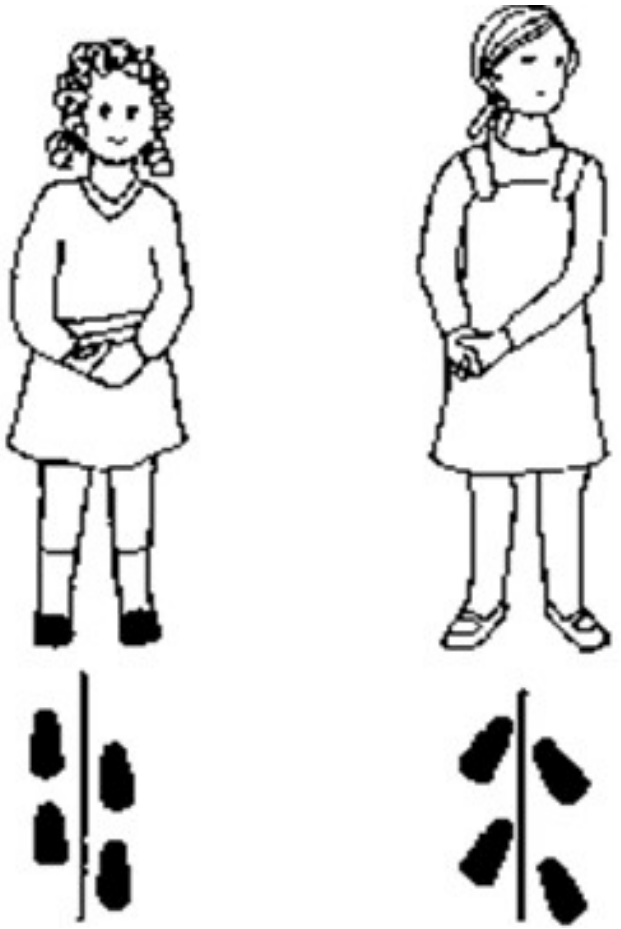
Réunion d'information

La Chaussure, La Marche, La Posture chez l'Enfant et l'Adolescent

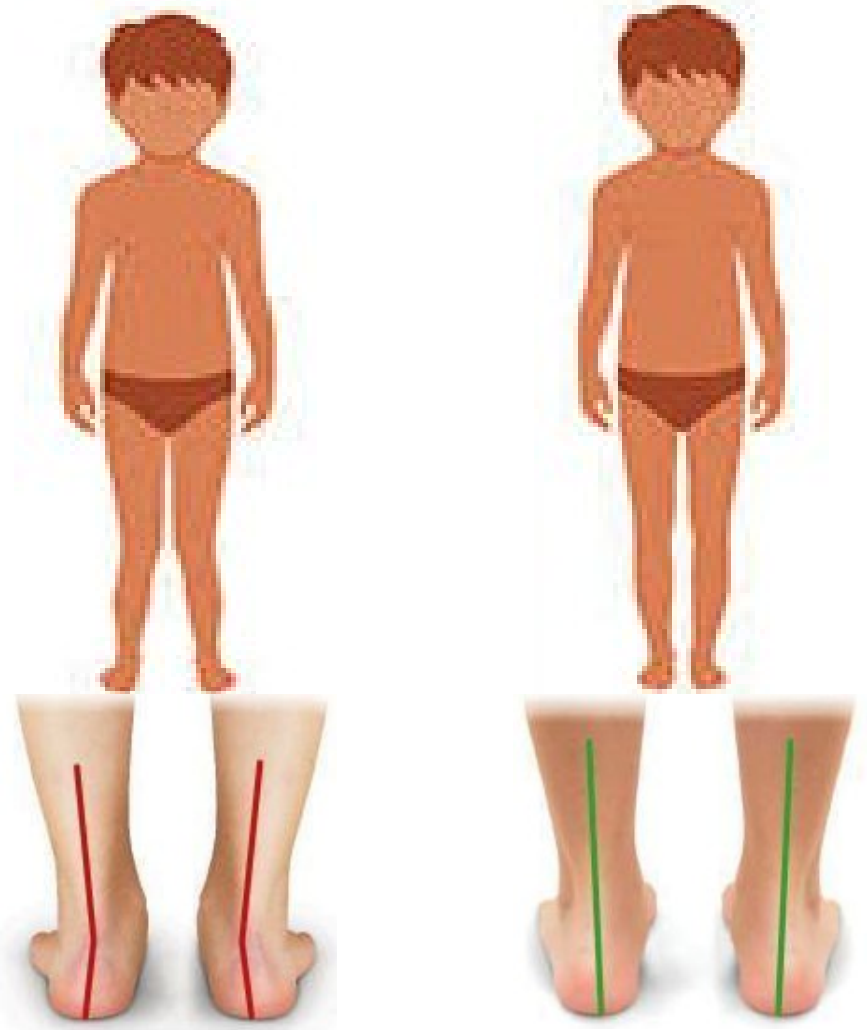
EVOLUTION NORMALE

Ouverture du pas



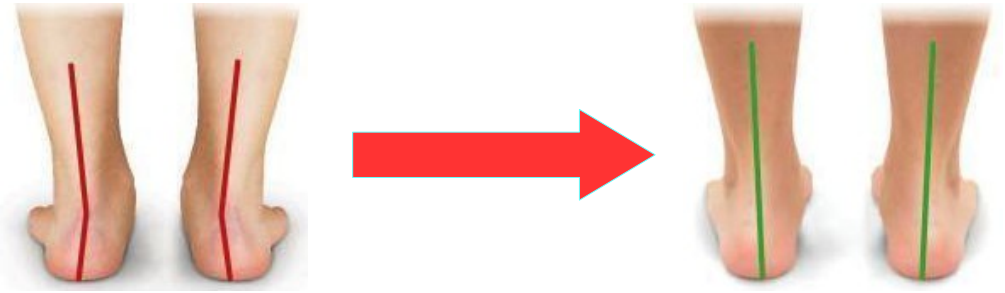
2 ans 5 ans

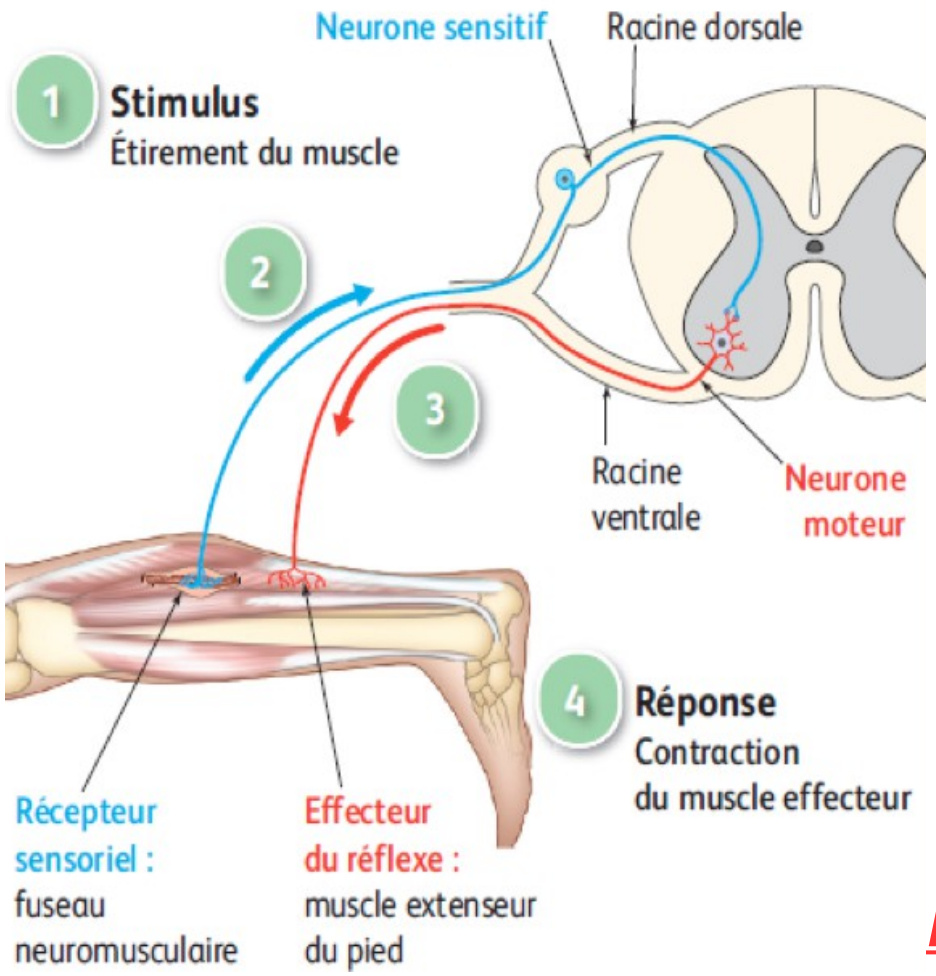
