



# SANDRA LOIS

« Ostéopathie Périnatale : Approche Clinique et  
Accompagnement de la Femme Enceinte »

Formation les 25, 26 et 27 Septembre 2026 à l'Institut  
d'Ostéopathie de Rennes-Bretagne



## PROFIL ET NOMBRE DE STAGIAIRES

- Public visé

*Ostéopathes souhaitant approfondir et enrichir leurs connaissances et leur approche de la femme enceinte dans une perspective ostéopathique et intégrative*

- Prérequis

*Diplôme d'Ostéopathie*

- Nombre de participants maximum

26

## INSCRIPTION

L'inscription se fait uniquement en ligne sur le site internet de l'Institut d'Ostéopathie de Rennes-Bretagne.

## PRÉSENTATION DU / DES INTERVENANT(S)



Sandra Lois est Ostéopathe DO et Kinésithérapeute diplômée, spécialisée dans l'approche viscérale, urogynécologique et obstétrique. Elle est titulaire d'un Master en Biomécanique appliquée, d'un Master en Pelvipérinéologie, et elle poursuit actuellement un Master en Ostéopathie à UAS Metropolia (Finlande).

Son parcours de formation postgraduée est riche, avec plus de 20 ans d'expérience clinique et pédagogique, nourri de l'enseignement de figures majeures de l'ostéopathie contemporaine telles que Max Girardin, Caroline Stone, Jean-Paul Höppner, Jane Stark, Tomas Hirth, Jean-Pierre Barral, entre autres.

Elle est enseignante internationale (Espagne, France, Italie, Argentine, Mexique et Brésil) dans des programmes de formation en ostéopathie de 1er et 2e cycle, notamment dans les domaines de l'approche viscérale, de la sphère uro-génitale et de l'obstétrique. Depuis 2024, elle a intégré l'équipe internationale de l'ESO (European School of Osteopathy) comme enseignante de l'approche viscérale pour les programmes en Danemark, Islande et Arménie.

Elle a été coordinatrice académique de la FBEO (Madrid) entre 2011 et 2019, et membre du conseil d'administration du ROE et de la FOE de 2016 à 2023, représentant activement les ostéopathes espagnols dans les efforts de reconnaissance et de régulation de la profession en Espagne.

Depuis 2020, elle dirige le groupe de travail des enseignants en viscéral au sein d'OSEAN (Osteopathic European Academic Network), et depuis novembre 2024, elle est membre du board d'OSEAN.

## SYNOPSIS ET OBJECTIF GÉNÉRAL DE LA FORMATION

La grossesse est une expérience physiologique extraordinaire, au cours de laquelle le corps de la femme traverse des transformations profondes — biomécaniques, hémodynamiques, hormonales, métaboliques, neurologiques et émotionnelles. Lorsque l'adaptation à ces changements est incomplète ou dysfonctionnelle, des symptômes variés peuvent émerger : nausées, reflux, lombo-sciatique, syndrome du canal carpien, entre autres.

Ce cours vous propose un parcours clinique complet à travers les trois trimestres de grossesse, l'accouchement et la période post-natale. Vous apprendrez à identifier les adaptations physiologiques attendues dans chaque phase, et surtout à reconnaître chez vos patientes les situations où ces adaptations se mettent en place de façon sous-optimale — et pourquoi.

L'évidence scientifique actuelle confirme que l'approche ostéopathique durant cette période de la vie reproductive est à la fois sûre et efficace. En tant qu'ostéopathes, nous avons la responsabilité d'intégrer cette rigueur scientifique dans notre pratique : savoir identifier les signaux d'alerte, évaluer les risques et les bénéfices de notre intervention, et choisir les outils diagnostiques et thérapeutiques les mieux adaptés à chaque patiente, à chaque moment de sa grossesse.

*Une formation pour accompagner la femme enceinte avec compétence, précision et bien-être.*

### OBJECTIFS DU COURS

À l'issue de cette formation, les étudiants seront capables de...

