

# Raisonnement clinique et traitement du rachis lombaire (F. BARILLEC)

## Objectifs

Appliquer un traitement kinésithérapique des algies du rachis lombaire en suivant les principes d'une approche par raisonnement clinique intégrant connaissances fondamentales actualisées, bilan diagnostic différentiel et mise en œuvre de techniques de kinésithérapie différenciées (thérapie manuelle, techniques actives, auto-rééducation...)

## Formateur.trice

M. Fabrice BARILLEC

Masseur-kinésithérapeute – Formateur expert

## Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

9,3/10

## Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 820€

FIFPL - Reste à charge : 220€

DPC - En cours de traitement

Crédit d'impôt - Reste à charge : 578.08€

## Organisation

Construction du groupe :  
18 personnes

Du 13 au 15 octobre 2025 - Mulhouse

21h / 3 jours

## Public et Prérequis

Formation ouverte exclusivement aux kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.) : une expérience professionnelle supérieure à 6 mois est souhaitable.

## Contenu

Cette formation mêlant des séquences théoriques et pratiques sous supervision du formateur, vous permettra de développer un raisonnement clinique et diagnostic autour de la prise en charge et le traitement du rachis lombaire.

- **Mise en place de la notion du modèle structurel** : application au rachis lombaire – raisonnement clinique et diagnostic kiné – tests appliqués au rachis lombaire- symptômes

- et pathologies du rachis lombaire en thérapie manuelle et techniques de traitement.
- **Le Rachis lombaire myo fascial** : concept du SMD et du PT : définition – physiopathologie – terminologie – examen, plan de traitement, traitement des muscles.
  - **Les Fascias lombaires** : modèle de distorsion fascial (MDF) : présentation des six lésions
  - **Les hernies fasciales** : topographie et traitement. Les lignes myo fasciales selon Myers (Anatomy Trains) – gymnastique fasciale selon Robert Schleip.
  - **La réhabilitation musculaire du rachis lombaire** : quels muscles renforcer ? Quels muscles étirer ? Notions d'étirements spécifiques – chaînes musculaires – gainage.
  - **Le rachis lombaire discal** : anatomie – biomécanique – dégénérescence et pathologies discales – examen spécifique – notion de préférence directionnelle (Mc Kenzie) – techniques de traitement du disque (techniques de « Hands Off » et « Hands On ») – auto-traitement et prophylaxie.
  - **Le rachis lombaire neuro dynamique** : définition – terminologie – physiopathologie – examen neurologique et neuro dynamique (tests EJT et Slump) – traitement de neuro glissement – neuro massage et neuro tension – syndrome du piriforme – syndrome des IJ – syndrome de la dure mère lombaire et la radiculopathie lombaire.
  - **Le modèle bio psycho social appliqué au rachis lombaire** : kinésiophobie – programmation neuro linguistique (vocabulaire utilisé et impact sur le patient) – gestion de la douleur chronique.

## Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports Polycopiés fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes sous surveillance et supervision du formateur.
- Merci de vous munir d'une tenu confortable afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation et d'une serviette de bain.

## Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
  - Pré et Post-test
  - Quizz – questionnaires
  - Correction des gestes techniques au décours de la pratique
  - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

## Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

## Programme détaillé de la formation

| Jour 1         | Contenus   | Pédagogie  |   |
|----------------|--|--|---|
|                | <b>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</b><br>Intégrer les notions fondamentales d'une pratique moderne et éclairée de la kinésithérapie<br>Intégrer les éléments de l'interrogatoire et du bilan |  |   |
| 09h00          | Accueil des stagiaires   | Echanges   | Remise de support pédagogique –<br>Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires  |
| 09h15          | Présentation de la formation et des participants   |  |   |
| 09h15<br>09h45 | Le modèle bio-psycho-social, l'evidence based practice, neurophysiologie de la douleur   | Expositive – Power point                             | Projection du diaporama -supports audio visuels   |
| 09h45<br>10h15 | Catalogue d'hypothèses, épidémiologie, classifications, facteurs de risque et pronostic  | Expositive   | Projection du support numérique<br><br>Préparer l'élaboration du bilan en envisageant les hypothèses cliniques et les facteurs de risques.  |
| <b>Pause</b>   |  |  |   |
| 10h30<br>12h15 | Anatomie descriptive, cinésiologie et anatomie de surface  | Théorique<br><br>Echange<br><br>Méthode active       | Projection du diaporama -supports audio visuels – discussion – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur  |
| <b>Repas</b>   |  |  |   |
| 13h15<br>14h15 | Interrogatoire semi-dirigé, body chart, drapeaux jaunes, différents types de douleur selon l'IASP, évaluation de l'engagement du patient (auto-efficacité)   | Expositive –<br>Démonstrative                        | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Interrogatoire, Body Chart, drapeaux jaunes, bleus et noirs.<br><br>Type de mécanisme douloureux : dominante nociceptive, neuropathique, nociplastique |
| 14h15<br>15h15 | Abord des drapeaux rouges selon l'acronyme VIT-N-VIT   | Théorique –<br>Expositive                            | Projection du diaporama -supports audio visuels   |
| <b>Pause</b>   |  |  |   |
| 15h30<br>17h15 | Observation, bilan musculaire, ligamentaire, articulaire et pertinence du marqueur   | Théorique<br><br>Démonstrative<br><br>Méthode active | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur   |
| 17h15<br>17h30 | Evaluation de fin de journée   | Echanges   | Questions-réponses<br><br>Participation active des stagiaires   |