Posture



2 ans 5 ans

0 à 5 ans, Maturation musculaire





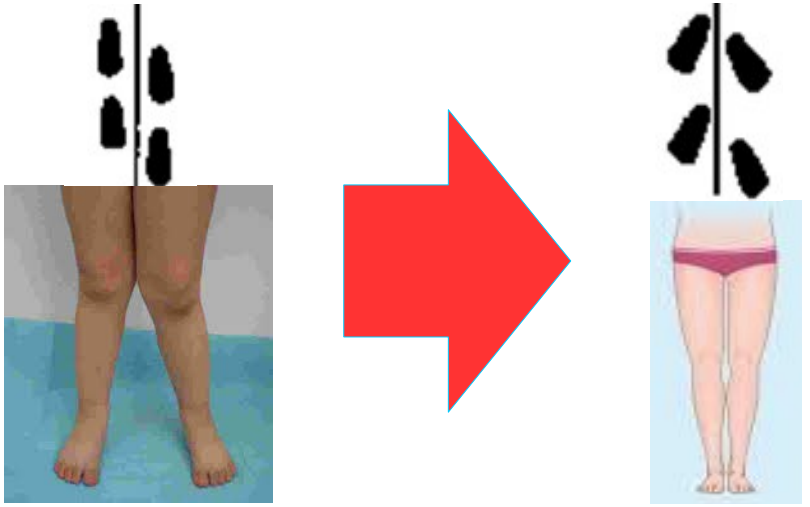
1 .L'étirement du muscle

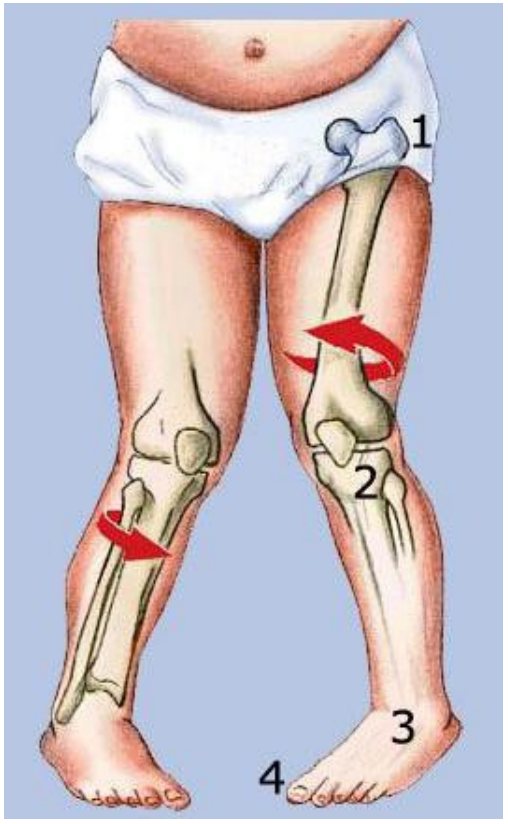
2 .Information arrive au Neurone

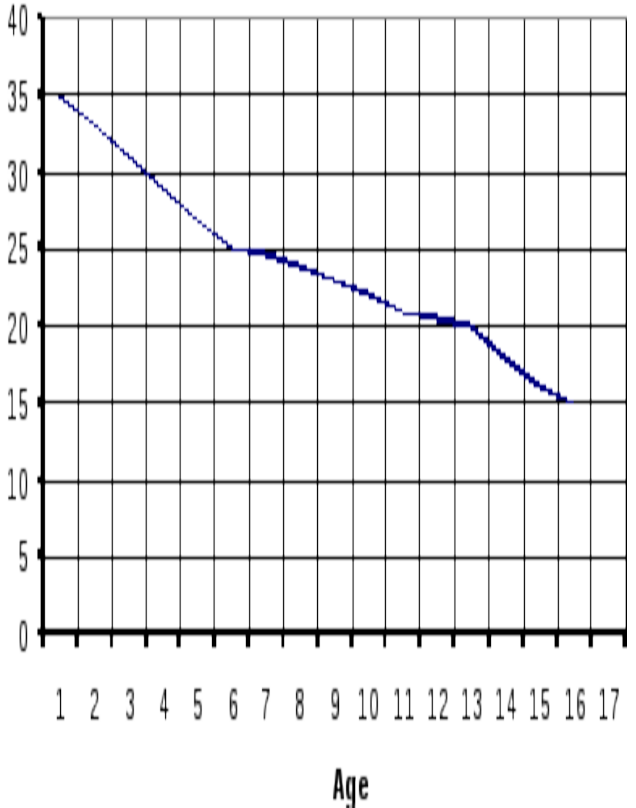
3 .Contraction Musculaire

Maturation Neuro-Musculaire

