



Ostéopathie et puberté

Description



Ostéopathie et puberté avec Valérie Namer

L'adolescence une étape unique du développement humain et un moment important pour poser les fondations d'une bonne santé. Les adolescents connaissent une croissance physique et un développement cognitif et psychologique rapides.

Les adolescents ont besoin d'occasions de participer véritablement à la conception et à la mise en œuvre des interventions destinés à améliorer et protéger leur santé. Les consultations avec les intervenants en santé, dont les ostéopathes, permettent d'accroître ces opportunités est de répondre leurs besoins et à leurs droits spécifiques.

ATTENTION : Vous êtes également intéressé par la formation de Valérie Namer du 18 octobre 2025 intitulée [Prise en charge ostéopathique adaptée à la transition vers la ménopause](#). Bénéficiez d'un tarif préférentiel de 500 € en vous inscrivant aux deux formations.

Objectifs :

- Connaître le déroulement de la puberté et les changements hormonaux présents
- Adapter la consultation ostéopathique aux spécificités de l'adolescence
- Intégrer les besoins de sécurité et de consentement éclairé dans le contexte de l'adolescence
- Identifier les risques de santé souvent négligés chez les adolescents
- Promouvoir des habitudes de vie saines en sachant travailler en multidisciplinarité.

Matin:

9h00 – Phénomènes physiologiques et hormonaux de la puberté

- Les stades du développement
- Puberté précoce et tardive
- Facteurs environnementaux

11h00 – Liens entre la puberté sur la santé et le bien-être

- Santé musculosquelettique
- Santé menstruelle et reproductive
- Santé mentale et addiction

- Les troubles alimentaires et l'exercice physique

13h00- Pause déjeuner

Après-midi :

14h00 – Adaptation de la consultation ostéopathique à la puberté

- L'interrogatoire
- La présence du parent
- Le consentement
- Les techniques
- Les recommandations, sommeil, alimentation, activité physique, ressources

16h00 – Cas cliniques