- Comprendre les adaptations physiologiques, biomécaniques, hormonales et vasculaires de la grossesse, ainsi que les signes d'alerte nécessitant une orientation médicale.
- Identifier les restrictions pouvant compromettre l'adaptation optimale de la femme enceinte.
- Réaliser une évaluation ostéopathique pertinente et appliquer des techniques adaptées à chaque étape de la grossesse.
- Comprendre la physiologie de l'accouchement et accompagner la fonction du complexe lombo-pelvien et du plancher pelvien.
- Favoriser l'adaptation des tissus et structures de soutien de l'utérus tout au long de la grossesse.
- Prendre en charge les principales problématiques du post-partum en s'appuyant sur les données scientifiques actuelles.

## CONTEXTE PROFESSIONNEL

La période périnatale constitue l'une des fenêtres biologiques les plus complexes et les plus dynamiques de la vie reproductive de la femme. En quelques mois, le corps féminin traverse des transformations profondes et simultanées — biomécaniques, hormonales, hémodynamiques, neurologiques et émotionnelles — qui sollicitent en permanence sa capacité d'adaptation. Lorsque cette adaptation se met en place de façon sous-optimale, des tableaux cliniques variés et souvent multifactoriels peuvent émerger, depuis les douleurs lombo-pelviennes jusqu'aux dysfonctions viscérales et périnéales, en passant par les séquelles du post-partum.

La formation proposée répond à une demande croissante des ostéopathes pour développer une approche clinique rigoureuse, sûre et intégrative de la femme enceinte et en post-partum. Elle permet d'articuler les

données actuelles issues de l'anatomie fonctionnelle, de la biomécanique obstétricale, de la physiologie hormonale et des neurosciences, afin d'affiner la précision diagnostique et d'enrichir les outils thérapeutiques disponibles.

En développant une vision globale mais structurée de la maternité — du premier trimestre à la période puerpérale — cette formation permet une meilleure prise en charge des troubles les plus fréquents : douleurs pelviennes et rachidiennes, restrictions du complexe lombo-pelvien, dysfonctions du plancher pelvien, troubles neurovégétatifs, ou encore séquelles obstétricales.

Cette formation s'inscrit dans une pratique fondée sur les preuves, centrée sur la personne et orientée vers la collaboration interdisciplinaire. Elle représente un apport significatif pour l'évolution des compétences professionnelles de l'ostéopathe et pour le développement d'une clinique périnatale adaptée aux enjeux de santé contemporains.

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Date	Horaires (à minima par demi- journées)	Objectif pédagogique	Contenu / Programme	Moyens et méthodes pédagogiques  <i>(exemples : cours magistral, TD de pratique, débat, classe inversée, mise en situation, jeu de rôle, etc)</i>	Nom du / des intervenant(s)
15 jours avant le début du stage		Evaluation des attentes et des pré-requis		Questionnaire nominatif forms. Résultats transmis au formateur	IORB
Jour 1	9h-10h00	Recueil des attentes des stagiaires concernant la formation		Tour de table	Sandra Lois
Jour 1	10h00– 12h30	Comprendre les adaptations physiologiques, biomécaniques, hormonales et vasculaires de la grossesse selon les différents trimestres.	Changements physiologiques de la grossesse : de l'embryon au fœtus, adaptation continue des systèmes maternels.  Changements biomécaniques affectant l'anatomie maternelle dans son ensemble.	Moyens : Support numérique (diaporama), documents de référence.  Méthodes : Cours magistral interactif.	Sandra Lois
Jour 1	14h00– 17h30	Identifier les restrictions et évaluer les structures pelviennes et les tissus de soutien de l'utérus susceptibles de compromettre l'adaptation à la	Anatomie et biomécanique du bassin : effet de la relaxine, modifications du contenu viscéral et du fascia endopelvien.  TD pratique : examen de la femme enceinte en	Moyens : Support numérique (diaporama), documents de référence, squelette pédagogique.  Méthodes : Cours magistral + TD pratique.	Sandra Lois

