

Réhabilitation :
Réentraînement à l'effort et activités physiques adaptées (APA)
Formation de perfectionnement 2 jours (14h00)

Objectifs

- Acquérir des connaissances de base sur les mécanismes physiologiques d'adaptation à l'effort
- Acquérir des connaissances de base sur l'interprétation de l'épreuve fonctionnelle d'exercice (EFX VO2 max)
- Personnaliser et évaluer les programmes de réentraînement à l'effort et d'activités physiques adaptées.
- Intégrer les activités physiques dans le cadre de l'ETP et de l'accompagnement psycho-social
- Intégrer les activités physiques adaptées à court et à long terme dans les activités de la vie quotidienne

Pour qui ?

- Tous professionnels de santé et toutes personnes impliqués dans la prise en charge globale des patients et réhabilitation-réadaptation.

Pré-requis ?

- Professionnels de santé déjà sensibilisés à la réhabilitation-réadaptation.

Bénéfices métier

- Intégrer en pratique quotidienne les activités physiques adaptées comme un élément clé de la prise en charge globale des malades chroniques.

Points forts

- Cette formation théorique et pratique « Formation-Action » est réalisée par une équipe transdisciplinaire experte en ETP et réhabilitation.
- **Les plus** : Cette formation Action permet un transfert rapide des apprentissages dans la pratique quotidienne des professionnels de santé.
- Interactivité grâce à un groupe limité à 12 personnes.

Programme de la formation

Réentraînement à l'effort et activités physiques adaptées (APA)

- Mécanismes physiologiques d'adaptation à l'effort
 - ECG d'effort
 - L'épreuve fonctionnelle d'exercice (EFX VO2 max)
 - Notion de seuil ventilatoire
 - Notion de fréquence cardiaque cible
- Tests de terrain d'évaluation de la tolérance à l'effort
 - Tests de marche de 6 minutes
 - Test de stepper de 6 minutes
 - Tests de navette
 - Autres tests
- Les activités de réentraînement à l'effort
- La reprise des activités physiques adaptées (APA) dans la vie quotidienne
- Les autres activités de la réhabilitation : ETP, prise en charge psycho sociale
- Activités physiques et comorbidités
- Résultats du réentraînement à l'effort
- Pérennisation des acquis

Inscription individuelle

Durée

2 jours soit 14 heures

Prix

315 € TTC/jour
soit 630 € TTC pour 2 j

Inscription

contact@formactionsante.com

Tél 03 20 22 04 69

Fax 03 20 92 83 22

Pour une formation adaptée