

Du 1<sup>er</sup> au 4<sup>th</sup>  
OCTOBRE 2010



From 1<sup>st</sup> to 4<sup>th</sup>  
OCTOBER 2010

Cours offert en anglais uniquement, organisé par PhysioActif

Offered in english only, organized by PhysioActif

### Description du cours

La douleur lombaire peut être traumatique, mais pour plusieurs personnes elle est fréquemment insidieuse, récurrente et chronique.

Les recherches ont identifié un sous-groupe de gens ayant un mauvais contrôle de mouvement de cette région ainsi qu'une altération du sens de la position. C'est fréquemment les mouvements non-contrôlés du bassin et de la colonne qui perpétuent la pathologie. Ce cours donnera aux participants les habiletés pour analyser le mouvement et diagnostiquer les déficits de contrôle moteur de la région lombo-pelvienne. Ces déficits de contrôle moteur seront en lien avec les mouvements fonctionnels qui provoquent les symptômes des patients. La rééducation sera axée sur : la proprioception de la position neutre de la région lombaire, le contrôle du mouvement de la région lombo-pelvienne, l'activation des bons muscles pour le contrôle de la position neutre et des mouvements et l'intégration dans leurs activités fonctionnelles. Trois études randomisées et contrôlées supportent l'utilisation du contrôle du mouvement de la colonne lombaire.

### Objectifs de cours

Le participant sera en mesure de ■ Faire un diagnostic approprié basé sur la sous classification des dysfonctions de mouvement ■ D'évaluer les déficits de contrôle moteur spécifiques à la région lombo-pelvienne en lien avec les mouvements fonctionnels provoquant les symptômes du patient ■ Apprendre comment appliquer les concepts de base du contrôle moteur pour la rééducation de l'activation des muscles et du contrôle des mouvements fonctionnels de la région lombo-pelvienne ■ Justifier l'utilisation de la rééducation du contrôle moteur spécifique au lieu du renforcement en co-contraction et savoir quand le renforcement en force est inapproprié pour le traitement des lombalgies ■ Intégrer la rééducation du contrôle moteur au raisonnement clinique.

### Qu'obtiendrez-vous de ce cours que vous n'avez pas encore?

■ **Psoas comme stabilisateur**/Le psoas fléchit à peine la hanche! Sa fonction principale est de stabiliser la région lombaire, la sacro-iliaque et la hanche. ■ **Le grand fessier est un muscle multi-tâche!** Il a trois subdivisions fonctionnelles. La portion profonde sacrée du grand fessier croise uniquement l'articulation sacro-iliaque et est idéal pour la stabilisation de la sacro-iliaque. Nous avons deux tests validés que vous n'avez jamais vu. ■ **Respiration**/Savez-vous ce qu'est la respiration normale? Savez-vous comment la rééduquer? Le diaphragme est un muscle qui change avec la posture et la douleur et peut affecter tous les aspects de notre fonction. ■ **D'autres options thérapeutiques**/Certaines personnes s'améliorent en allant au gym ou en faisant du Pilates, d'autres non. Nous allons vous montrer comment donner les bonnes recommandations en leur disant ce qu'ils peuvent ou ne peuvent faire. ■ **Que faire des patients qui réussissent pas à apprendre?**/Certaines personnes ne peuvent pas ou ont des difficultés majeures à apprendre des exercices spécifiques. Nous vous aiderons à les identifier et vous donnerons des alternatives pour les aider. ■ **L'explication de la stabilité du core**/Il existe plusieurs définitions du core. Certaines personnes s'améliorent davantage avec du renforcement et d'autres avec des exercices légers et spécifiques. Nous vous expliquerons toutes les interprétations et nous vous montrerons comment tout s'applique en réadaptation. ■ **Réflexes primitifs**/Les réflexes primitifs peuvent influencer l'habileté des gens à faire ces exercices. Nous vous montrerons comment en identifier certains et nous vous donnerons des options pour les traiter.

