

# Douleur cervico-thoracique : diagnostic, modulation symptomatique et autonomisation (F. BARILLEC)

## Objectifs

Appliquer un traitement kinésithérapique des algies du rachis cervical et thoracique, en suivant les principes d'une approche par raisonnement clinique

## Formateur.trice

M. Fabrice BARILLEC

Masseur-kinésithérapeute

## Note

### Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 820€

FIFPL - Reste à charge : 220€

DPC - Reste à charge : 273.33€

Crédit d'impôt - Reste à charge : 570.52€

### Organisation

Construction du groupe :  
18 personnes

Du 16 au 18 octobre 2025 - Mulhouse

21h / 3 jours

## Public et Prérequis

Formation réservée exclusivement aux kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.) une expérience supérieure à 6 mois est conseillée.

## Contenu

La formation alternera des séquences théoriques sous forme de PowerPoint et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur :

- Nouveaux concepts de la douleur – les patients à dominance nociplastique : conséquences sur la prise en charge
- Anatomie palpatoire de la région cervico-thoracique – ateliers pratiques
- Bilan diagnostic de la région : interrogatoire, triage, observation morphostatique et morphodynamique, bilan tissulaire, bilan fonctionnel, conclusions du bilan et apport des examens complémentaires

- Mise en place et tests des traitements : fascias cervico-thoraciques – applications aux muscles de la région – points trigger – levées de tension
- Approche articulaire cervicale et thoracique structurale simplifiée avec ou sans impulsion
- Techniques articulaires adaptées à la charnière cervico-thoracique
- Comment agir contre la kinésiophobie ?
- Exercices de centralisation – coordination – notions d'ergonomes – conseils et éducation thérapeutique

## **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 tenue 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	
	<p><u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u></p> <p><i>Intégrer la morpho palpation de la région cervico-thoracique</i>  <i>Intégrer les notions de nouveaux concepts de la douleur</i></p>		
09h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h30	<b>Présentation de la formation et des participants</b>		
09h30 10h30	<b>Revue de la littérature : articles et guides</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
<b>Pause</b>			
10h45 11h30	<b>Neurophysiologie de la douleur et application dans la pratique de la vie quotidienne</b>  <b>Nouveaux concepts de la douleur : conséquences sur la catégorisation des patients</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
11h30 12h30	<b>Classification internationale</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama -supports audio visuels
<b>Repas</b>			
13h30 14h30	<b>Anatomie palpatoire de la région cervico-thoracique</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b>  <b>METHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur
14h30 15h30	<b>Bilan diagnostic de la région : interrogatoire – triage – observation morphostatique – morphodynamique – bilan tissulaire – conclusions du bilan et apport des examens complémentaires</b>	<b>THÉORIQUE</b>  <b>DEMONSTRATIVE</b>  <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
<b>Pause</b>			
15h45 16h30	<b>Début du traitement : les fascias cervico-thoraciques</b>  <b>Education thérapeutique</b>	<b>THÉORIQUE</b>  <b>DEMONSTRATIVE</b>  <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
16h30 17h00	<b>Evaluation de fin de journée</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses  Participation active des stagiaires
Jour 2	Contenus	Pédagogie	
	<p><u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u></p> <p><i>Intégrer les techniques passives articulaires et musculo-aponévrotiques et les techniques actives</i></p>		
09h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Reprise du contenu de la veille

09h30		<b>METHODE ACTIVE</b> <b>REFLEXIVE</b>	
09h30 10h30	<b>Abord des levés de tension – inhibition</b> <b>TRAPEZE SUPERIEUR – SCOM –</b> <b>SCALENES – SPLENIUS – SEMIEPINEUX –</b> <b>ELEVATEUR SCAPULA – PETIT</b> <b>PECTORAL – PETIT DENTELE POSTERO</b> <b>SUPERIEUR – SUB CLAVIER</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels  Démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
<b>Pause</b>			
10h45 12h30	<b>Les points trigger</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
<b>Repas</b>			
13h30 14h30	<b>Les points trigger (suite)</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama et remise du support pédagogique -supports audio visuels
14h30 15h30	<b>Approche thoracique articulaire structurelle simplifiée avec et sans impulsion</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
<b>Pause</b>			
15h45 16h30	<b>Le travail actif : lutte contre la kinésiophobie, assouplissements, mouvements répétés, renforcement musculaire</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
16h30 17h00	<b>Evaluation de fin de journée et de l'objectif opérationnel</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses  Participation active des stagiaires
<b>Jour 3</b>	<b>Contenus</b>	<b>Pédagogie</b>	
<u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>  <i>Intégrer les techniques de mobilisation et les conseils thérapeutiques</i>			
09h00 09h30	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b> <b>METHODE ACTIVE</b> <b>REFLEXIVE</b>	Reprise du contenu de la veille
09h30 10h00	<b>Approche articulaire cervicale structurelle simplifiée avec et sans impulsion</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
10h00 10h30	<b>Les exercices de centralisation</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
<b>Pause</b>			

10h45 12h30	<b>Les exercices de coordination – renforcement et endurance</b>	<b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur
<b>Repas</b>			
13h30 14h30	<b>Notion d'ergonomie</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels
14h30 15h30	<b>Conseils et éducation thérapeutique</b>	<b>THEORIQUE</b> <b>ECHANGES</b>	Projection du diaporama – discussion
<b>Pause</b>			
15h45 16h30	<b>Cas cliniques</b>	<b>ECHANGES</b> <b>DEMONSTRATIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Démonstration puis applications pratiques en binôme sous supervision du formateur.
16h30 17h00	<b>Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel</b>  <b>Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances</b>	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur puis mise en situation en binôme sous surveillance et supervision du formateur