vidéo
Accessible via un ordinateur ou une tablette
Assistance par téléphone et/ou email



FORMATEUR(ICE) :

Disposant de plusieurs années d'expérience
dans l'enseignement de cette discipline.



ACCESSIBILITE

Formations en distanciel accessibles aux
personnes à mobilité réduite
Audiodescription et sous titrage non disponibles

PROGRAMME

1. Introduction à la levée des tensions
2. Levées de tension sur la région cervicale
3. Levées de tension sur la région thoracique et la ceinture scapulaire
4. Levées de tension sur la région lombaire et la ceinture pelvienne
5. Levées de tension sur le membre supérieur
6. Levées de tension sur le membre inférieur