

Programme

Tape dynamique : de la théorie à la pratique

THÉORIE

- 9h00** : Présentation du Centre de Formation et consignes de fonctionnement et de sécurité
Présentation de(s) formateur(s)
Présentation des participants et attentes de chacun
Remise du support de cours et du matériel
- 9h15** : Etat des lieux sur les contentions souples : Strap vs. Kinesio-tape vs. tape dynamique
Présentation de la méthode de Tape dynamique et ses principes
Qu'est ce que la bande de tape dynamique?
Qu'est ce qui diffère le Tape dynamique des autres bandes : principe, élasticité, qualité de la bande, technique de pose
- 9h30**: Mode d'emploi pour une pose efficace et sans effets délétères
Les indications et contre-indications du Tape dynamique
Les erreurs observées chez les thérapeutes rendant inefficace le Tape dynamique
- 9h45** : Les effets du Tape dynamique
Les effets mécaniques : Influencer les propriétés biomécaniques des tissus – Influencer l'énergie cinétique
Notion de biomécaniques : les bras de leviers mécaniques, l'hyper sollicitation du système squelettique, la tendinopathie (quand, pourquoi, comment), l'hysteresis (action/réaction)
La course musculaire : relation longueur/vitesse
Les effets neurophysiologiques : Stimulation des processus neurophysiologiques de la douleur
- 10h10** : Les techniques directes : impact sur la jonction myo-tendineuse - Indications et effets - Influences
Les techniques indirectes : techniques de correction - Indications et effets
Physiologie de la douleur
- RÉSUMÉ : Questions/Réponses

PRATIQUE : travail en binôme

Utilisation de différentes marques de bande : Dynamic Tape – Doki Namic - Eco Tape

- 10h30** : Enseignement des différentes techniques d'applications
- Les techniques directes pour les applications thérapeutiques suivantes :
Cervicalgie et Trapèze

Cercle d'Etudes Vendée – Atlantique de Kinésithérapie

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 52 85 01087 85 auprès du Préfet de Région des Pays de la Loire.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

11h00 : Pause de 15 minutes

11h15 : *Suite des techniques directes :*

Pathologies d'épaules (coiffe des rotateurs, acromio-claviculaire, instabilité)
Tendinopathie et biceps (abord de chaîne musculaire)
Epicondylites latérale et médiale

12h30 : Pause déjeuner

13h30 : *Suite des techniques directes :*

Ténosynovite de De Quervain
Quadriceps / Ischio-jambiers (lésion musculaire, tendinopathie, arthrose, Osgood-Schlatter)
Syndrome fémoro-patellaire
Bande ilio-tibiale (« l'essuie-glace »)
Triceps sural (lésion musculaire, tendinopathie, Sever, fasciite plantaire)
Entorse de cheville

15h15 : Pause de 15 minutes

15h30 : *Enseignement des différentes techniques d'applications*

- *Les techniques indirectes :*

Conflit fémoro-patellaire
Pied plat et effondrement de l'arche plantaire
Hallux valgus
Insuffisance musculaire : releveurs du pied, épaule, extenseurs de main et doigts
Périostite
Canal carpien
Posture rachidienne : Posture Pals, rachialgie

17h15 : Evaluation écrite sous la forme de QCM et correction

17h30 : Fin du stage et remise des certificats