

# TECHNIQUES MANUELLES ET INSTRUMENTALES DES STRUCTURES MYOFASCIALES

## Objectif Opérationnel

*Concevoir et mettre en œuvre un traitement manuel ou instrumental cohérent et adapté des pathologies mécaniques des fascias*

## Public et Prérequis

Formation exclusivement réservée aux kinésithérapeutes (D.E. ou A.E.): une expérience supérieure à 3 mois est conseillée.

Maximum 18 stagiaires

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

**8,2 / 10**

## Présentation de la formation

A travers des rappels théoriques des fondamentaux et des applications pratiques en binôme sous supervision du formateur, cette formation vous permettra :

- De conduire un bilan clinique interrogeant les dysfonctionnements mécaniques des fascias et des chaînes fasciales
- D'élaborer et mettre en œuvre un traitement manuel cohérent et adapté des pathologies mécaniques des fascias
- D'intégrer le traitement manuel des fascias dans la panoplie des techniques de thérapie manuelle.
- Etudier la méthodologie d'investigation : examen clinique et palpatoire et son interprétation
- Appliquer les techniques de crochetage et fascias : application sur les membres supérieurs – inférieurs et le tronc.
- Application des techniques de crochetage dans les pathologies musculaires sportives
  - Rappels sur les fascias et les aponévroses : embryologie des fascias – histologie – biomécanique – réponses du tissu conjonctif aux sollicitations mécaniques – rôle des fascias. Logique de construction d'un traitement intéressant les fascias – organisation anatomique - éléments de palpation – interrelations fascias et système neuro-végétatif.
  - Intégration à la clinique et perfectionnement : applications pratiques

## 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 :
  - o Pré et Post-test
  - o Quizz – questionnaires
  - o Correction des gestes techniques au décours de la pratique
  - o Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

## Accès aux personnes en situation de handicap

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5<sup>ème</sup> catégorie)

**Formateur**

**Fabrice BARILLEC**

**Durée - Horaires**

19 heures 30

J1 à J3 : 9h00 – 16h30

## Programme détaillé de la formation

JOUR 1	CONTENUS	PEDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Identifier les éléments fondamentaux des fascias et de la logique de construction d'un traitement</i>		
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b> <b>Présentation de la formation et des participants</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-	<b>Rappels fondamentaux sur les fascias et les aponévroses</b> <b>Embryologie des fascias – histologie</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama -supports audio visuels
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<b>Biomécanique des fascias : réponses du tissu conjonctif aux sollicitations mécaniques</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama -supports audio visuels
12h30	<b>REPAS</b>		
13h30	<b>Logique de construction d'un traitement intéressant les fascias</b>	<b>THEORIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection diaporama – discussions Application pratique en binôme sous supervision du formateur
-	<b>PAUSE</b>		
15h30			
15h45	<b>Logique de construction d'un traitement intéressant les fascias (suite)</b>	<b>THEORIQUE</b> <b>REFLEXIVE</b> <b>METHODE ACTIVE</b>	Projection diaporama – discussions Application pratique en binôme sous supervision du formateur
-			
16h30	<b>Débriefing de fin de journée</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 2	CONTENUS	PEDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Appliquer les techniques manuelles du traitement des fascias</i>		
9h00 -	Accueil des stagiaires  Reprise des points de la veille	ÉCHANGES  METHODE ACTIVE	Echanges discussion – puis application pratique sous supervision du formateur
10h30 10h45 -	<b>PAUSE</b>		
12h30	Organisation anatomique des fascias et éléments de palpation	THEORIQUE  DEMONSTRATIVE  REFLEXIVE  METHODE ACTIVE	Projection diaporama – discussions  Démonstration - Application pratique en binôme sous supervision du formateur
<b>REPAS</b>			
13h30 -	Etudier l'organisation des chaînes fasciales	THEORIQUE  DEMONSTRATIVE  REFLEXIVE  METHODE ACTIVE	Projection diaporama – discussions  Démonstration - Application pratique en binôme sous supervision du formateur
15h30 15h45 -	Les interrelations fascia et le système neuro- végétatif	THEORIQUE  DEMONSTRATIVE  REFLEXIVE  METHODE ACTIVE	Projection diaporama – discussions  Démonstration - Application pratique en binôme sous supervision du formateur
15h30 15h45 -	Techniques manuelles du traitement des fascias : les aspects pratiques	THEORIQUE  DEMONSTRATIVE  METHODE ACTIVE	Projection diaporama – discussions  Démonstration - Application pratique en binôme sous supervision du formateur
16h30	Débriefing de fin de journée	ÉCHANGES	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 3	CONTENUS	PEDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Intégrer les fondements neurophysiologiques et la méthodologie d'investigation en vue du crochetage</i>		
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b> <b>Présentation de la formation et des participants</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-	<b>Abord des fondements neurophysiologiques des techniques de crochetage et indications</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama -supports audio visuels
10h30	Action neuromusculaire et mécanique		
10h45	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Abord des fondements neurophysiologiques des techniques de crochetage et indications</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama -supports audio visuels
12h30	Action hormonale et vasculaire Action neurovégétative et réflexe		
<b>REPAS</b>			
13h30	<b>Méthodologie d'investigation : examen clinique et palpatoire loco régional des tissus mous (tendons – aponévroses – muscles...)</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTVE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
-			
15h30			
15h45	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Affinement de la perception palpatoire par utilisation des crochets : texture tissulaire – rénitence – résistance et réactions à l'étirement transversal – choix du crochet en fonction des structures à traiter</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTVE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
17h00			
	<b>Débriefing de fin de journée</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 4	CONTENUS	PEDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i>		
	<i>Pratiquer les techniques de crochetage</i>		
9h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES	Reprise des points de la veille
-	Techniques de crochetage et fascias : applications dans une pratique clinique de terrain : traitements des tissus myo-aponévrotiques rachidiens (cervicaux – lombaires)	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
10h30	PAUSE		
10h45	Techniques de crochetage et fascias : applications dans une pratique clinique de terrain : traitements des tissus myo-tendineuses de l'épaule et du coude	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
-	Techniques de crochetage et fascias : applications dans une pratique clinique de terrain : traitements des tissus myo-tendineuses de la hanche, du genou et de la cheville	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
12h30	REPAS		
13h30	Techniques de crochetage et pathologie musculaire sportive	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
-	Trigger point et techniques de crochetage exemples pratiques d'utilisation des crochets	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
15h30	PAUSE		
15h45	Techniques de crochetage dans une approche de thérapie manuelle : indications et limites	THÉORIQUE DÉMONSTRATIVE MÉTHODE ACTIVE	Projection du diaporama – supports audiovisuels – démonstration puis application pratique en binôme sous supervision du formateur
-	Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel	ÉCHANGES REFLEXIVE	Tour de table – questionnements mutuels
17h00	Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances		