

## **Prise en charge et remise en mouvement des patients ostéoporotiques**

### **Cours animé par Thomas Verrier, physiothérapeute**

Spécialisé en thérapie sportive, en techniques de mobilisations spécifiques des articulations,  
gymnastique de récupération du dos

Date : **Samedi 21 mars 2026**

Lieu : Morges (École Usha Veda)

Horaire : 9h00-17h00

Coût : CHF 230.- membre / CHF 260.- non-membre  
(pauses café, support de cours en pdf et attestation inclus)

**Nombre de participants limité à 16 personnes maximum**

L'ostéoporose est une maladie du squelette, caractérisée par une diminution de la masse osseuse et une dégradation de la structure du tissu qui le compose. Elle rend les os plus fragiles et accroît donc considérablement le risque de fractures.

C'est un motif de consultation fréquent dans nos cabinets de physiothérapie.

La prise en charge est pluridisciplinaire. Un des outils privilégiés est l'**exercice physique**.

Il a un effet bénéfique sur la densité minérale osseuse, et cela à tout âge.

De plus, chez les personnes âgées, il va également entretenir la musculature et l'équilibre, diminuant ainsi le risque de chute et donc de fracture.

À l'inverse, la sédentarité favorise la perte de masse osseuse.

Après cette journée, vous pourrez sensibiliser vos patients ostéoporotiques à la nécessité d'intégrer l'exercice physique dans leur quotidien et de construire avec eux un programme adapté et personnalisé.

### **Plan de la journée :**

- Cadre théorique : tissu osseux, remodelage osseux, ostéoporose
- Éducation thérapeutique
- Exercice physique
- Programmation de l'entraînement adaptée au patient