

Micronutrition : application en périnéologie

3 jours, soit 21 heures en classe virtuelle
avec Guénaëlle ABEGUILE

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

OBJECTIFS :

Suivant les causes des dysfonctions périnéales, les femmes pourront bénéficier d'une prise en charge kinésithérapique, parfois médicamenteuse ou bien encore chirurgicale. Grâce aux recherches scientifiques les mécanismes physiopathologiques à l'origine de ces troubles sont de mieux en mieux compris.

Ces avancées permettent de porter un nouveau regard sur les solutions micronutritionnelles permettant d'accompagner votre rééducation périnéale. Prise en charge kinésithérapique et micronutritionnelle apporteront un effet synergique pour une prise en charge globale de votre patiente.

Objectifs de cette formation :

- Comprendre l'impact des déséquilibres nutritionnels et fonctionnels sur la fonction périnéale.
- Être en mesure d'évaluer la ou les causes nutritionnelle(s) et micronutritionnelle(s) des dysfonctions périnéales.
- Savoir proposer une prise en charge fonctionnelle, adaptée aux causes propres de chaque patiente.

PROGRAMME :

1er jour :

Hyperpression intra-abdominale et troubles de la statique pelvienne.

- **Dysbiose** et trouble de la statique pelvienne :
 - **Microbiote intestinal** :
 - A la découverte du microbiote intestinal
 - Facteurs déterminant la composition du microbiote
 - Microbiote et santé
 - **Excès de Fermentation** et hyperpression intra abdominale :
Candidose - dysbiose de fermentation - SIBO :
 - Quelques définitions
 - Facteurs favorisants
 - Différencier les différents déséquilibres du microbiote
 - Prise en charge nutritionnelle et micronutritionnelle
- **Insulino-résistance**, graisse viscérale et trouble de la statique pelvienne :
 - Insulino-résistance : mécanismes physiopathologiques
 - La sédentarité
 - Les **charges glycémiques**
 - Rôle des micronutriments
 - Mise en évidence
 - Prise en charge

2ème jour :

Hyperactivité vésicale et micronutrition :

- **Hyperexcitabilité cellulaire** et hyperactivité vésicale :
 - **Déficit de magnésium** et excitabilité cellulaire
 - Mode d'action
 - Mise en évidence
 - Prise en charge
 - **Équilibre acido-basique** et hyperexcitabilité :
 - Acidose : Terrain favorisant la dysbiose, l'excitabilité cellulaire et les pertes de magnésium
 - Mise en évidence
 - Causes
 - Prise en charge

- **Dysbioses vésicales** et hyperactivité vésicale :
 - Les microbiotes : Intestinal- Buccal - Vaginal - Urinaire
 - Lien - Communication entre les microbiotes
 - Lien entre les microbiotes
 - Importance de **l'imprégnation oestrogénique**
 - Le Microbiote vaginal au cours du cycle physiologique
 - Microbiote vaginal et protections hygiéniques
 - Impact de la pilule contraceptive sur les microbiotes
 - Impact de la béance vulvaire sur les microbiotes
 - Dysbiose vésicale et vessie hyperactive :
 - Repérer la dysbiose vésicale
 - Prise en charge

- **Les infections urinaires** et hyperactivité vésicale :
 - Terrain favorisant :
 - La dysbiose
 - L'acidose
 - La **faiblesse du système immunitaire**
 - Impact du cycle ovarien
 - Mise en évidence
 - Prise en charge
 - Préventive
 - Curative

3ème jour :

Périnée et imprégnation hormonale

- Rôle des œstrogènes dans la tonicité périnéale
- Rôle des œstrogènes dans le microbiote vaginal
- Périnée et cycle physiologique
- Sport et périnée : impact du déséquilibre énergétique sur le périnée
- Déficit oestrogénique
 - Causes
 - Évaluation
 - Stratégies de prise en charge.

METHODOLOGIES :

Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format **en classe virtuelle** nécessitant le déploiement d'outils synchrones (en temps réel) qui correspondent à des temps de contacts directs entre les intervenants et les participants mais également entre les participants eux-mêmes, de partage d'écran, de PPT, documents et vidéos, de tableaux blancs interactifs, etc...

Le formateur s'appuiera sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique des différentes techniques prévues au programme.

Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Outil numérique synchrone (Zoom ou équivalent) pour une classe virtuelle en temps réel avec possibilité d'interaction, zone de chat, visio, partage d'écran, etc...
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT partagé et divers documents annexes

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Évaluation théorique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

FORMATEUR :

Guénaëlle ABEGUILE

- Kinésithérapeute DE, exerçant en libéral jusqu'en 2017
- Formatrice et praticien en Micronutrition & santé fonctionnelle
- Spécialisée en fertilité et troubles hormonaux
- Cofondatrice de DFM Formations