

# RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

## PROGRAMME

---

2 jours - 16 heures - Brice PICOT & Massamba M'BAYE

### JOUR 1

8h30 - 9h	Accueil des participants et présentation de la formation
9h - 9h30	Comprendre l'épidémiologie
9h30 - 10h30	Les facteurs de risque de la lésion du LCA
10h30 - 10h45	Pause
10h45 - 12h	Mieux comprendre l'impact du système nerveux sensori-moteur dans le mécanisme lésionnel
12h - 13h	Repas
13h - 13h30	Réflexion autour de nos pratiques pré-opératoires
13h30 - 15h	Comment lutter contre l'inhibition (Arthogenic Muscle Inhibition) en pratique quotidienne ?
15h - 15h15	Pause
15h15 - 18h	- De l'opération au 4ème mois : optimisation de la phase initiale de rééducation - Lutte contre l'amyotrophie : créer un environnement favorable à l'apprentissage moteur - Retour à la course à pied - Les phases initiales de renforcement musculaires - Prise en charge du site de prélèvement - DIDT - KJ
18h - 18h30	Faut-il opérer tous les patients après une rupture du LCA ? Quels arguments retenir pour prendre cette décision ?

# RÉÉDUCATION AVANCÉE DU LCA DE LA LÉSION AU RETOUR À LA PERFORMANCE

## PROGRAMME

---

2 jours - 16 heures - Brice PICOT & Massamba M'BAYE

### JOUR 2

8h30 - 10h30	Évaluations Neuromusculaires avancées : Force Max, Évaluation temporelle de la création de force (Time to peak / RFD/Impulse), Puissance musculaire, Force réactive
10h45 - 11h	Pause
11h - 12h30	Optimiser le développement des qualités neuromusculaire pour le retour à la performance
12h30 - 13h30	Repas
13h30 - 15h	Amélioration des capacités de décélération et de changements de direction
15h - 16h45	Approche neurocognitive : Quand et comment l'intégrer à la rééducation ?
16h45 - 17h15	Planification : Comment organiser les différentes phases ? Étude de cas cliniques
17h15 - 17h30	Conclusion de la formation - discussion