### Course Description

Back pain can be caused by trauma but frequently it is insidious, recurrent and an ongoing problem for many people. Research has identified a sub-group of people that have poor control of movement in the lumbar spine and have deficits in the awareness of their lumbopelvic positioning. It is commonly the uncontrolled movements of the spine and pelvis that continue to provoke their pathology. This course will provide participants with skills in analysing movement and diagnosing motor control deficits in the lumbopelvic region. These will relate to functional movements that provoke the patient's symptoms. Retraining will focus on: proprioceptive awareness of the lumbopelvic neutral position, control of movement in the lumbo-pelvic region, activation of the appropriate muscles to control position and movements, and integration of this into function. Three randomized controlled trials support the use of controlling movement of the lumbar spine.

### Course objectives

The participant will be equipped to ■ Make an accurate diagnosis according to the movement dysfunction sub-classification. ■ Be able to assess for specific motor control deficits in the lumbar spine and pelvis relating to functional movements that provoke the patient's symptoms. ■ Learn how to apply the key concepts of motor control retraining to restore appropriate muscle activation and functional movement control for the lumbar spine and pelvis ■ Justify the application of specific motor control training instead of co-contraction strength training and to know when strength training is inappropriate for back pain patients. ■ Integrate motor control training into a comprehensive clinical reasoning framework.

### What will you get from this course that you don't already have?

■ **Psoas Major as a Stabilizer**/Psoas major barely flexes the hip! – its main function is to stabilize the lumbar spine, SIJ and hip. ■ **Gluteus maximus is a multitasking muscle!** It has three functional subdivisions. The Deep Sacral Gluteus Maximus only crosses the sacroiliac joint and is ideally suited for SIJ stability. ■ **Breathing**/Do you know what normal breathing is? Do you know how to retrain it? ■ **Other Rehab Options**/Some people do well by going to the gym or doing things like pilates, or going to the gym, but some don't. ■ **What about the people who don't get it?** Some people cannot or have significant difficulty learning specific exercises. We'll help you screen them and give you alternative rehab options. ■ **Core Stability Explained**/There are many interpretations of core stability. Some people do better with strengthening and some do better with gentle and specific exercises. We will explain all the interpretations and show you how it all fits into rehabilitation. ■ **Primitive Reflexes**/Primitive reflexes can influence the ability of people to perform these exercises. We will show you how to identify some of these and give you options of how to deal with them

## BIOGRAPHIE DE SEAN GIBBONS

Sean Gibbons a gradué de l'Université de Manchester en Angleterre en 1995. Il partage son temps entre la pratique clinique, l'enseignement et la recherche avec la Memorial University de Terre-Neuve. Ses dissections ainsi que ses évaluations critiques de la littérature ont généré une nouvelle vision sur la fonction musculaire et ont dirigé les recherches dans ce domaine. Ses recherches impliquent la tomographie axiale de l'atrophie du grand psoas postérieur, l'échographie de l'atrophie unilatérale du trapèze supérieur et l'électromyographie du grand fessier et du grand psoas lors d'exercices thérapeutiques. Elles ont mené au développement de nouveaux protocoles de réadaptation pour plusieurs muscles. Sean a présenté ses recherches à des conférences nationales et internationales et a publié dans plusieurs revues scientifiques sur ces différents sujets.



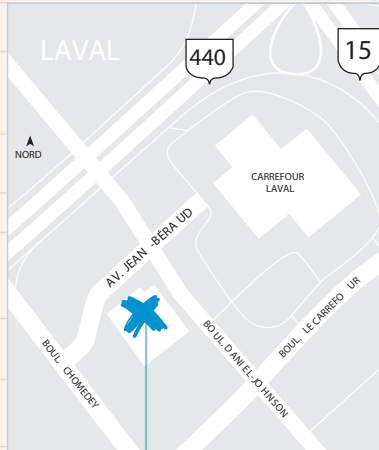
SEAN GIBBONS  
BSC (HONS) PT., MSC ERGONOMICS, MCSP

## BIOGRAPHY OF SEAN GIBBONS

Sean Gibbons graduated from Manchester University in the UK in 1995. He shares his time between clinical practice, teaching and is actively involved in research projects with Memorial University of Newfoundland. His dissection research and critical evaluation of the literature has provided new insight into muscle function and prompted research into the field. This involves CT imaging of atrophy in posterior psoas major, ultrasound imaging of unilateral atrophy in upper trapezius and EMG of therapeutic exercise for gluteus maximus and psoas major. His research has led to the development of new rehabilitation protocols for several muscles. He has presented his research at national and international conferences and has several journal publications on related topics.

