



L'activité physique, un outil de santé

PERSONNES CONCERNÉES

Professionnels de santé (médecins, pharmaciens, infirmiers, masseurs kinésithérapeutes, ergothérapeutes, psychomotriciens).

Professionnels du sport et de l'activité physique et professionnels de l'activité physique adaptée santé (APAS) (éducateurs physiques et sportifs ayant un diplôme tels que BP, BF, BPJEPS, licence et master Staps, diplômés fédéraux).

COMPÉTENCES À L'ISSUE DE LA FORMATION

- > Comprendre la notion de développement du capital santé et son maintien le plus longtemps possible.
- > Analyser et appliquer les textes législatifs sur la prescription médicale de l'activité physique aux patients en affection de longue durée (ALD).
- > Evaluer les limites fonctionnelles relevant de la prise en charge des patients en ALD et construire les procédures en découlant.
- > Conceptualiser et appliquer la mise en oeuvre de la prescription médicale d'activité physique et sportive (APS) aux patients dans le cadre de la prévention secondaire et tertiaire.
- > Mettre en oeuvre la prévention primaire par l'APS en faveur de la population en général et en particulier des populations fragilisées.
- > Apprendre sur le terrain plusieurs types d'activités physiques et sportives pouvant être proposés à ces publics.

PROGRAMME

Mise à jour des connaissances

- Rappel succinct de la physiologie et de la physiopathologie de l'exercice, notions de déconditionnement et de reconditionnement.
- Effets bénéfiques et délétères de l'APS sur la santé aux différents âges de la vie, en particulier chez l'enfant et pour le bien vieillir.
- Effets bénéfiques de l'APS dans les affections chroniques et états morbides : maladies métaboliques (diabète, obésité), cancers, maladies cardiovasculaires et respiratoires, affections neurologiques et affections de l'appareil locomoteur.
- Place de l'alimentation avec une diététicienne.
- Aspects règlementaires, outils organisationnels ; notions d'applications à la géographie urbaine.

Ateliers pratiques

- Entretien et renforcement musculaire, fitness, Qi-Gong, contrôle proprioceptif et d'équilibre, exercices respiratoires.
 - Sports : marche nordique, vélo, aqua gym, pilâtes, ergomètres ; exposé sur la natation.
- Moyens d'évaluation : VO2 max, test marche 6mn et autres test physiques ; notions succinctes sur l'apport des outils connectés d'évaluation et de suivi.

Exploitation des connaissances acquises

- Entretien motivationnel.
- Evaluation des limites fonctionnelles relevant de la prise en charge des ALD et construction des procédures en découlant.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La formation comporte deux étapes : l'analyse des pratiques et la mise à jour des connaissances. Exposés théoriques. Ateliers pratiques. Echanges et discussions.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES

Mme Marie-Eve ISNER-HOROBETI, Professeur à la Faculté de Médecine, Service de Médecine Physique et de Réadaptation, Institut Universitaire de Réadaptation Clémenceau de Strasbourg.

M. Jehan LECOQ, Professeur conventionné, Service de Physiologie et Exploration fonctionnelle des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, ancien Président de la Société Française de Médecine de l'exercice et du sport.

M. Claude SCHNEIDER, Maître de Conférences de l'Université de Strasbourg, Faculté de Pharmacie, Président de l'Office des Sports de Strasbourg et Directeur des Cours de Strasbourg.

STAGE INTER
ÉTABLISSEMENTS.

Durée : 4 jours

En 2018

Référence : CJT18-0385A
du 26 novembre 2018
au 29 novembre 2018

Tarif

1280 €

Repas de midi pris en charge
par les organisateurs.

Lieu

Rowing Club de Strasbourg
9 allée Colette Besson
Parc du Heyritz
67100 Strasbourg

CE STAGE NE PEUT PAS
ÊTRE RÉALISÉ EN INTRA

Renseignements et inscriptions

Caroline Jaclot
Tél : 03 68 85 49 26
Sauf le mercredi après-midi
Fax : 03 68 85 49 29
c.jaclot@unistra.fr

Nature et sanction de la formation

Cette formation constitue
une action d'adaptation et
de développement des
compétences.
Elle donne lieu à la délivrance
d'une attestation de
participation.
Une évaluation en fin de
formation permet de
mesurer la satisfaction des
stagiaires ainsi que l'atteinte
des objectifs de formation
(connaissances,
compétences, adhésion,
confiance) selon les niveaux
1 et 2 du modèle
d'évaluation de l'efficacité
des formations Kirkpatrick.