

## Éducation en santé pelvi-périnéale féminine

### Description de la formation

Cette formation s'adresse à tous les professionnels de santé qui veulent avoir les bases afin de pouvoir proposer une éducation en santé pelvi-périnéale.

Le contenu d'un programme éducatif structuré sera développé :

- Anatomie,
- Physiologie,
- Facteurs de risques.

Une approche de l'épidémiologie des troubles pelvi-périnéaux et des connaissances ainsi que les prévalences de ces troubles sera effectuée avant de rappeler la définition des différents niveaux de prévention.

Sur le plan pratique, les éléments devant faire partie d'un programme d'éducation en santé pelvi-périnéale seront abordés :

- L'anatomie de la sphère pelvienne
- La biomécanique périnéale
- Les physiologies urinaires et défécatoires
- Les troubles pelvi-périnéaux
- Les facteurs de risque

**Durée:** 7.00 heures (1 journée)

### Profils des apprenants

- Médecins
- Internes en médecine
- Kinésithérapeutes ou étudiant.e.s en kinésithérapie
- Physiothérapeutes francophones
- Sage-femmes ou étudiant.e.s en maïeutique
- Infirmières ou étudiant.e.s infirmière

### Prérequis

- Être diplômé.e
- En cours de formation
- Avoir effectué une formation initiale en pelvi-périnéologie

### Format

présentiel

### Qualité et indicateurs de résultats

Taux de satisfactions des apprenants

Nombre d'apprenants

Taux de retour des enquêtes

## Objectifs pédagogiques

- Savoir proposer un programme d'éducation en santé pelvi-périnéale féminine
- Maîtriser la pédagogie de l'anatomie pelvi-périnéale
- Pouvoir présenter la biomécanique pelvi-périnéale avec des outils adaptés
- Savoir expliquer la physiologie urinaire et défécatoire
- Comprendre l'impact des facteurs de risques modifiables et comment les transformer en leviers

## Contenu de la formation

### Programme détaillé :

#### Matinée : les bases (prévalences - éducation – anatomie – biomécanique)

- **09h30 - 10h30 : introduction à l'éducation en pelvi-périnéologie féminine**
  - Prévalence des troubles pelvi-périnéaux
  - Définition des niveaux de prévention
  - Différence entre éducation en santé et éducation thérapeutique du patient
  - Contenu d'un programme d'éducation en santé pelvi-périnéale féminine
- **10h30 - 11h30 : anatomie pelvi-périnéale**
  - Anatomie du plancher pelvien
  - Rôle des muscles du plancher pelvien
- **11h30 - 12h30 : biomécanique périnéale**
  - Définition contraction et décontraction périnéale
  - Importance de la respiration et son impact sur le plancher pelvien
  - Équilibre du caisson abdominal

#### Après-midi : physiologie et facteurs de risque

- **14h00 - 15h30 : physiologie urinaire**
  - Phase de remplissage
  - Phase mictionnelle
  - Calendrier mictionnel
- **15h30 - 17h00 : physiologie défécatoire**
  - Défécation
  - Impact de la constipation sur le plancher pelvien
  - Conseils hygiéno diététique
- **17h00 - 18h00 : facteurs de risques des troubles pelvi-périnéaux**
  - Facteurs de risque non modifiables
  - Facteurs de risque modifiables

## Hey Lilie

59 rue des prairies

75020 Paris

Email : sam@hey-lilie.fr



### Organisation de la formation

#### Équipe pédagogique

Pr Anne-Cécile Pizzoferrato

Véronique Blanchard

#### Moyens pédagogiques et techniques

- Support PowerPoint
- Salle de formation équipée (projecteur, table ...)

#### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Évaluation initiale des connaissances et pratique professionnelle par QCM préformation,
- Évaluation formative par QCM à chaque fin de module,
- Un recueil des appréciations à chaud sera organisé en fin de formation
- Un recueil des appréciations à froid sera organisé 3 mois après la formation

**Prix** : 250€ TTC