



FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

1.3 LA PRISE EN CHARGE DU PIED DU COUREUR

Intitulé de l'action de formation

1.3 La prise en charge du pied du coureur

Prestation de formation à destination des professionnels de santé en droit de produire un diagnostic.

Contexte

À l'échelle mondiale, les douleurs associées aux pathologies musculo-squelettiques affectent toutes les populations humaines actives. Il est rapporté que l'incidence des blessures aux pieds dans la population adulte est de 17,4% (1). Chez d'autres populations telles que les coureurs, l'incidence des blessures au niveau du membre inférieur varie de 19,4% à 79,3% (2) Ces douleurs diminuent significativement la qualité de vie des gens qui en souffrent tant au niveau physique, économique que psychologique(3) Les professionnels de la santé se doivent d'être aux faits des meilleures modalités thérapeutiques afin de limiter l'absentéisme au travail et augmenter la qualité de vie des gens atteints de douleurs au pied et à la cheville.

1) C.L. Hill, T.K. Gill, H.B. Menz, A.W. Taylor, *Prevalence and correlates of foot pain in a population-based study: the North West Adelaide health study*, *J Foot Ankle Res* 1(1) (2008) 2. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18822153>. 2) R.N. van Gent, D. Siem, M. van Middelkoop, A.G. van Os, S.M. Bierma-Zeinstra, B.W. Koes, *Incidence and determinants of lower extremity running injuries in long distance runners: a systematic review*, *Br J Sports Med* 41(8) (2007) 469-80; discussion 80. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17473005>. (3) J. Chen, A. Devine, I.M. Dick, S.S. Dhaliwal, R.L. Prince, *Prevalence of lower extremity pain and its association with functionality and quality of life in elderly women in Australia*, *J Rheumatol* 30(12) (2003) 2689-93. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14719214>.

Objectif professionnel

Prendre en charge le sportif sur le plan podologique : de l'évaluation à l'application du traitement.

Objectifs opérationnels et évaluables de développement des compétences

A l'issue de l'action de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Reconnaître les différents traitements du pied possibles en rééducation et en podologie (leurs différences et leurs actions)
- Examiner le pied et reconnaître tous les diagnostics différentiels des pathologies du coureur.
- Développer un plan de traitement pour répondre aux objectifs du patient.

Public visé

Cette formation s'adresse à des professionnels de santé en droit de produire un diagnostic :

- Libéraux
- Salariés

Prérequis

Les apprenants doivent être des professionnels de santé en droit de poser un diagnostic.

SAS RUNNING EDUCATION 107-109 avenue de la Venise Verte – 79000 Niort – 07.88.43.13.76 Mail : france@lacliniqueducoureur.com - Site Web : www.lacliniqueducoureur.com Organisme de formation enregistré sous le 75790119979 auprès du préfet de région de la Nouvelle Aquitaine (cet enregistrement ne vaut pas agrément l'Etat) et identifié au répertoire Datadock sous le n°0049976. SAS au capital de 5000€ - SIRET : 830 256 7070 00027 – APE 8559A – N°TVA Intracommunautaire FR 59830256707



Modalités et délais d'accès

En amont de la contractualisation, le professionnel de santé a accès via le site internet de La Clinique Du Coureur www.lacliniqueducoureur.com à différentes informations :

- la fiche descriptive de l'action de formation précisant notamment les objectifs et le contenu, les modalités d'évaluation et de sanction,
- le tarif,
- les modalités d'accès,
- les dates, horaires et lieux de formation,
- les profils des formateurs,
- le règlement intérieur applicable.

Chaque stagiaire doit créer un profil sur le site internet de La Clinique Du Coureur (www.lacliniqueducoureur.com) puis s'inscrire en ligne (obligatoire). Il a ensuite accès aux ressources documentaires avant et après la formation.

Durée de la formation/calendrier et lieu de formation

La formation se déroule sur 1 jour soit 7h30 de formation.

