

## E-BFR : BLOOD FLOW RESTRICTION

*Cette formation construite en distancielle vous permettra de maîtriser l'utilisation du BFR (blood flow restriction ) en rééducation.*

*Le BFR ou exercice avec restriction de la circulation sanguine a été développé au Japon dans les années 60 au Japon par Yoshiaki Sato.*

*Cette approche possède plusieurs intérêts dans la prise en charge des pathologies musculo-squelettique. Cependant les modalités d'utilisation doivent être maîtriser pour une utilisation en toute sécurité. Vous intégrerez au travers de ce cours les règles de sécurité avec différents types de matériels.*

*De nombreuses études scientifiques sont venues mettre en avant l'intérêt de cette techniques. La restriction de flux sanguin local a un impact sur le contexte métabolique et le développement de l'hypertrophie dans différentes contextes. Il s'agira de maîtriser le contexte d'utilisation et la place dans la rééducation post-opératoire après LCAE - fracture - luxation d'épaule ou bien dans les tendinopathies et lésion myo-aponévrotiques.*

*Au sein de ce parcours de formation vous serez en plus sensibiliser à la prise en charge des ces pathologies et des key points rééducatifs. Tout un chapitre sera consacré au lésion musculaire et sur les modalités de prise en charge en plus de la place du BFR dans leur traitement.*

*Dans un contexte de décharge du système ostéo-articulaire, l'utilisation du BFR aura un rôle un majeur - limiter les contraintes sur le cartilage et favoriser le développement musculaire local. On perçoit également son impact chez la personne âgée et le déconditionnement. FRED CAUSSE kinésithérapeute formé et certifié depuis bientôt 10 ans vous accompagnera dans votre cursus de formation pour intégrer cette technique novatrice dans votre arsenal thérapeutique.*

**Durée:** 6.00 heures (0.00 jours)

### Profils des stagiaires

- MSK - Ostéopathes - Médecin

### Prérequis

- MK DE
- DO ostéopathie
- titulaire médicale

### Objectifs pédagogiques

- Développer les connaissances dans la prise en charge des troubles musculo-squelettiques
- Connaître les champs d'applications médicales du concept de Blood Flow Restriction

- Approfondir des concepts de physiologie appliqués à la réhabilitation du patient sportif
- Maîtriser l'outil BFR au sein de la prise en charge de pathologie de l'appareil locomoteur ( tendinopathie - LCAE - fracture - lésion musculaire ....)
- Appréhender et maîtriser les protocoles de prise en charge de rééducation précoce
- Maîtriser les règles de sécurité du BFR
- Comprendre l'apport du BFR dans la rééducation des troubles musculo-squelettique

## Contenu de la formation

- Introduction
  - Généralités
  - Les Dispositifs (occlusion cuff / Mad-up)
  - intérêts du BFR
  - les règles de sécurités médicales
- Historique et évolution du BFR
- Mode d'emploi et modalités pratiques
  - mise en pratique
  - Mad up
  - bracières
- Physiologie du BFR
- Bases scientifiques et revues de littératures.
- Le muscle
  - Physiologie musculaire
  - métabolisme cellulaire
  - Architecture musculaire
- Syndrome fémoro-patellaire
  - diagnostic clinique
  - protocole de prise en charge
  - stabilisation latérale et facteur de risque
  - intérêt du BFR et modalité d'application
- Arthrose et atteinte cartilagineuse
  - genou cartilagineux et apport du BFR
- Trouble cardio-vasculaire et réadaptation
  - Rappel
  - intérêt et utilisation du BFR
  - Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Les tendinopathies
  - le tissu conjonctif - ténocyte
  - modèle de Jill COOK et Ebonie Rio : le tendon réactif Vs atteinte chronique
  - concept d'optimal loading et remise en charge progressive
  - stade de prise en charge et intérêt du BFR
  - Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Tendinopathie de la coiffe des rotateurs
  - rappel anatomique
  - diagnostic clinique
  - stabilisation scapulaire
  - stade de prise en charge et intérêt du BFR
  - Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Tendinopathie patellaire
  - rappel anatomique
  - diagnostic clinique
  - stade de prise en charge et intérêt du BFR
  - Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Tendinopathie achilléenne

## KLYF SAS

54 rue Gabriel Péri

69100 VILLEURBANNE

Email: formation@k-lyf.com

Tel: 0617039498



- rappel anatomique
- diagnostic clinique
- stade de prise en charge et intérêt du BFR
- Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Les lésions myo-aponévrotiques
  - l'unité myo-aponévrotique
  - mécanismes lésionnels
  - caractéristiques musculaires (force-vitesse : angle de pennation, Cross section area)
  - Physiopathologie des lésions musculaires et prise en charge BFR
  - Mise en pratique et catalogues d'exercices
- Examen final
  - QCM

### Organisation de la formation

#### Equipe pédagogique

FRED CAUSSE

#### Moyens pédagogiques et techniques

- Documents pdf supports de formation en ligne
- Supports vidéos en ligne - exercices filmés
- FAQ disponible en ligne sur chaque chapitre
- Examen d'évaluation des compétences en fin de cycle
- Exposés théoriques

#### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de relevés des connexions et participation module par module
- QCM modulaire et final
- Formulaires d'évaluation de la formation