LA ROTATION EXTERNE DU FEMUR







- Rotation de ***20° à 25°***
- Entre ***0 et 15 ans*** Max

L'Action des Muscles est fondamentale

Mouvement du Pied

↓

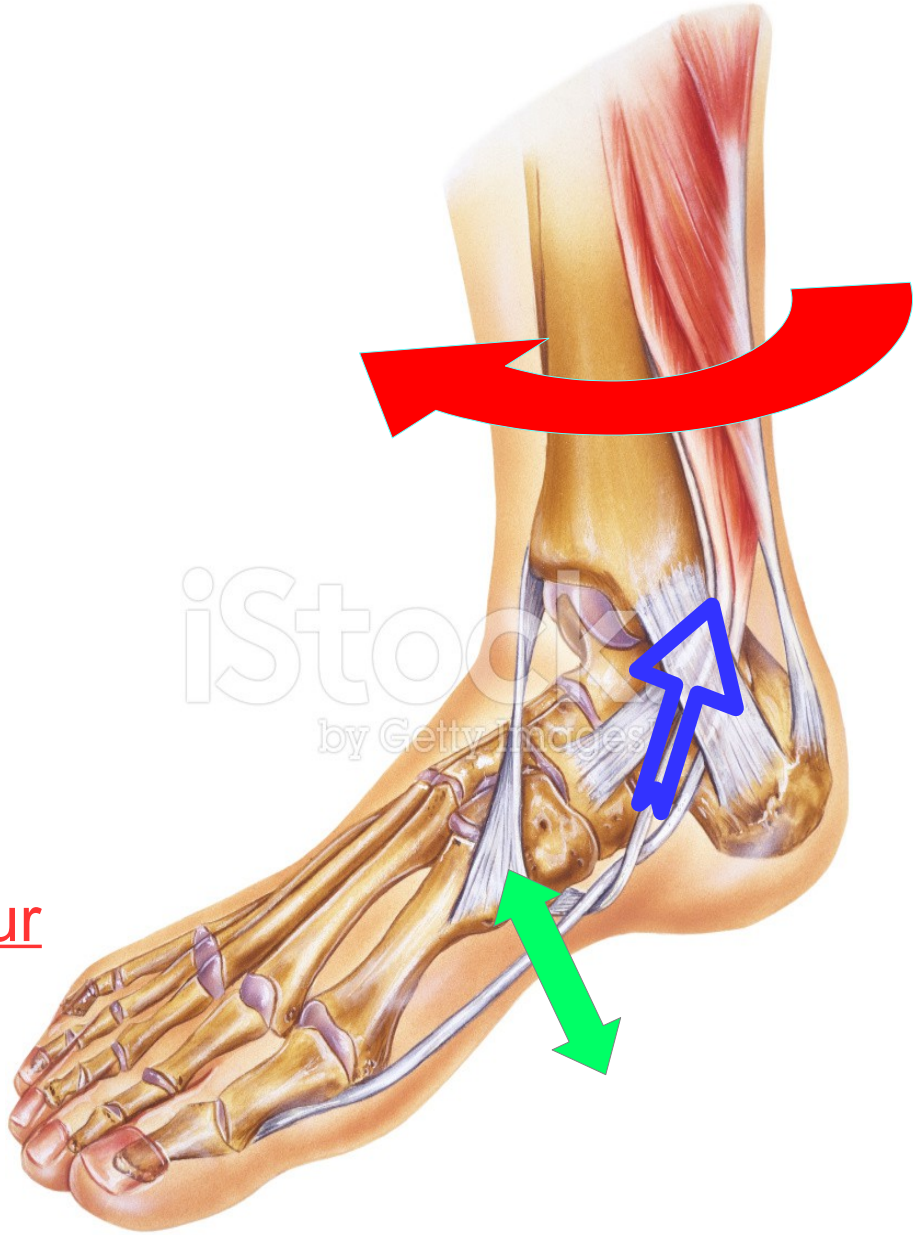
Contractions musculaires

↓

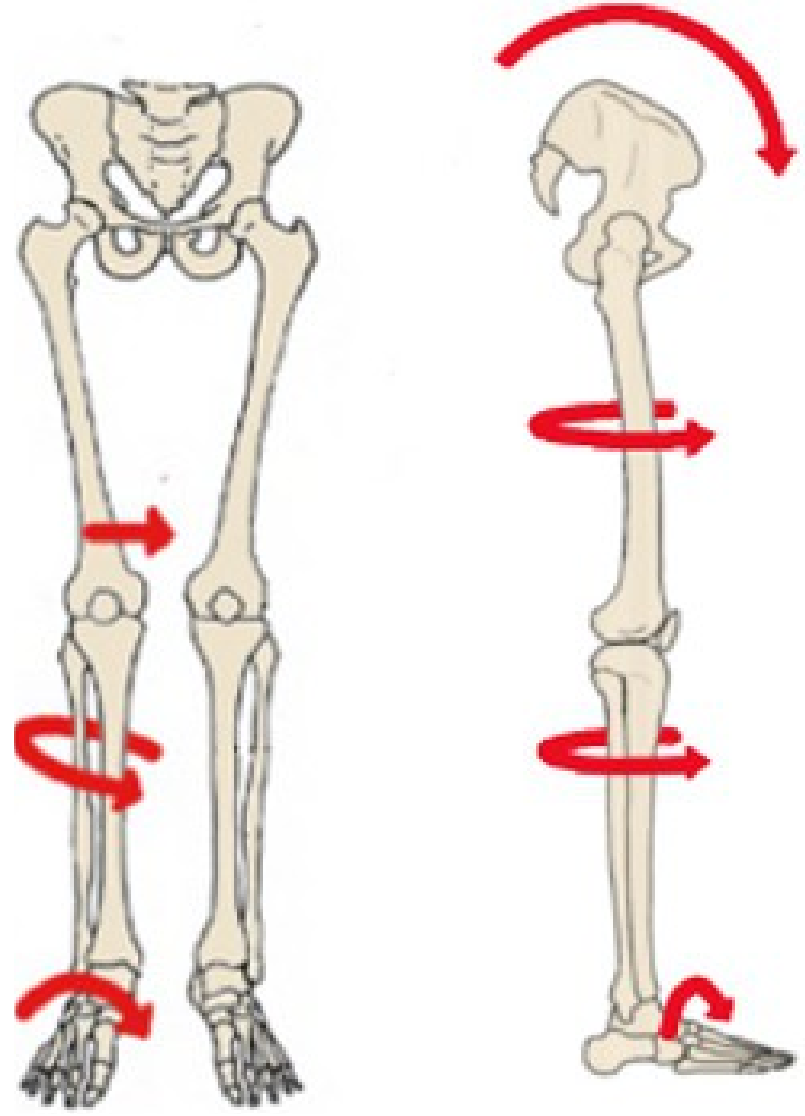
Soutien de la VOUTE

↓

Rotation EXTERNE du Fémur