Une convocation est envoyée aux participants 15 jours avant le début de la formation et un rappel 2 jours avant la formation.

Modalités de déroulement (pédagogie), suivi et action

Les modalités, méthodes et outils sont déterminés dans le but de favoriser l'implication du stagiaire

Modalités pédagogiques	Formation en présentiel. Le suivi de l'exécution de l'action de formation se fera au moyen de feuilles d'émargement par ½ journées co-signées par les stagiaires, les formateurs et le responsable de Running Education
Méthodes pédagogiques	Apport théoriques illustrés par des exemples, échanges, exercices, expérimentations.
Moyens et/ ou outils pédagogiques	Salle adaptée à la formation (vidéoprojecteur, écran, tableau...), notes de cours remises aux stagiaires avant la formation via leur profil (sur le site internet de La Clinique Du Coureur) les ressources documentaires supplémentaires disponibles également via leur profil après la formation. Prévoir une tenue de sport adaptée pour les sessions d'exercices pratiques. Les participants travaillent en groupe de 2 ou 3 sur des tables de soins, présentation



	de chaussures de running avec technique de laçage.
Intervenants	2 intervenants : un podologue et un kinésithérapeute formés par les responsables de La Clinique Du Coureur.
Sanction de la formation	Certificat de réalisation

Contenu

Introduction : Présentation des formateurs, des objectifs et du déroulé de la formation

QUESTIONNAIRE : en amont

- PATHOLOGIES NON TRAUMATIQUES DU PIED

- ÉQUIPEMENT :

La chaussette

La chaussure de course à pied

Les différents systèmes/techniques de laçage

Comment utiliser l'indice minimalisme et les différentes caractéristiques de la chaussure en fonction des pathologies (Drop, rigidité, épaisseur de semelles, renforts localisés, géométrie de la semelle, largeur de la toebox, etc.)

- PRÉVENTION ET SOINS POSTCOURSE :

Pathologies de terrain et traitement (Tannage, pansements, straping, taping)

Analyse des différentes techniques dispensées sur les courses (De la science aux conseils d'experts)

- LES ORTHÈSES PLANTAIRES (SEMELLES ORTHOPÉDIQUES)

Les différentes techniques et matériaux utilisés dans la confection de semelles (Thermoformage, façonnage, usinage, impression 3D)

Les différents types d'orthèses (Biomécaniques / proprioceptives)

Les éléments correctifs (Descriptions / actions)

- EXERCICES DE RENFORCEMENT

Muscles intrinsèques du pied (De la science aux conseils d'experts)

Muscles extrinsèques du pied (De la science aux conseils d'experts)

- INTÉGRATION PRATIQUE

Découverte des matériaux, utilités et utilisations

Pratique de techniques de traitement (padding, straping / taping, etc.)

Intégration des différents outils de La Clinique Du Coureur dans la prise en charge des problèmes

CONCLUSION



Modalités d'évaluation

Questionnaire d'évaluation des acquis en amont de la formation.
Evaluation formatives tout au long de l'action de formation
Questionnaire de sortie après la formation
Recueil des appréciations du stagiaire en fin de formation via leur profil (sondage obligatoire pour accéder aux ressources d'après-cours)

Prix de la formation

290 € net de taxes. (Article 293 B du Code général des Impôts)

Indicateur de résultat depuis le mois de juillet

Niveau d'accomplissement : 82 stagiaires accueillis

Niveau de performance : + de 90% des personnes qui ont répondu sont globalement satisfaits de la formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005, pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D.5211-1 et suivants du code du travail) SAS Running Education peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers des personnes en situation de handicap. Le cas échéant, l'organisme de formation mobilise des compétences externes (centre de Ressources Formation Handicap Nouvelle-Aquitaine...) et les dispositifs ad-hoc (Accea, Epatech...) pour la recherche de solutions permettant l'accès aux formations.

Contact pédagogique, administratif et handicap

Pour toute information : Elodie Rousseau, france@lacliniqueducoureur.com, 07.88.43.13.76