## RENSEIGNEMENTS

<b>PRÉ-REQUIS</b>	Key concepts ou clinical reasoning
<b>OÙ</b>	PHYSIOACTIF 3224, avenue Jean-Béraud, bureau 220 Laval (Québec) H7T 2S4
<b>QUAND</b>	Le 1 <sup>er</sup> octobre 2010 de 13h30 à 21h00 les 2, 3 et 4 octobre de 8h30 à 16h30
<b>COMBIEN</b>	850 \$
<b>QUESTIONS</b>	Nicole Asselin T : (450) 688-7497 F : (450) 688-0467 courriel : laval@physioactif.com
<b>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</b>	Le 3 septembre 2010 (confirmation par téléphone)
<b>POUR QUI</b>	Ces journées de formation s'adressent aux physiothérapeutes.
<b>POLITIQUES D'ANNULATION</b>	Avant le 3 septembre 2010..... remboursement complet Entre le 3 sept et 17 sept 2010..... remboursement à 50% Après le 17 septembre 2010 ..... aucun remboursement



[www.physioactif.com](http://www.physioactif.com)

## GENERAL INFORMATION

<b>PRE-REQUISITE</b>	Key concepts ou clinical reasoning
<b>WHERE</b>	PHYSIOACTIF 3224 Jean-Béraud Avenue, Suite 220 Laval, Québec, H7T 2S4
<b>WHEN</b>	October 1 <sup>st</sup> , 2010 from 13h30 to 21h00 Oct 2, 3 and 4, 2010 from 8h30 to 16h30
<b>HOW MUCH</b>	\$ 850
<b>QUESTIONS</b>	Nicole Asselin T: (450) 688-7497 F: (450) 688-0467 E-mail: laval@physioactif.com
<b>DEADLINE FOR REGISTRATION</b>	September 3 <sup>rd</sup> , 2010, (confirmation by phone)
<b>FOR WHO</b>	This course is for physiotherapists.
<b>CANCELLATION POLICY</b>	Before September 3 <sup>rd</sup> , 2010..... full reimbursement Between Sept 3 <sup>rd</sup> & Sept 17 <sup>th</sup> 2010..... 50% reimbursement After September 17 <sup>th</sup> 2010..... no reimbursement

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

## REGISTRATION FORM

KINETIC CONTROL **LOMBAIRE**  
FAITES PARVENIR VOTRE CHÈQUE (LIBELLÉ  
À L'ORDRE DE PHYSIOACTIF) EN DATE DU  
3 SEPTEMBRE 2010 ET VOTRE FORMULAIRE  
D'INSCRIPTION À L'ADRESSE SUIVANTE :

PHYSIOACTIF  
3224, AV. JEAN-BÉRAUD  
BUREAU 220  
LAVAL (QUÉBEC)  
H7T 2S4

KINETIC CONTROL **LUMBAR**  
SEND YOUR REGISTRATION FORM  
AND CHECK (PAYABLE TO PHYSIOACTIF)  
DATED SEPTEMBER 3<sup>RD</sup> 2010, TO THE  
ADDRESS ABOVE.

NOM, PRÉNOM /// LAST NAME, FIRST NAME		
ADRESSE /// ADDRESS		
VILLE /// CITY	CODE POSTAL /// POSTAL CODE	
LIEU DE TRAVAIL /// WORKPLACE	COURRIEL /// E-MAIL	
TELEPHONE (MAISON /// HOME)	TELEPHONE (TRAVAIL /// WORK)	TELECOPIEUR /// FAX
SIGNATURE		DATE