

Formation continue pour physiothérapeutes Rabais pour les membres de l'ACP

Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.0 Nouveautés dans la prévention des blessures en course à pied</p> <p>En présentiel</p> <p>17 heures</p> <p>15 % de rabais avec le code promo A1C5P</p> <p><u>Inscrivez-vous ici!</u></p>	<p>Facteurs de risque de blessure en course à pied (p. ex., anatomie, biomécanique, force)</p> <p>Analyse et modification du patron de course</p> <p>Prescription de chaussures</p> <p>Outils et paradigmes de traitement pour les blessures les plus communes en course à pied (p. ex., quantification du stress, protection versus adaptation)</p>	<p>60 % théorie</p> <p>40 % pratique</p> <p>Résumé des études sur la prévention des blessures en course à pied</p> <p>Exercices pratiques d'analyse du patron de course à pied et de gammes éducatives</p> <p>Discussion en groupe sur les meilleurs traitements pour les blessures les plus communes en course à pied</p>	<p>Astuces pour évaluer les coureurs blessés</p> <p>Lignes directrices cliniques claires en matière de gestion des contraintes, d'entraînement croisé et de modulation de l'entraînement</p> <p>Analyse de la biomécanique sur tapis roulant et modifications du patron de course</p> <p>Algorithme de prescription de chaussures de course</p>



Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.1 Diagnostics des blessures en course à pied: Aspects pratiques En présentiel 16 heures 15 % de rabais avec le code promo A1C5P Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Tests diagnostiques, raisonnement clinique et diagnostics différentiels pour les blessures de course</p>	<p>Démonstration et pratique des tests diagnostiques pour plus de 50 pathologies</p> <p>Raisonnement clinique interactif sur le diagnostic à partir d'études de cas</p>	<p>Tests diagnostiques clés pour les blessures les plus communes à la hanche, au genou et au pied (p. ex., syndrome de la bandelette ilio-tibiale, douleurs fémoropatellaires, tendinopathies, fractures de stress)</p>
<p>1.2 Traitement des blessures en course à pied: Aspects pratiques En présentiel 16 heures 15 % de rabais avec le code promo A1C5P Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Indications guidant la prescription d'exercices thérapeutiques de traitement et de prévention des blessures chez les coureurs</p> <p>Revue critique des écoles de pensée en matière d'exercices thérapeutiques pour le quadrant inférieur</p>	<p>Démonstration, pratique et enseignement des exercices les plus recommandés par les experts internationaux</p> <p>Raisonnement clinique interactif sur le traitement à partir d'études de cas</p>	<p>Justification et raisonnement clinique derrière la prescription et la progression d'exercices d'assouplissement, de renforcement, de proprioception, de contrôle moteur et d'adaptation tissulaire</p>



Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.3 Prise en charge du pied du coureur</p> <p>En présentiel</p> <p>7 heures</p> <p>15 % de rabais avec le code promo A1C5P</p> <p>Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Tests pour diagnostiquer les différentes pathologies du pied du coureur</p> <p>Choix et techniques de modification, de correction ou d'amélioration des chaussures pour prévenir et traiter les pathologies du pied (p. ex., orthèses plantaires, laçage, semelles, chaussettes)</p>	<p>Enseignement multidisciplinaire entre un podiatre et un physiothérapeute</p> <p>Démonstration et pratique des tests diagnostiques pour plus de 40 pathologies du pied</p> <p>Raisonnement en équipe : diagnostic et traitement de cas cliniques</p>	<p>Astuces d'optimisation du diagnostic, de la prise en charge et de la prévention des pathologies du pied, sur le terrain et en clinique</p> <p>Éducation des patients coureurs à la préparation et aux soins du pied en prévision d'épreuves de longue durée</p>

Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.6 La science en pratique: De l'article à la clinique</p> <p>En ligne</p> <p>5 heures</p> <p>20 % de rabais avec le code promo A2COP</p> <p><u>Inscrivez-vous ici!</u></p>	<p>Conseils pour trouver, lire et interpréter des articles scientifiques (p. ex., séries de cas, essais cliniques randomisés, revues systématiques)</p> <p>Validité interne et externe, signification statistique et clinique, taille de l'effet, risque de biais et corrélation ou causalité dans diverses études (p. ex., transversale, rétrospective, prospective)</p>	<p>3 heures de vidéos qui expliquent comment s'y retrouver, lire et interpréter dans la littérature pour établir un diagnostic précis, appliquer un plan de traitement approprié et choisir des indicateurs de suivi de progrès des patients</p> <p>6 cas cliniques</p> <p>50 questions d'examen</p> <p>Un club de lecture mensuel pour passer en revue les articles les plus récents et en discuter avec l'équipe de R&D de La Clinique Du Coureur</p>	<p>Concepts clés d'une pratique clinique basée sur les données probantes expliqués par un clinicien chercheur</p> <p>Trucs et conseils simples pour savoir comment utiliser la recherche pour guider la pratique clinique</p> <p>Outils basés sur les données probantes pour guider les patients vers les traitements les plus efficaces et obtenir les meilleurs résultats en se basant sur la recherche appliquée</p>



Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.7 Principes et planification d'entraînement</p> <p>En présentiel</p> <p>7 heures</p> <p>15 % de rabais avec le code promo A1C5P</p> <p>Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Principes et méthodes d'entraînement et d'encadrement des coureurs, récréatifs comme de pointe (p. ex., microcycle et macrocycle, préparation générale et spécifique, affûtage, entraînement continu et par intervalles)</p> <p>Filières énergétiques et déterminants de la performance en endurance (p. ex., vitesse maximale aérobie, économie de course, tolérance au lactate)</p>	<p>Démonstration et pratique des exercices de renforcement les plus efficaces pour prévenir les blessures et améliorer les performances en course à pied</p> <p>Raisonnement en équipe pour planifier un programme de reprise ou de poursuite de la course à pied par des cas cliniques</p> <p>Séance dirigée de course à pied et de renforcement musculaire au poids du corps à la fin de la journée</p>	<p>Clés de planification d'un programme annuel et hebdomadaire d'initiation ou de reprise de l'entraînement en course à pied (en sentier, sur piste, sur route ou en triathlon)</p> <p>Principes fondamentaux de la planification de l'entraînement (adaptation, spécificité, progression, récupération, réversibilité, alternance, interférence, surcharge)</p>



Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.8 Nutrition et micronutrition sportives pour les sports d'endurance</p> <p>En présentiel</p> <p>7 heures</p> <p>15 % de rabais avec le code promo A1C5P</p> <p>Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Bases fondamentales de la nutrition et de la biochimie nutritionnelle appliquées à la pratique sportive</p> <p>Analyse de l'environnement alimentaire et des facteurs qui influencent la qualité nutritionnelle des aliments</p>	<p>Regard critique sur la place véritable de la nutrition dans les performances et dans la prévention des pathologies, à partir des dernières connaissances scientifiques validées</p> <p>Revue de la recherche sur les piliers de la nutrition, les micronutriments indispensables et les besoins nutritionnels des coureurs</p>	<p>Connaissances essentielles pour intégrer la nutrition dans sa vie quotidienne et dans sa pratique professionnelle pour orienter les patients coureurs</p> <p>Clés pour identifier les troubles fonctionnels et les pathologies des coureurs en lien avec l'alimentation</p>



Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.9 La course au féminin: Puberté, périnatalité, péri-ménopause et santé abdomino-pelvienne</p> <p>En présentiel 14 heures</p> <p>15 % de rabais avec le code promo A1C5P</p> <p>Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Modulation et dosage de la pratique de la course à pied en fonction des transformations morphologiques et hormonales durant l'adolescence, la grossesse, la période post-partum, l'allaitement et la ménopause</p> <p>Algorithme décisionnel et programmes d'entraînement adaptés pour orienter l'initiation ou la reprise de la course à pied en post-partum</p>	<p>Présentation des outils et des méthodes essentiels de prévention, de diagnostic, de traitement et de suivi des principales pathologies abdomino-pelviennes rencontrées chez les coureurs</p> <p>Démonstration et pratique d'exercices de contrôle moteur et de renforcement du plancher pelvien à prescrire aux coureurs</p> <p>Raisonnement en équipe :</p> <p>programmer une reprise de la course à pied chez des femmes en post-partum</p>	<p>Connaissance des effets de la course à pied sur la santé abdomino-pelvienne, chez la femme particulièrement</p> <p>Éducation des patients sur la pression intra-abdominale et le principe de piston entre le diaphragme et le plancher pelvien</p> <p>Outils thérapeutiques préventifs et curatifs pour les pathologies des coureurs associées à la périnatalité et à la santé abdomino-pelvienne</p>

Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
<p>1.10 PEACE & LOVE: Prise en charge des blessures aiguës</p> <p>En ligne</p> <p>8 heures</p> <p>20 % de rabais avec le code promo A2COP</p> <p>Inscrivez-vous ici!</p>	<p>Fondements théoriques et preuves cliniques de prise en charge des blessures aiguës, des soins immédiats</p> <p>(PEACE : Protection, Élévation, Anti-inflammatoires à éviter, Compression, Éducation) à la réadaptation</p> <p>(LOVE : <i>Load</i> (Charge), Optimisme, Vascularisation, Exercices)</p>	<p>5 heures de vidéos qui synthétisent et traduisent plus de 80 revues systématiques et consensus d'experts sous forme de lignes directrices cliniques concrètes</p> <p>6 affiches éducatives</p> <p>4 cas cliniques</p> <p>100 questions d'examen</p>	<p>Justification et applications pratiques du nouveau protocole PEACE & LOVE pour les lésions traumatiques de tissus mous (p. ex., entorses articulaires, lésions méniscales ou musculaires)</p> <p>Éducation des patients pour éviter les effets délétères de la surinvestigation, de la surmédicalisation et de la surmédication</p>

Cours	Quoi?	Comment?	Applications cliniques
2.0 Cours Expert En présentiel 40 heures Pas de rabais <u>Inscrivez-vous ici!</u>	Applications avancées de tous les concepts présentés dans nos cours de la série 1.X quant à la prévention, au diagnostic, au traitement et au suivi des blessures, avec de véritables patients	5 jours d'exposés par 15 experts de divers domaines (p. ex., physiologie, nutrition, santé pelvienne, podiatrie) et de discussions en groupe pour diagnostiquer et traiter des cas cliniques	Une semaine entière d'apprentissage immersif; le cours le plus avancé offert aux professionnels de la santé en lien avec la course à pied, pour faire de vous un.e expert.e!