

La pratique du sport est déclinée sous de nombreuses formes dans tous les milieux, voire extrêmes. Les besoins en conseils médicaux et les demandes en conseils entraînement sont fréquents. La démocratisation des matériels et l'accès à des sports extrêmes imposent la nécessité et l'intérêt de la médecine du sport à tous les praticiens.

Objectif pédagogique : sensibiliser les étudiants en second cycle des études médicales à la médecine du sport et à l'entraînement physique en condition courante ou particulière en fonction du milieu. Une approche interactive et participative sera privilégiée dans la mesure du possible.

Module 1 : Physiologie du muscle et réponses systémiques à l'exercice

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Réponses physiologiques intégrées à l'exercice : - Base de la physiologie de muscle, - Dégager les déterminants physiologiques de la performance physique en endurance : la cascade de l'oxygène Métabolisme énergétique : . Rappeler les notions de base de physiologie musculaire . Grandes voies métaboliques à l'exercice, déterminant de l'utilisation de substrat et réponse endocrinienne	4	08/10/2020	14h00-18h00	Dr Alexandra MALGOYRE
Nutrition – Dopage : . Préciser les besoins nutritionnels du sportif ; . Appréhender le phénomène du dopage en milieu sportif ; modalités les plus courantes, dangers...	4	15/10/2020	14h00-18h00	Dr Alexandra MALGOYRE

Module 2 : Adaptation des différentes fonctions à entraînement

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Adaptations neuromusculaires à l'entraînement en force: . Notion de force et puissance . Présenter les principales adaptations neuromusculaires à l'entraînement en force. . Adaptations musculaires à l'entraînement en endurance	4	05/11/2020	14h00-18h00	ASC GARCIA VICENCIO
Adaptations cardio-vasculaires et respiratoires . Présenter les principales caractéristiques des adaptations cardio-vasculaires et respiratoires à l'entraînement en endurance Lecture ECG du sportif :	4	12/11/2020	14h00-18h00	Dr Alain BOUSSUGES

. Initiation à la lecture de l'ECG du sportif : spécificités par rapport au sédentaire, principales anomalies, modalités, intérêt et limites de l'épreuve d'effort, conséquences sur l'aptitude à la pratique sportive.				
---	--	--	--	--

Module 3 : Sémiologie articulaire et la Pathologie macro et microtraumatique

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Examen de l'appareil locomoteur (Dos, Bassin rappel des autres articulations) : . Modalités théoriques et pratiques de l'examen du rachis.	3	19/11/2020	14h00-17h00	Dr Elliot SAPPEY-MARINIER
Examen de l'appareil locomoteur (Cheville, Genou, Épaule, Bras) : . Modalités théoriques et pratiques de l'examen de l'appareil locomoteur (membres supérieurs et inférieurs).	3	26/11/2020	14h00-17h00	Dr Elliot SAPPEY-MARINIER
Urgences liées à la pratique du sport – traumatologie du sport : . Présentation des principales urgences et de la traumatologie courante liées à la pratique sportive.	3	03/12/2020	14h00-17h00	Pr Elvire SERVIEN
Techniques du strapping et du taping : . Bases théoriques . Travaux pratiques (membre inférieur)	3	10/12/2020	14h00-17h00	Mr Thomas SPINARDI Mr Julien VIOLA
Techniques du strapping et du taping : . Travaux pratiques (membre supérieur et tronc)	3	07/01/2021	14h00-17h00	Mr Thomas SPINARDI Mr Julien VIOLA

Module 4 : Activités sportives en conditions particulières

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Médecine de montagne : . Découverte des spécificités de l'activité physique en montagne ; . Sensibilisation aux conséquences de l'hypoxie hypobare et des ambiances froides ; . Problèmes médicaux spécifiques (mal aigu des montagnes, gelures). Spécificités de la prise en charge des urgences en montagne	4	14/01/2021	14h00-18h00	Dr Damien CABANE
Adaptations physiologiques à l'exercice à la chaleur - Coup de chaleur d'exercice : . Présentation des particularités de l'activité physique en ambiance chaude : rappels physiologiques, conseils pratiques ; . Sensibilisation au coup de chaleur d'exercice : circonstances de survenue, clinique, prise en charge...	4	21/01/2021	14h00-18h00	Dr Alexandra MALGOYRE Ou Dr TARDO DINO
Plongée, Hyperbarie : . Découverte des spécificités de l'activité physique en milieu hyperbare ; . Problèmes médicaux spécifiques à la plongée subaquatique : circonstances de survenue, clinique, prise en charge...	3	28/01/2021	14h00-17h00	Dr Sébastien DE MAISTRE

Module 5 : Méthodes d'entraînement spécifique et le mangement d'équipes

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Gestion de la fatigue et de la récupération : . Information sur la gestion de la fatigue et la récupération chez le sportif : aspects physiologiques et recommandations pratiques.	3	04/02/2021	14h00-17h00	Dr Mounir CHENNAOUI
Pathologies chroniques du sport : . Présentation des principales pathologies chroniques rencontrées en médecine du sport (tendinopathie, fractures de fatigue) Problématique du surentraînement	4	25/02/2021	14h00-18h00	Dr Ando RADAFY

Module 6 : Aptitude, Psychologie

Thème	Durée (H)	Date	Horaires	Intervenant
Tests d'aptitude : . Présentation des principaux tests d'aptitude physique : bases physiologiques, réalisation et interprétation ; Technologies au service du sport : . Informations sur les apports de la technologie dans la pratique des activités physiques et sportives.	4	11/02/2021	14h00-18h00	ASC GARCIA VICENCIO
Préparations physique et mentale du sportif : . Information sur les modalités de la préparation physique et mentale du sportif de haut niveau.	2 2	25/03/2021	14h00-16h00 16h00-18h00	Pr Aymeric GUILLOT Dr Ando RADAFY
Contrôle de connaissances terminal	1	08/04/2021	14h00-15h00	Ecole de santé des armées

Coordonnées des intervenants

Intervenant	Mail	Num de Tel
Pr Nathalie Koulmann	nathalie1.koulmann@intradef.gouv.fr	01 78 65 10 00
Pr Elvire Servien	elvire.servien@chu-lyon.fr	04 26 10 90 43
Dr Alexandra Malgoyre	alexandra.malgoyre@intradef.gouv.fr	01 78 65 13 17
M. Sebastian Garcia Vicencio	sebastian.garciavicencio@gmail.com	06 58 64 74 72
Dr Alain Boussuges	alain.boussuges@univ-amu.fr	06.19.10.22.47
Dr Elliot Sappey-Marinier	esappey@gmail.com	
Dr Pierre Emmanuel Tardo-Dino	peirba@gmail.com	06 08 73 91 65
Dr Sébastien de Maistre		06 30 79 84 59
Dr Romain Loursac	romainloursac@gmail.com	06.89.35.92.54
Dr Mounir Chennaoui	mounirchennaoui@gmail.com	06 37 13 06 03
Pr Aymeric Guillot (CRIS)	Aymeric.guillot@univ-lyon1.fr	