| Jour 2         | Contenus  | Pédagogie   |   |
|----------------|---|---|---|
|                | <u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u><br>Intégrer les recommandations scientifiques pour la prise en charge de la lombalgie               |   |   |
| 09h00<br>10h00 | Bilan neurologique et neurodynamique ( palpation du nerf, mise en tension, neurogymnastique)  | Expositive et démonstrative                           | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| 10h00<br>10h30 | Phénotype nociplastique, kinésiophobie, peur évitement, croyances et catastrophisme   | Théorique – Expositive                                | Projection du diaporama -supports audio visuels   |
| <b>Pause</b>   |   |   |   |
| 10h45<br>11h15 | Recommandations JOSPT et HAS selon les tableaux cliniques   | Expositive  | Projection du diaporama – support audio visuel  |
| 11h15<br>12h15 | Placebo et potentialisation des effets contextuels, lutte contre croyances, peur évitement, catastrophisme, travail sur l'engagement du patient | Expositive  | Projection du diaporama – support audio visuels   |
| <b>Repas</b>   |   |   |   |
| 13h15<br>14h15 | Techniques articulaires passives : PA lombaires, lumbarol, Technique Chicago modifiée<br><br>Mobilisations avec mouvement                       | Expositive<br><br>Méthode active<br><br>Démonstrative | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| 14h15<br>15h15 | Techniques actives de modulation symptomatiques : mouvements répétés  | Expositive<br><br>Méthode active<br><br>Démonstrative | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| <b>Pause</b>   |   |   |   |
| 15h30<br>17h15 | Exercices à visée de gain de mobilité : gain de mobilité lombaire, gain de mobilité de la hanche et du bassin.                                  | Expositive<br><br>Méthode active                      | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| 17h15<br>17h30 | Bilan de fin de journée   | Echanges  | Questions – réponses  |
| Jour 3         | Contenus  | Pédagogie   |   |
|                | <u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>   |   |   |

|                |   |  |   |
|----------------|---|--|---|
|                | Intégrer les techniques kinésithérapiques   |  |   |
|                | Savoir proposer au patient un plan d'auto-rééducation   |  |   |
| 09h00<br>09h45 | Levées de tension musculaires, techniques sur muscles lombo-pelviens et proposition d'auto-étirements   | Théorique<br>Méthode active<br>Démonstrative | Projection du diaporama – support audio-visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| 09h45<br>10h15 | Trigger point : approche hands-on par le praticien et enseignement au patient en tant que technique d'auto-modulation de la douleur   | Théorique<br>Méthode active<br>Démonstrative | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| <b>Pause</b>   |   |  |   |
| 10h45<br>12h15 | Exercices à visée de renforcement musculaire : extenseurs lombo-pelviens, transverse de l'abdomen, abdominaux superficiels, muscles fessiers, muscles de la cuisse  | Théorique<br>Méthode active<br>Démonstrative | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| <b>Repas</b>   |   |  |   |
| 13h15<br>15h15 | Théorie sur le contrôle moteur, application au rachis lombo-pelvien, exercices pertinents et appropriation par le patient<br><br>Exercices permettant de lutter contre la kinésiophobie   | Théorique<br>Méthode active<br>Démonstrative | Projection du diaporama -supports audio visuels<br><br>Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur |
| <b>Pause</b>   |   |  |   |
| 15h45<br>17h15 | Cas cliniques : abord de cinq cas cliniques en atelier : douleur neurogénique de type sciatalgie, douleur à dominante nociceptive lombaire d'origine zygapophysaire , douleur à dominante nociceptive lombaire d'origine discale, douleur sacro-iliaque, douleur nociplastique. Pour chaque cas seront recherchés les éléments pertinents du diagnostic, les moyens de moduler la douleur et les exercices qui viseront à autonomiser le patient. | Méthode active<br>Démonstrative<br>Echanges  | Travail en groupe – jeux de rôle  |
| 17h15<br>17h30 | Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel<br><br>Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances   | Démonstrative<br>Echanges                    | Quizz de fin de formation   |