

REHABILITATION CARDIO RESPIRATOIRE L'EXERCICE ET L'EDUCATION A LA SANTE COMME PRISE EN CHARGE ET PREVENTION DES MALADIES CHRONIQUES

Pré-Programme

Module Physiologie : 20 h

Adaptation cardio-respiratoire à l'exercice
Facteurs limitants de l'exercice et fatigue musculaire
Entraînement physique

Module aptitude physique : 20 h

Facteurs déterminants l'aptitude physique
Variation de l'aptitude physique
Méthodes de détermination de l'aptitude physique

Module Pathologie et adaptation à l'exercice : 40 h

Pathologie cardio-circulatoire
Pathologie respiratoire
Pathologie ostéo-articulaire et musculaire
Pathologie endocrinienne

Module Réentraînement et qualité de vie : 40 h

Mise en place et conduite d'une réhabilitation fonctionnelle
Evaluation des effets de l'entraînement sur le patient et sa pathologie
Prévention des maladies chroniques
Obésité, HTA, ostéoporose, maladies métaboliques

Enseignement pratique

30 heures

4 groupes d'enseignement pratique sous forme d'ateliers pour 10 étudiants au maximum
détermination de l'aptitude physique

tests direct (VO2 max)

tests de terrain (TDM 6min, Shuttler ...)

testing musculaire périphérique

testing respiratoire

plateau entraînement à l'effort

renforcement musculaire

éducation thérapeutique

activités de la vie quotidienne