

MENOPAUSE, approche intégrative et raisonnement clinique en thérapies manuelles

Formateur(s) : WRZESINSKI Alexa, Ostéopathe D.O.

Lieu et date : Formations Berlioz' Live', Visioconférence À distance, En distanciel LIVE le vendredi 05 mars 2027 et

En distanciel LIVE le vendredi 26 mars 2027

Nombre d'heures de formation : 14 h sur 2 jour(s) (2 session)

Pré requis et public visé : Ostéopathes, Chiropracteurs.

PROGRAMME :

En amont (asynchrone). 1h30 de vidéos à visionner avant le Jour 1, pour poser les bases (physiologie hormonale générale).

Jour 1 (5 mars) : Comprendre la ménopause et ses répercussions systémiques

Physiologie et endocrinologie de la ménopause.

Axe hypothalamo-hypophyso-ovarien, périménopause / ménopause / post-ménopause, rôle des œstrogènes, de la progestérone et des androgènes, variabilité des profils hormonaux.

Système nerveux et cognition.

Troubles cognitifs (mémoire, attention, concentration), troubles du sommeil, régulation émotionnelle, neuroplasticité et inflammation.

Système musculo-squelettique.

Sarcopénie, douleurs diffuses et chroniques, tendinopathies et troubles de la récupération, impacts sur la pratique clinique.

Tissus conjonctifs et système osseux.

Rôle des œstrogènes sur le collagène, laxité et/ou raideur tissulaire, ostéopénie et ostéoporose.

Santé Métabolique et Inflammation. Risques cardiovasculaires, résistance à l'insuline, prise de poids et répartition des graisses, inflammation de bas grade, notions sur le microbiote.

Intégration clinique.

Étude de cas cliniques, mise en lien des symptômes avec les mécanismes physiopathologiques, début du raisonnement clinique.

Jour 2 (26 mars) : Accompagnement clinique et stratégies thérapeutiques

Sphère uro-gynécologique et sexualité. Syndrome génito-urinaire de la ménopause, sécheresse vaginale, dyspareunie, troubles de la libido, incontinence et troubles pelviens.

Dimensions psycho-émotionnelles. Transformations identitaires, rapport au corps et à la féminité, vulnérabilités psychologiques, notions autour des vécus traumatiques.

Prise en charge médicale. Traitement hormonal de la ménopause (THM) : indications, bénéfices, risques ; alternatives non hormonales ; place des compléments et de la phytothérapie.

Approches non médicamenteuses. Activité physique adaptée, nutrition, sommeil et gestion du stress, éducation thérapeutique.

Place des thérapies manuelles. Rôle et limites de l'ostéopathie et de la chiropraxie, adaptation de la prise en charge, fréquence et objectifs des séances, communication avec les patientes.

Intégration et raisonnement clinique. Cas cliniques interactifs, mise en situation, élaboration de stratégies d'accompagnement globales.

PAS DE REPLAY !

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

Comprendre les mécanismes physiologiques et endocriniens impliqués dans la ménopause et la périménopause.

Identifier les principaux symptômes de la ménopause et leurs répercussions systémiques (neurologiques, musculo-squelettiques, métaboliques, uro-gynécologiques, cognitifs et

psycho-émotionnels).

Établir des liens entre les manifestations cliniques et les modifications hormonales sous-jacentes.

Intégrer une approche globale et systémique dans leur raisonnement clinique.

Adapter leur prise en charge en thérapies manuelles en fonction des spécificités de cette période de vie.

Identifier les indications et les limites de leur intervention.

Connaître les principales options thérapeutiques médicales (notamment le traitement hormonal de la ménopause) et non médicamenteuses.

Orienter les patientes de manière pertinente vers d'autres professionnels de santé si nécessaire.

Adopter une posture thérapeutique adaptée, incluant l'éducation, l'écoute et la prise en compte des dimensions psycho-émotionnelles.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Cours magistral et enseignement pratique, vidéoprojecteur, tables de manipulation selon les formations, paperboard... Les documents administratifs et supports de formation sont transmis au préalable par mail : fichier PDF, articles, textes...

ÉVALUATIONS ET ACCOMPAGNEMENT DU STAGIAIRE :

Avant la formation :

un questionnaire est communiqué à l'ensemble des stagiaires afin de faire un état des lieux des connaissances dans le domaine étudié et apprécier les attentes / besoins.

Au cours de la formation :

des évaluations sont mises en place sous forme de quiz, des questions / réponses, cas cliniques...

En fin de formation :

un questionnaire est partagé à l'ensemble des stagiaires pour apprécier les acquis de chacun lors de la formation.

Un groupe WhatsApp dédié à chaque formation permet aux stagiaires d'échanger entre eux, de poser leurs questions et de rester en contact avec le formateur pendant toute la durée de la formation.

Barre de progression de la formation visible pour le stagiaire

ÉVALUATIONS DE L'ORGANISME DE FORMATION :

En fin de formation :

les stagiaires sont invités à nous faire part de leurs avis et commentaires à travers une fiche d'évaluation avec des critères pédagogiques, organisationnels, de satisfaction personnelle, du formateur(s)...

3 mois après la formation :

dans un soucis d'amélioration continue, nous sollicitons les stagiaires à nous faire part de leurs avis et commentaires sur les apports et limites.

Une fiche de présence est présentée en début de chaque demi-journée.

A l'issue de la formation une ATTESTATION DE FORMATION est délivrée au stagiaire ayant participé à l'ensemble de la formation.

Nos formations sont accessibles aux situations de handicap.

Merci de nous contacter pour préciser si vous êtes en situation de handicap et pour connaître l'accessibilité à la formation en fonction de vos besoins.

Fait à Uzès, le 05/09/2026

Coralie BASCOU, responsable de Formations BerlioZ'

