

Connaissances fondamentales

Pathologies et physiologie

Connaître la pathologie et la physiologie est nécessaire mais insuffisant pour bien rééduquer... / Les 4 évolutions des pathologies / mémoire gestuelle / Réactif et prédictif : 2 modes de gestion de la motricité / conséquences d'Allen et Tsukahara / Syndrome pyramidal (et ses 7 stades), cérébelleux, extra-pyramidal, vestibulaire, périphérique / AVC (5 ans après) / SEP (EDSS) / T. Crânien / tumeur / neurodégénératif / polyradiculonévrite / parkinson...

Plasticité cérébrale

du rêve à la réalité (evidence based medicine)...

Systemes dynamiques

auto-organisation / paramètre de contrôle / facteur limitant / attracteurs / instabilité / niveaux d'organisation / non-linéarité / réseaux de neurones / bruit de fond / effet papillon / facteurs en interaction mutuelle et réciproque / complexité / simplicité / émergence / darwinisme / essais-erreurs...

Apprentissage sensori-moteur

spécificité = on apprend à marcher en marchant, à s'habiller en s'habillant et à jongler en jonglant / éviter une trop grande variété d'exercices / transfert moteur positif, négatif / exercices corrélés / quantité de pratique / quantifier les performances / chronométrage / les vertus de la répétition / habitude / Connaissance des Résultats (CR)...

Déconditionnement à l'effort aérobie...

Les savoirs invisibles...

Rééducation : le patient chronique progresse à l'intérieur de son handicap

Préparation du patient plus ou moins chronophage :

repos / auto-étirement, mobilisation / renforcement / facilitation, inhibition / appareillage, SEF, aides techniques / cryothérapie pour les SEP / indiçage et mouvements rapides pour parkinson / déclive, pressothérapie (si œdème)...

actions antalgiques =

auto-massages, massages / balnéo, nages de salon dorsales, ventrales et latérales / thérapie physique / pompages-tractions, auto-élongations...

Choisir en priorité

Protocole « Activités fonctionnelles MI »

protocole PREFQ (plusieurs études pour sa validation)

Protocole « Activités fonctionnelles MS »

Importance de leur grande sensibilité

Choisir si possible

collaboration souhaitable avec un animateur

« Activité physique ou sportive »
foot, basket, boccia, karaté, tango...

« Activité manuelle ou ludique »
bricolage, puzzle, Lego, jeu vidéo...

« Activité artistique »
dessin, origami, perles, photo...

En dehors des séances de rééducation

Chez les patients chroniques, pour éviter la perte totale au bout de 3 mois des bienfaits de la rééducation (E. ROBINET)
Utilisation quotidienne par le patient de quelques exercices importants

Enregistrement de chaque performance sur une fiche (traçabilité)
Protocole répétitions
Protocole Chronométré
Protocole EQPA
protocole RQ5F-EQAT
Protocole RQ4T
Registre de J.M. Gracies ou sur papier vierge...

Validation et suivi par le thérapeute et /ou le médecin, ce qui permet de réguler la qualité et d'entretenir la motivation

Travail de deuil que le patient fait seul suivi par un psy souhaitable
déni, colère, marchandage, dépression, acceptation
(Elisabeth Kubler Ross)