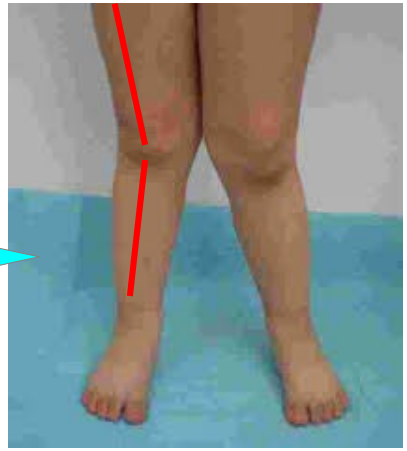


Conséquences

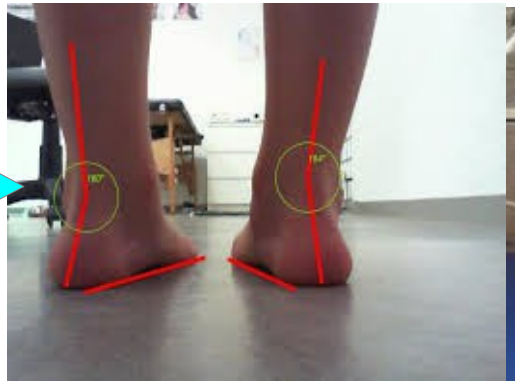


DOS

GENOU

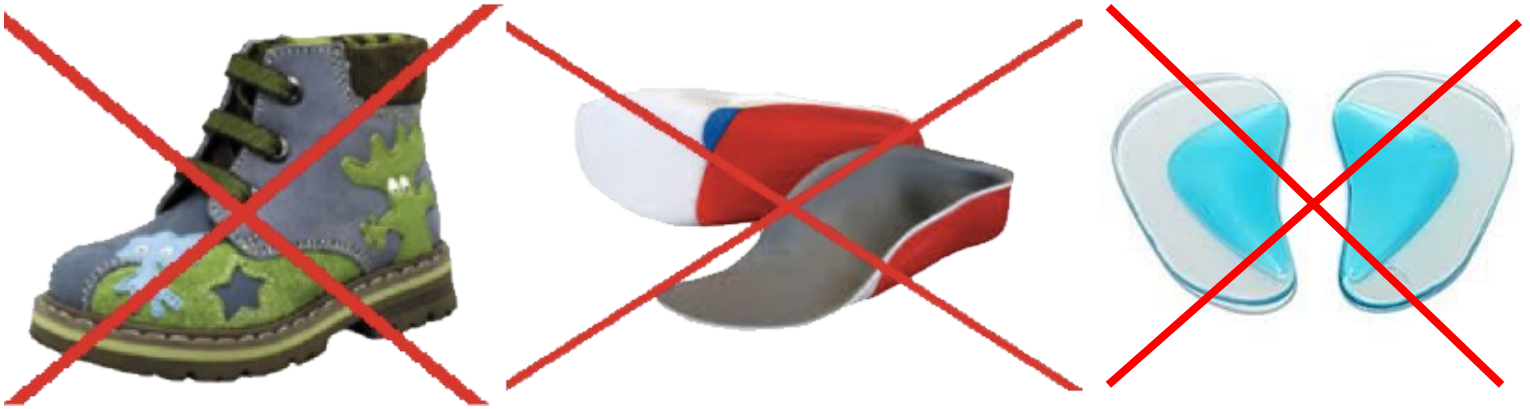


PIED



Prévention & Traitements

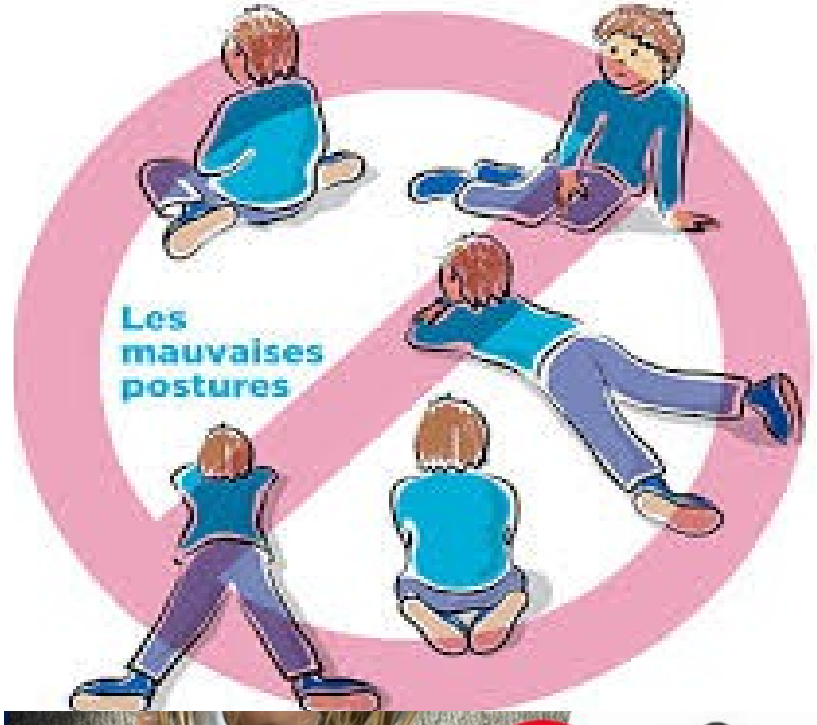
- **Port de Chaussures adaptées**



- Semelle de la chaussure ***PLATE, sans AUCUNE voute***

- Tige de la chaussure s'arrête sous les malléoles

Prévention & Traitements



- **Postures**

Prévention & Traitements

- **Marcher pieds nus**

Stimule les muscles

- ➔ Soutien de la Voute
- ➔ Ouverture du membre inférieur

Prévention & Traitements

- **Activités Physiques et Sportives**

- à partir de 2 ans

- ***Stimule la maturation Neuro-Musculaire***

- 4/5 ans à ...

- ***Renforcement musculaire***

Traitements

Si A partir 5 ans
Troubles Posturaux ou de la Marche persistes

- *Marche pied en Dedans*
- *Voute plantaire effondrée*
- *Genou en X*
- *Hyper Cambrure*

