



SAPEP 2022

Le fascia et thérapies myofasciales




Par:

Catherine Bélanger, Catherine Bibeau, Maude Després-Côté, Félix
Doucet-Carrière, Iolanda Drobca, Nicolas Rigali et Pierre-Luc Tessier



Le rationnel derrière le projet



Pourquoi s'intéresser au fascia ?

- Grande diversité dans l'évaluation et le traitement des conditions musculosquelettiques → Difficile de bien choisir!
- Sujet peu connu des physiothérapeutes/étudiants en physiothérapie
- Le fascia, une nouveauté au sein de la physiothérapie
 - Doit-on l'inclure dans notre approche de traitement?

Objectif du Produit



- Comprendre le rôle du fascia et son lien avec la douleur myofasciale
- Découvrir les techniques de thérapies myofasciales existantes
 - Comment choisir les bonnes ?
- Favoriser l'intérêt des cliniciens par rapport à l'utilisation de la thérapie myofasciale
 - Exemples pertinents reliés à la pratique

Processus du développement



Processus: trouver le bon produit

Baladodiffusion → LA solution

- ✓ Facile à inclure à l'horaire (voiture/transport en commun/en s'entraînant)
- ✓ Augmentation de la popularité de ce médium de partage des connaissances
- ✓ Accessible partout, se partage facilement
- ✓ En prime: L'opinion d'experts!

Plan des tâches

Échéancier

- Recension des écrits: l'histologie/anatomie/fonction/biomécanique du fascia (2), douleur myofasciale (2), différentes approches de traitement (2) et évidences scientifiques (1). Attribution des sections.
- Ébauche du script pour le podcast
- Rencontre avec experts en Teams 2 mars
- Script final du podcast
- Pratique du podcast 10 mars
- Tournage du podcast 14 mars
- Publication du podcast

Structure : Échéancier des rencontres pour suivre la progression du projet et pour compléter chacune des tâches, date de la remise des travaux

Répartition des tâches

- Pour des raisons COVID et par souci de maintenir une bonne dynamique au cours du podcast, seulement 3 étudiants ainsi qu'un étudiant animateur pouvaient participer à l'enregistrement
- Une personne par section (Félix, Nicolas et Catherine Bibeau), Pierre-Luc comme animateur et Iolanda a mené l'entrevue avec les experts (Doreen Killens et BetsyAnn Baron)

Produit de mobilisation des connaissances

Extrait 1

- Nicolas : lien entre la douleur et les fascias



Extrait 2

- Doreen Killens: lien entre raideur AP cx et cicatrice de césarienne
→ restriction locale pourrait induire une problématique à distance



Extrait 3

- Catherine: différentes techniques de relâchement myofascial



implantation

- En attente de l'accord final: site internet du programme de physiothérapie
- Partage du podcast sur plusieurs plateformes (page Facebook des Physiothérapeutes/Technologues en physiothérapie du Québec , le site web officiel de l'Université de Sherbrooke , site internet de l'Ordre Professionnel de la Physiothérapie du Québec)
- Promotion sur les réseaux sociaux

Questions

