



Programme de la formation

Eutonie Session II

Traitement des pathologies urodynamiques

Formatrice : Martine Gies (sage-femme)

Durée : 2 jours (14h)

Horaire : 9h-17h30

Public concerné Sage Femme diplômé-e, Étudiant-e Sage Femme, Professionnel-le de santé de la périnatalité

Pré requis Suivi de la session I

Format de la formation Présentiel

Objectif Après un temps d'analyse de la pratique, cette formation propose de découvrir comment **traiter les incontinences urinaires** d'effort interne et externe, **les instabilités vésicales**, **les prolapsus** ainsi que les **inversions de commande** à travers des propositions simples ce qui permettra à la femme de mieux comprendre son corps, de découvrir une nouvelle manière de se positionner, de respirer de marcher. Ceci afin d'optimiser le fonctionnement périnéal. Nous essaierons également de comprendre l'importance des émotions sur le fonctionnement périnéal.

Moyens pédagogiques : Support papier ou USB remis aux stagiaires

- Analyse de la pratique
- Observation à travers diverses propositions de sa corporalité et des variations de sensations périnéales
- Outils issus de l'eutonie
- Mise en commun avec le groupe
- Analyse

1^e jour

9h-13h L'impériosité vésicale

- libérer le ventre
- assouplir les pyramidaux
- fermeture du bassin
- l'anxiété

14h-17h30 Les incontinences urinaires d'effort et les prolapsus

- libérer le diaphragme
- faire "remonter les organes"
- parfois il existe une dépression associée

2^e jour

9h13h Les incontinences urinaires d'effort externe

- comprendre la problématique corporelle globale – adapter des exercices posturaux afin d'améliorer la statique et l'amorti du saut

14h-17h30 Les inversions de commande

- rétablir le centre de gravité par des exercices spécifiques
- questions diverses
- bilan
- évaluation

Questionnaire **d'évaluation des compétences acquises** à l'issue de la formation

Questionnaire **d'évaluation de la formation**