

Respiration dysfonctionnelle : abord psycho-corporel en kinésithérapie

Une personne sur dix serait atteinte de respiration dysfonctionnelle (Thomas et al 2005). Cette atteinte est encore plus fréquente chez les femmes (14%) et les asthmatiques (29 à 42%, selon Dafaue et al). Banalisé, idiopathique, ce syndrome se manifeste par un comportement ventilatoire inadapté induisant des symptômes respiratoires et extra-respiratoires voire par une respiration inappropriée aux besoins métaboliques.

L'objectif principal de cette formation est de fournir les moyens aux kinésithérapeutes de déceler une respiration dysfonctionnelle chez un sujet atteint de pathologie respiratoire ou cardiaque ou bien en absence de pathologie tout en facilitant une prise en soins adaptée à partir de son bilan multimodal.

Cette prise en soins tient compte du sujet dans sa globalité et aborde les sphères biomécanique, biochimique et psychophysiologique, dans une perspective de santé intégrative. Au cours des deux jours de formation seront abordées les traitements non-pharmacologiques décrits dans la littérature et les pratiques psychocorporelles permettant d'optimiser le traitement selon les préférences des patients. La régulation neurologique de la respiration et ses liens avec les versants posturaux, ORL et psycho-émotionnel des patients seront également abordés.

Cette formation s'avère complète, synthétique, fondée sur les preuves et comprend des apports théoriques, des cas cliniques et des ateliers pratiques.

Durée: 14 heures (2 jours)

Profils des stagiaires

- Kinésithérapeutes

Prérequis

- Diplôme d'état de masso-kinésithérapie

P2R FORMATION

292 route de Neuville
59250 HALLUIN
Email: p2rformation@gmail.com
Tel: +33612981000

P2R-FORMATION

Objectifs pédagogiques

- Comprendre la définition de respiration dysfonctionnelle et ses classifications d'après la littérature scientifique.
- Apprendre à identifier les composantes biomécaniques, biochimiques et psychophysiologiques d'une respiration dysfonctionnelle.
- Fournir au kinésithérapeute les moyens de dépister une respiration dysfonctionnelle chez un patient et comment l'adresser au médecin généraliste / spécialiste pour confirmer le diagnostic.
- Savoir lire les données tirées d'un bilan diagnostique effectué dans un autre centre.
- Comprendre l'ensemble du bilan diagnostique pour adapter les moyens de la rééducation au patient.
- Apprendre à aborder des éléments extérieurs au système respiratoire qui peuvent influencer la mécanique ventilatoire (liens « cerveau-poumon », posture-respiration, émotions-pattern respiratoire).
- Intégrer la perception comme moyen de régulation de toute respiration dysfonctionnelle et l'éducation comme pilier fondamental de la rééducation des sujets atteints de syndrome d'hyperventilation (SHV).
- Intégrer l'analyse du geste respiratoire et du profil respiratoire du point de vue psychophysiologique.
- Intégrer les outils instrumentaux (capnomètre, spiromètre, HRV) comme moyens de rétroalimentation (*feedback*) en rééducation courante.
- Utiliser des techniques manuelles en complément de l'éducation et du travail actif du patient.
- Comprendre l'intérêt de la prise en charge multidisciplinaire et des interventions psychocorporelles (relaxation, breathwork) dans le cadre rééducatif du sujet atteint de respiration dysfonctionnelle.
- Intégrer en pratique courante des données tirées des publications francophones et internationales.

Contenu de la formation

- Jour 1 :
- 8h30 - 9h00 : Accueil des participants
 - 9h00 - 10h30 : 1ère partie: Bases théoriques:
 - Notion de respiration dysfonctionnelle / « dysfunctional breathing »
 - Généralités : épidémiologie, présentation clinique, physiopathologie, diagnostic, pronostic.
 - Rappel sur le contrôle de la respiration : centres de contrôle, récepteurs, effecteurs, régulation.
 - 10h30 - 10h45 : Pause
 - 10h45 - 12h30 : 2ème partie : Comprendre le bilan diagnostique :
 - Symptômes : questionnaire de Nijmegen, questionnaire SHAPE, DB criterion list, Dyspnea-12.
 - Gazométrie sanguine
 - EFR
 - Test d'apnée
 - Test de provocation
 - Test d'effort (EFX)
 - Autres questionnaires : HADS, Qualité de vie (SF36), LCADL.
 - MARM
 - 12h30 - 13h30 : Pause déjeuner

P2R FORMATION

292 route de Neuville
59250 HALLUIN
Email: p2rformation@gmail.com
Tel: +33612981000

P2R-FORMATION

- 13h30 - 14h30 : Le point sur la mécanique ventilatoire/ Atelier « nez ».
- 14h30 - 14h45 : Pause
- 14h45 - 17h00 : 3ème partie : Rééducation : théorie et pratique.
 - Éducation : comprendre l'hyperventilation – approche motivationnelle
 - L'hypoventilation volontaire : exercices inspirés de la méthode Buteyko. Capnotraining.
 - Travail sur la mécanique ventilatoire : la perception comme base de régulation.

Jour 2 : • 8h30 - 9h00 : Accueil des participants.

- 9h00 - 10h30 : Contrôle de la ventilation sous feedback spirométrique : rappels mesures, réalisation d'une spirométrie (CVL, CVF, VVM) et analyse des mesures, biofeedback (volumes, hypoventilation volontaire). Intérêt du bilan en chaînes musculaires.

- 10h30 - 10h45 : Pause

- 10h45 - 12h30 : Techniques de thérapie manuelle adaptées. Relaxation : principes, méthodes, pratique. Exercices inspirés de la Méthode Van Dixhoorn.

- 12h30 - 13h30 : Pause déjeuner

- 13h30 - 14h30 : *Rééducation : théorie et pratique (suite)*
 - Psychophysiologie respiratoire
 - Théorie polyvagale et intérêt lors des exercices respiratoires : séquences de respiration et leur intérêt
 - Réentraînement à l'effort (REE) : généralités, reconditionnement, normalisation du profil ventilatoire d'effort, intérêt de l'entraînement des muscles respiratoires.

- 14h30 - 14h45 : Pause

- 14h45 - 17h00 : *Revue de littérature et cas cliniques : quels résultats attendre de la rééducation de la respiration dysfonctionnelle ? Et* Débriefing sur le contenu de la formation, les pratiques courantes, les difficultés rencontrées sur le terrain

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Créée à l'initiative de Hughes Gauchez, pour poursuivre la démarche initiée par Jean Chevallier, P2R formation s'est enrichie d'une équipe de professionnels (issus du monde hospitalier et libéral) impliqués dans la formation, en France et à l'étranger.

Hughes GAUCHEZ :

- Infirmier
- Masseur-kinésithérapeute
- Ostéopathe
- Diplôme universitaire en kinésithérapie respiratoire et cardiovasculaire
- Président fondateur de l'association mucoviscidose et kinésithérapie (AMK)
- Intervenant en IFMK et à l'université Paris Descartes
- Formateur pour l'AMK

Adrián MORALES :

- Kinésithérapeute (Universidad de Granada, ESPAGNE)
- Master Sciences et Technologies – Mention Santé – Spécialité Recherche et Organisation en Santé. Université Paris VI.
- D.I.U. Ventilation artificielle. Université Paris XII.

P2R FORMATION

292 route de Neuville

59250 HALLUIN

Email: p2rformation@gmail.com

Tel: +33612981000

P2R-FORMATION

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Prix : 600 Euros