		grossesse.	position debout et assise.		
Jour 2	09h00– 12h30	Réaliser une évaluation ostéopathique pertinente et reconnaître les principales dysfonctions rencontrées pendant la grossesse.	Physiopathologie des troubles fréquents de la grossesse. Facteurs biomécaniques et hormonaux favorisant les manifestations cliniques. TD pratique : examen de la région abdomino-pelvienne et des ligaments utérins.	Moyens : Support numérique (diaporama), squelette pédagogique. Méthodes : Cours magistral + TD pratique.	Sandra Lois
Jour 2	14h00– 17h30	Identifier les signes d'alerte nécessitant une orientation médicale et intégrer les principes de sécurité clinique dans la pratique ostéopathique.	Pathologie de la femme enceinte. Drapeaux rouges et précautions de sécurité. TD pratique : techniques en décubitus dorsal et lateral. Cas clinique avec patiente enceinte.	Moyens : Support numérique (diaporama), articles scientifiques sélectionnés. Méthodes : Cours magistral + débat clinique + TD pratique + cas clinique.	Sandra Lois
Jour 3	09h00– 11h30	Comprendre la physiologie de l'accouchement et accompagner la fonction du complexe lombo-pelvien et du plancher pelvien.	L'accouchement naturel et ses phases (dilatation, expulsion, délivrance). Accouchement assisté/instrumental. Césarienne. Rôle de l'ocytocine. TD pratique : bilan pré-partum + cas clinique avec patiente enceinte. Mise en situation clinique (jeu de rôle).	Moyens : Support numérique (diaporama), fiches cliniques. Méthodes : Cours magistral + mise en situation (jeu de rôle) + TD pratique.	Sandra Lois
Jour 3	11h30– 13h30	Prendre en charge les principales problématiques du post-partum et élaborer un plan de traitement fondé sur les données scientifiques actuelles.	Période puerpérale : post-partum immédiat et calendrier de suivi. Séquelles obstétricales et plan de traitement. Coccygodynie.	Moyens : Support numérique (diaporama), squelette pédagogique. Méthodes : Cours magistral + TD pratique + cas clinique.	Sandra Lois
Lendemain de la formation		Evaluation des acquis de fin de formation et de satisfaction des participants		Questionnaire nominatif forms envoyé le lendemain de la formation	IORB

## INFORMATIONS PRATIQUES

- Type de formation : qualifiante
- Durée de la formation en nombre de journées : 3
- Dates de la formation : 25, 26 et 27 Septembre 2026
- Horaires de la formation : 9h00-12h30 et 14h-17h30
- Lieu de la formation :

Institut d'Ostéopathie de Rennes-Bretagne  
Campus Ker-Lann - 50 Rue Blaise Pascal  
35 170 Bruz

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR). En cas de situation de handicap, veuillez nous consulter pour étudier avec notre référent handicap la faisabilité et l'adaptation de l'action de formation.

## COÛT DE LA FORMATION

530 € TTC (frais de réservation de 180 € TTC non remboursables + frais de stages de 350 € TTC remboursables jusqu'à deux semaines avant la date de début de la formation). Possibilité de prise en charge par votre organisme financeur. L'IO-RB est enregistré sous le n°53350889435 auprès du Préfet de Région. Les frais de repas, de déplacement et d'hébergement sont à la charge du stagiaire.

480 € TTC pour les membres ALUMNI IO-RENNES (frais de réservation de 180 € TTC non remboursables + frais de stages de 300 € TTC remboursables jusqu'à deux semaines avant la date de début de la formation). Possibilité de prise en charge par votre organisme financeur. L'IO-RB est enregistré sous le n°53350889435 auprès du Préfet de Région. Les frais de repas, de déplacement et d'hébergement sont à la charge du stagiaire.

## DISPOSITIF DE SUIVI DU PROGRAMME ET D'APPRECIATION DES RESULTATS

Feuille d'émargement - Evaluation des acquis des stagiaires avant le début du stage et à l'issue de la formation – Analyse des informations obtenues - Remise d'une attestation de fin de formation.

Précision : Le questionnaire d'évaluation des acquis est rédigé par le(s) formateur(s). Il donne lieu à une note, permettant d'évaluer de façon opposable l'acquisition des connaissances attendues.

