Traitement manuel des trigger-points myofasciaux (T. CLEMENT)

Objectifs

Appliquer un protocole de traitement manuel spécifique – précis et progressif afin de désactiver les Trigger Points (TP) et le Syndrome Myofascial Douloureux (SMD)

Formateur.trice

Thomas CLEMENT

Masseur-kinésithérapeute libéral, PhD

Enseignant-formateur à l'ILFMK

Note

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

8.9/10

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

DPC - Reste à charge : 0€

FIFPL - Reste à charge : 0€

Organisation

Construction du groupe :
20 personnes

Du 24 au 25 septembre 2027 - Mulhouse

14h / 2 jours

Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseurskinésithérapeutes (D.E. ou A.E.)

Contenu

Construite en deux sessions, cette formation permettra d'intégrer dans votre pratique :

- Rappels de physiopathologie des TP et du SMD – notions et examens cliniques – raisonnement clinique et différenciation structurelle.
- Techniques de désactivation et de traitement des TP : ouverture vers les concepts complémentaires de thérapie manuelle.
- Applications pratiques au rachis lombaire –muscles longissimus, ilio-costal et piriforme, examen et traitement
- Applications pratiques aux SMD du bloc inférieur – à des SMD complexes.

Programme de la formation

- Des rappels physiopathologiques des triggers points et du syndrome myofascial douloureux (SMD)
- L'examen et le raisonnement clinique des trigger points
- Les techniques manuelles de traitement : désactivation des trigger points actifs
- Des applications pratiques et traitements de SMD :
    - Tête et cou
    - Épaule douloureuse
    - Membre supérieur
    - Rachis thoracique et lombaire
    - Membre inférieur.

Formation validée par le FIFPL et le DPC (n°11182425073)

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	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Comprendre la physiopathologie d'apparition des trigger points myofasciaux		
09h00 09h30	**Accueil des stagiaires** **Présentation de la formation et des participants**	**ÉCHANGES**	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h30 10h30	**Introduction : De la cellule à la contraction musculaire** **Physiologie de la contraction musculaire**	**THÉORIQUE**	Projection du diaporama – remise du support pédagogique – supports audio-visuel
	Pause		
10h45 12h30	**Syndrome Myofascial Douloureux Nociception musculaire** **Concept Trigger Points et physiopathologie**	**THÉORIQUE**	Projection du diaporama – remise du support pédagogique – supports audio-visuel
	Repas		
13h30 15h30	**Raisonnement clinique** **Différenciation structurelle**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE** **DEMONSTRATIVE**	Projection du diaporama – Démonstration pratique puis application en binôme- Supervision corrections du formateur
	Pause		
15h45 16h30	**Examen clinique des Trigger Points et SMD**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE** **DEMONSTRATIVE**	Projection du diaporama – Démonstration pratique puis application en binôme- Supervision corrections du formateur
16h30 17h00	**Évaluation de fin de journée**	**ÉCHANGES**	Questions-réponses Participation active des stagiaires
Jour 2	**Contenus**	**Pédagogie**	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Identifier et appliquer les techniques adaptées de traitement des trigger points myofasciaux en fonction des situations cliniques des patients.		
09h00 09h30	**Accueil des stagiaires** **Présentation de la formation et des participants**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE**	Reprise du contenu de la veille Questions-réponses Participation active des stagiaires
09h30 10h30	**Traitement du SMD et Trigger Points Tête et cou**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE**	Projection du diaporama – Démonstration pratique puis application en binôme- Supervision corrections du formateur

		DEMONSTRATIVE	
	Pause		
10h45 12h30	**Traitement du SMD et Trigger Points Membre supérieur**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE** **DEMONSTRATIVE**	Projection du diaporama – Démonstration pratique puis application en binôme- Supervision corrections du formateur
	Repas		
13h30 15h30	**Traitement du SMD et Trigger Points Rachis thoracique et lombaire**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE** **DEMONSTRATIVE**	Projection du diaporama – Démonstration pratique puis application en binôme- Supervision corrections du formateur
	Pause		
15h45 16h30	**Résolution de deux cas cliniques**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE** **DEMONSTRATIVE**	Projection du diaporama – Questions-réponses – Participation active des stagiaires
16h30 17h00	**Évaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel** **Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances**	**ÉCHANGES** **METHODE ACTIVE** **REFLEXIVE**	Remise de support d'examen – Participation active des stagiaires – Tour de table