

Formation en Balnéothérapie en baignoire

Public : Professionnels de Santé ou du sport

Durée : 1 jour (7 heures)

Objectifs :

- ☒ Comprendre les principes de la balnéothérapie et ses effets physiologiques
- ☒ Maîtriser les techniques spécifiques de rééducation en milieu aquatique
- ☒ Adapter les exercices aux différentes pathologies
- ☒ Savoir intégrer la balnéothérapie en baignoire dans un protocole de soins

Jour 1 : Bases théoriques et pratique

Matinée : Théorie et principes fondamentaux

◆ Introduction à la balnéothérapie

- Définition et historique
- Différences entre balnéothérapie et hydrothérapie, spécificités en baignoire
- Indications et contre-indications médicales

◆ Les effets de l'eau sur le corps humain

- Effets thermiques, mécaniques et physiologiques
- Pression hydrostatique, poussée d'Archimède, viscosité de l'eau
- Réactions neuro-musculaires et cardiovasculaires

Après-midi : Pratique en baignoire

◆ Familiarisation avec le milieu aquatique

- Exercices de prise de conscience de l'environnement

- Apprentissage des différentes postures et appuis

◆ Techniques de mobilisation passive et active

- Mobilisation articulaire douce dans l'eau
- Techniques de relaxation et d'étirements

◆ Ateliers pratiques par pathologie

- Approche des pathologies orthopédiques (arthrose, lombalgies, prothèses...)
- Travail sur les pathologies neurologiques (AVC, sclérose en plaques...)
- Gestion des patients en situation de handicap

◆ Études de cas et élaboration de protocoles

- Analyse de situations réelles
- Adaptation des exercices en fonction du patient

◆ Conclusion et remise des attestations

- Bilan de la formation
- Échanges et questions-réponses
- Perspectives d'intégration de la balnéothérapie en cabinet

◆ Méthodologie pédagogique :

- ☒ **Alternance théorie/pratique** pour une meilleure assimilation
- ☒ **Démonstrations en baignoire** par le formateur
- ☒ **Mise en situation** pour travailler en conditions réelles
- ☒ **Travaux en petits groupes** pour favoriser l'interaction et l'apprentissage