

FORMATION A LA METHODE MEZIERES EN FRANCE 2021-2022

“PHYSIOTHERAPIE GLOBALE DES CHAÎNES MYOFASCIALES” (PGCM)

RÉÉDUCATION DE LA POSTURE ET DU MOUVEMENT



PRÉSENTATION

Membre du SOFAC et certifiée ISO 9001, l'AMIK assure la formation à la méthode Mézières dans le respect des principes fondamentaux tout en travaillant à l'évolution de cette méthode par le biais de la recherche.

Elle est une des seules associations à accompagner ses praticiens en leur offrant la possibilité de continuer à enrichir leur pratique.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Acquérir les compétences nécessaires pour évaluer et traiter les troubles musculo-squelettiques les plus fréquents moyennant une approche de physiothérapie globale des chaînes myofasciales selon les principes de la Méthode Mézières.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Assimiler les connaissances théoriques et pratiques nécessaires pour l'évaluation posturale des chaînes articulaires et myofasciales.
- Acquérir les bases de la méthodologie scientifique et de la kinésithérapie basée sur des évidences scientifiques, appliquées au raisonnement et à la pratique clinique en physiothérapie globale.

- Intégrer les concepts théoriques et pratiques pour traiter des pathologies musculo-squelettiques au moyen des techniques manuelles analytiques et globales.
- Appliquer des connaissances acquises dans des cas cliniques spécifiques par les diverses méthodologies pédagogiques employées.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Public

Aux diplômés d'état en kinésithérapie

L'AMIK prend en compte les problématiques liées au handicap, et adapte la pédagogie en fonction du type de handicap :

- Accessibilité : toutes nos formations se déroulent dans des lieux (salles ou hôtels) conformes avec la norme d'accessibilité ERP
- Handicap visuel : le formateur est averti de la présence d'une personne malvoyante et adapte sa pédagogie ; de plus, l'AMIK tient compte dans l'impression des supports, de la nécessité d'imprimer en gros caractères. Si besoin, l'AMIK transmet , en amont de la formation, le support afin que le stagiaire puisse le consulter et le transcrire en braille, si besoin.
- Handicap auditif : le stagiaire est placé de telle manière qu'il puisse avoir la meilleure réception possible-
- Handicap moteur : il est préférable de nous interroger en cas de handicap moteur.

Pour toute situation particulière de handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions analyser vos besoins.

Les sites <https://www.agefiph.fr/> ou <https://travail-emploi.gouv.fr/formation-professionnelle/formation-des-personnes-en-situation-de-handicap/> peuvent aussi apporter des réponses à vos interrogations.

Durée

5 séminaires de 3 jours présentiels (120h) + 40h en classes virtuelles

Calendrier

Cycle 1 : du 18 au 20 mars 2021

Cycle 2 : du 10 au 12 juin 2021

Cycle 3 : du 16 au 18 septembre 2021

Cycle 4 : du 4 au 6 novembre 2021

Cycle 5 : du 20 au 22 janvier 2022

Classes virtuelles :

Cycle 1 Lundi 15 mars 2021 de 17h à 20h Mardi 16 mars 2021 de 17h à 20h

Cycle 2 Vendredi 4 juin 2021 de 17h à 20h Lundi 7 juin 2021 de 17h à 20h Mardi 8 juin 2021 de 18h à 20h

Cycle 3 Lundi 13 septembre 2021 de 17h à 20h Mardi 14 septembre 2021 de 17h à 20h

Cycle 4 Mercredi 27 octobre 2021 de 17h à 20h version 2020 Jeudi 28 octobre 2021 de 17h à 20h Mardi 2 novembre 21 de 18h à 20h

Cycle 5 Jeudi 13 janvier 2022 de 17h. à 20h Vendredi 14 janvier 2022 de 17h. à 20h Lundi 17 janvier 2022 de 17h. à 20h Mardi 18 janvier 2022 de 17h. à 20h

Horaires : Jeudi, vendredi, samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h + classe virtuelle (en distantiel)

Lieux / Coût

– **Villejuif**

3200 € (possibilité de prise en charge FIF-PL dans la limite de vos droits annuels)

Places

Nombre de participants minimum de 9 et limité à 16

Reconnaissance académique

Cette formation est reconnue par l'Association Méziériste Internationale de Kinésithérapie (France) et par l'Instituto de Fisioterapia Global Mézières (Espagne)

Langue d'enseignement

Français

CONTENU THÉORIQUE

1. Principes fondamentaux de la Méthode Mézières
 - Historique de la Méthode Mézières et évolution des chaînes myofasciales
 - Les muscles postérieurs forment une chaîne qui tend à l'hypertonie et à la rétraction.
 - La lordose est mobile. Principe du dysmorphisme
 - Le blocage diaphragmatique coexiste avec l'hyperlordose
 - Les positions de la tête et sa relation avec le tronc
 - Le réflexe antalgique à priori
2. Les indications et limites de la Méthode Mézières
3. L'examen clinique méziériste.
4. L'évaluation technologique par biométrie numérique en 3D
5. Les chaînes musculaires selon Françoise Mézières
6. Les typologies corporelles
7. La respiration et la posture

8. L'unité céphalo-cervicale et la posture. Importance de la région orofaciale et de la mâchoire.
9. La physiopathologie du membre supérieur. Approche globale
10. Biomécanique et physiopathologie du complexe lombo-pelvi-fémoral. Approche Globale
11. L'étude du pied et son implication dans la statique
12. Les dysmorphismes du genou. Approche globale
13. Troubles morfo-statiques du rachis dorsal et lombaire
14. Fondements scientifiques de la Méthode Mézières dans la pathogénèse de la scoliose idiopathique
15. La physiologie neuromusculaire: l'analyse des comportements myofasciaux
16. Le modèle biopsychosocial. Approche thérapeutique des syndromes douloureux chroniques

CONTENU PRATIQUE

A) L'EXAMEN MORPHO-STATIQUE, DYNAMIQUE ET DE L'EXTENSIBILITÉ

Analyse et évaluation clinique:

- Morpho-statique bipède
- Extensibilité des chaînes myofasciales
- Déséquilibres articulaires analytiques et globaux
- La marche et le geste
- Reconnaissance du schéma corporel

B) OBSERVATION DES COMPENSATIONS ET LES MÉCANISMES NEUROMUSCULAIRES

1. L'analyse des compensations et leurs relations avec la rétraction myofasciale
2. Anatomie palpatoire :
 - Position articulaire
 - Tonicité musculaire
 - Raccourcissement myofascial
 - Extensibilité myofasciale
3. La plasticité cérébrale. La reconnaissance et l'intégration d'un nouveau schéma corporel.
4. Réharmonisation proprioceptive dans la statique et le geste

C) RÉHARMONISATION POSTURALE

1. Les postures globales d'étirement myofascial actif
 - Les étirements des chaînes myofasciales impliquées dans les déséquilibres morpho-statiques.
 - La rééducation posturale symétrique et asymétrique, en décharge (décubitus dorsal) et en charge (assis et debout)
 1. La rééquilibration respiratoire. La prévalence des chaînes myofasciales et les typologies respiratoires.
 2. Les techniques de thérapie manuelle associées à la rééducation posturale: la thérapie myofasciale, les techniques neuromusculaires, les réajustements articulaires.
 3. Le travail dynamique des membres et les mouvements rythmiques des ceintures.

D) LES ALTÉRATIONS MORPHO-STATIQUES ET LA PATHOLOGIE

1. L'unité crânio-sacrée

1.1 Les processus dégénératifs de la colonne vertébrale (arthrose, hernies..).

1.2 Les déviations du rachis (hyperlordose, cyphose, dos plat, scoliose...)

1.3 Les maladies rhumatismales (Scheuermann, spondylo-arthrose, inflammations...)

1.4 Les douleurs rachidiennes (névralgies cervico- brachiales, lombalgies, dorsalgies...)

1.5. Les dysfonctions temporo-mandibulaires: les implications globales.

2. Le membre supérieur

- Les tendinopathies et les déséquilibres myofasciaux. Le syndrome sub-acromial.

3. Le membre inférieur

3.1 Les altérations des axes et les processus dégénératifs (varum/valgus, flexum/recurvatum, syndrome fémoro-patellaire, gonalgies, coxarthrose...)

- 2. Les troubles du pied (douleurs du métatarse, hallux-valgus, pied plat/creux...)

E) TRAVAIL PRATIQUE INDIVIDUEL ET EN GROUPE

1. Pratique de techniques spécifiques deux par deux
2. Traitements des cas individualisés
3. Ateliers pratiques sur des cas particuliers
4. Évaluations pratiques pendant la formation

MÉTHODOLOGIE ET ÉVALUATION

L'animation est assurée, tant pour les cours théoriques en e-learning que pour les démonstrations et ateliers pratiques, par une équipe de praticiens confirmés dans leur spécialité.

Pour assurer, à cette action, l'efficacité recherchée, le nombre des participants est limité et la formation dispensée est fondée sur:

- l'alternance de parties théoriques et pratiques bénéficiant d'un support visuel et de pièces anatomiques
- des démonstrations pratiques, ateliers en petits groupes et présentations de cas
- l'organisation de tables rondes

Dans le but de vérifier l'évolution de l'apprentissage des stagiaires, des contrôles pratiques seront réalisés in situ et des évaluations théoriques on-line, en plus des consultations par vidéo-conférence et un grand support par des réseaux sociaux.

Certificat de fin d'études

Un certificat de fin d'études sera délivré aux stagiaires qui auront:

- 1) effectué leur stage d'enseignement à la fois en présentiel et en distanciel
- 2) réussi l'évaluation pratique,
- 3) effectué un traitement didactique chez un praticien méziériste pour parfaire leur apprentissage, dans l'intervalle des cycles.

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

DIRECTEUR

Juan Ramón Revilla

Kinésithérapeute méziériste

Doctorant en kinésithérapie de l'Université Internationale de Catalogne – Barcelone

Professeur associé de l'Université Internationale de Catalogne – Barcelone

Directeur du Centre de Kinésithérapie KineMez, Barcelone.

Directeur et formateur de l'Institut de Fisioteràpia Global Mézières (IFGM).

Fondateur, Président et vice-président de l'Asociación Méziérista Iberoamericana de Fisioterapia (AMIF)

Directeur de l'entreprise technologique Physicaltech. Barcelone

Membre du Conseil d'Administration de l'AMIK

FORMATEURS

FORMATEURS

JUAN-RAMON REVILLA

Kinésithérapeute méziériste, Master en kinésithérapie

Directeur pédagogique formation PGCM de l'AMIK

JOSE RAMIREZ-MORENO

Kinésithérapeute méziériste, doctorant en kinésithérapie

Formateur PGCM de l'AMIK

SANDRINE GAIN DUVAL

Kinésithérapeute méziériste

Formatrice PGCM de l'AMIK

CAROLINE FABRE

Kinésithérapeute méziériste

Formatrice PGCM de l'AMIK

ALAIN ROUSSANGE

Masseur-Kinésithérapeute

DIU Neuro-Sciences en posturologie clinique

Formateur PGCM de l'AMIK



Renseignements et inscriptions :

7 rue de la Pompe au Bréteil

33320 EYSINES

Téléphone :

05 56 79 17 19

Email :

amik.secretariat@gmail.com

Permanences :

lundi, mardi et jeudi de 8h45 à 16h45