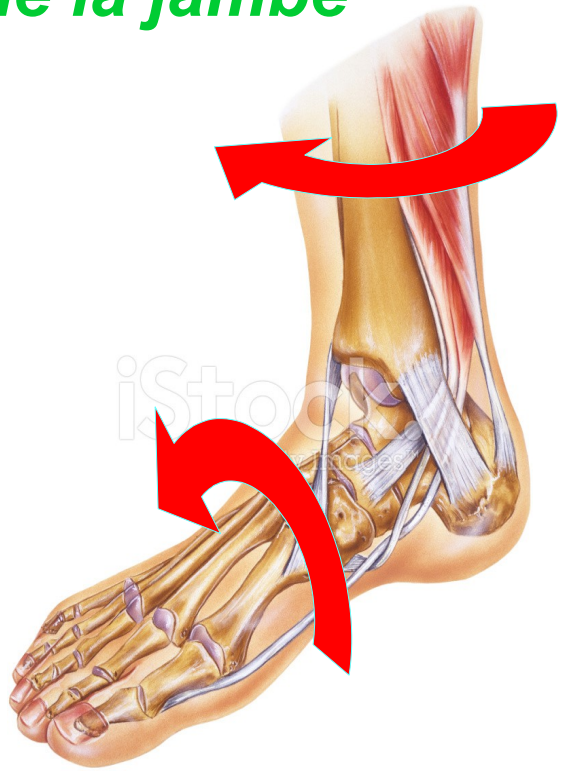
Traitement par SEMELLES ORTHOPEDIQUES

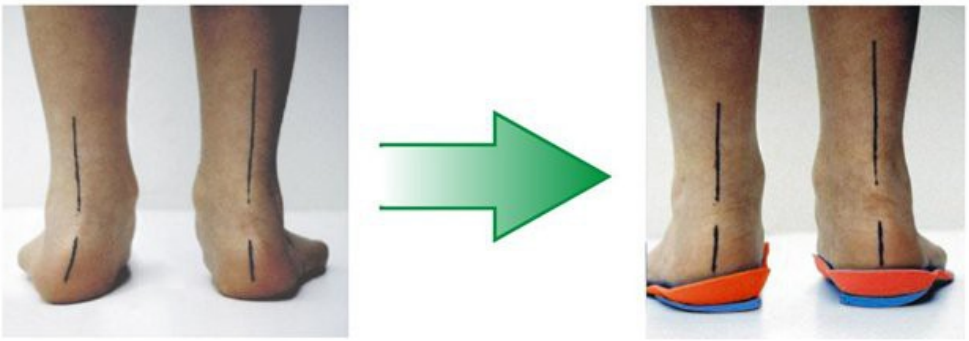
Traitements

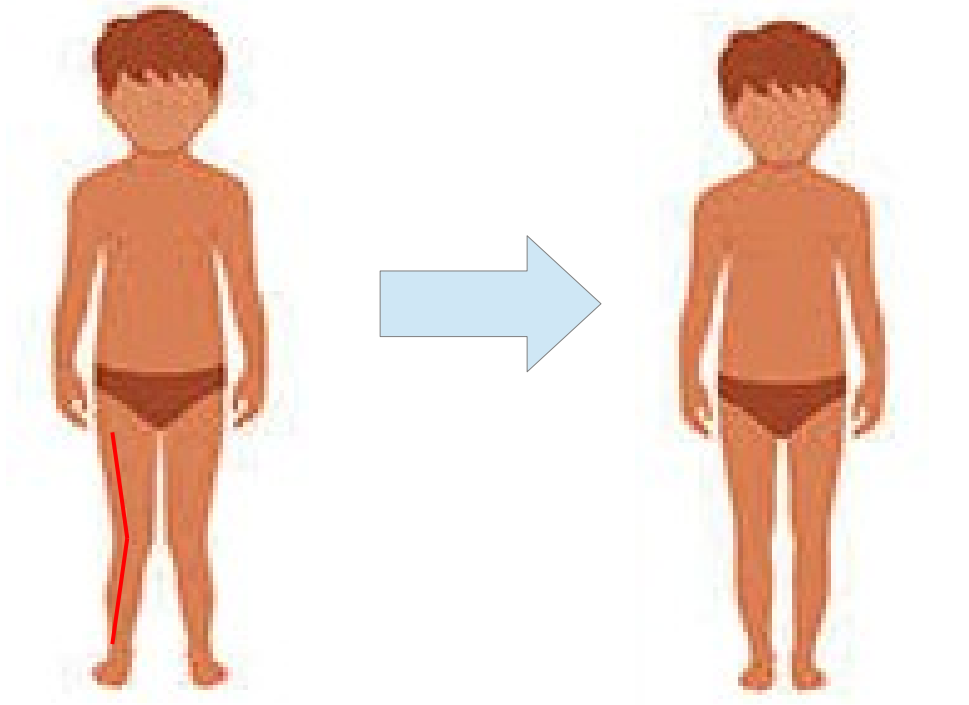
- **Semelles Orthopédiques adaptées**

La Semelle

- ***Soutient la voute***
- ***Induit la Rotation Externe de la jambe***







Prévention & Traitements

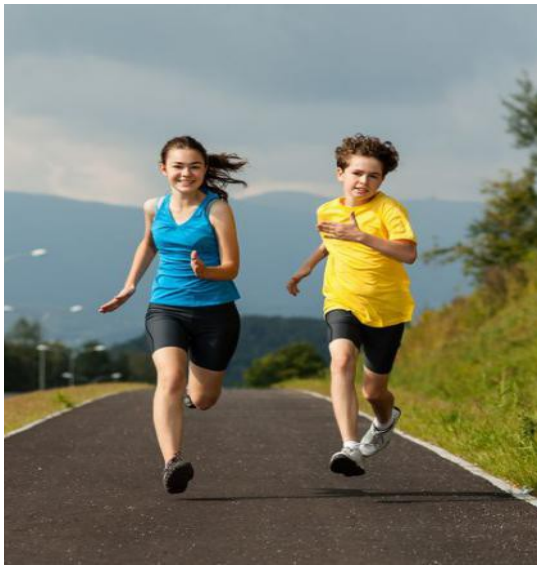
- **Semelles Orthopédiques adaptées**

- 5 à 15 ans

Effet ***CORRECTIF***

- Stimule la Rotation Externe du Fémur
- Antalgique

- 15 ans à ...



Effet ***PALLIATIF***

- Réaxe la Posture
- Antalgique

Conclusion

Le simple choix de chaussures adaptées à l'age de l'enfant permet de prévenir les principaux troubles de la Marche et de la Posture

Réunion d'information présentée par :

Vincent Rauzy

Pédicure – Podologue .DE

Podologue du Sport .DU

Stagiaire des Hôpitaux de Paris

Hôpital des Enfants Robert Debré

Hôpital de la Pitié Salpêtrière

Formateur Réseau des Médecins Clamart (92)

Ax-les-Thermes

Le 20 mai 2018