

Évaluation et traitement des tensions musculaires dans le cadre de la prévention et du traitement des pathologies musculo-squelettiques:

Exemple pour la cervicalgie et la lombalgie.

A l'issue de cette formation, le stagiaire aura perfectionné ses connaissances dans le diagnostic et la prise en charge MK des tensions musculaires.

Durée :14.00 heures Période de connexion possible à la plateforme : 1 mois

Profils des stagiaires

- Cette formation est destinée aux MKDE

Prérequis

- D.E de Masso-kinésithérapie avec Numéro ADELI ou RPPS avec Numéro ADELI ou RPPS
- Disposer d'une connexion internet

Système d'évaluation : *Oui – Questionnaire d'évaluation des connaissances pré et post formation.*

Objectifs pédagogiques

- Comprendre la physiopathologie de la tension musculaire en fonction de son origine
- Proposer une démarche d'évaluation clinique permettant de mettre en évidence l'origine d'une tension musculaire.
- Réaliser l'évaluation clinique à la recherche des marqueurs emblématiques de telle ou telle tension.
- Savoir appliquer les techniques de strain/counterstrain sur certains muscles choisis dans le cadre de la cervicalgie et la lombalgie.
- Savoir appliquer les techniques de trigger point sur certains muscles choisis
- Disposer d'un panel de techniques complémentaires à proposer au patient

Contenu de la formation

- Rappels théoriques :
 - Physiologie du muscle strié squelettique et modèle mécanique du muscle

L'objectif est de revoir les différentes composantes du muscle (active et passive) et de comprendre leur comportement biomécanique et leur réaction à la contrainte

- Anatomie et physiologie de la composante passive du muscle. Composante élastique série (tendons et OTG) et composante élastique parallèle (tissu conjonctif)
- Physiologie du fuseau neuro-musculaire et son rôle dans la survenue d'une tension musculaire
- Les différentes tensions (actives et passives) et leurs origines
- Les tensions musculaires (G. Péninou, S. Tixa) Préambule (physiopathologie, diagnostic et durée de l'effet)
- Les étirements musculo-tendineux : des données scientifiques à une pratique raisonnée (P. Portero, P. McNair)
- Place des techniques de « strain-counterstrain » dans l'arsenal thérapeutique du thérapeute manuel (G. Barette, X. Dufour, A. Cerioli)
- Traiter les tensions musculaires en thérapie manuelle (G. Barette, A. Cerioli, X. Dufour, F. Barillec)
- Trigger digits : Diagnosis and treatment (MJ. Saldana)
- Etiology of myofascial trigger points (C. Bron, JD. Dommerholt)
- Évaluation clinique du patient présentant une tension musculaire
- Fiabilité et valeur scientifique des tests cliniques présentés
- Présentation des techniques de traitement
 - Démarche de raisonnement clinique à partir de cas choisis: cervicalgie, lombalgie d'origine musculaire Démarche hypothético-déductive et diagnostic différentiel
 - Application pratique des tests cliniques et de la démarche d'évaluation clinique
 - Mise en place des traitements possibles sur la cervicalgie et la lombalgie
 - Évaluation du traitement sur le symptôme et adaptation si nécessaire
 - Education et management du patient
- Techniques de levé de tension par cadran Rachis – Membre Supérieur – Membre inférieur
- Techniques de strain-counterstrain par cadran Rachis – Membre Supérieur – Membre inférieur
- Techniques de trigger point par cadran Rachis cervical et Céphalées Rachis – Membre Supérieur – Membre Inférieur
- Autres techniques alternatives
- Chaînes musculaires – Fibrolyse diacutanée – Abrasion tissulaire – Ventouses – Piqûre sèche...

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

La formation est encadrée par un référent pédagogique, une accompagnatrice pédagogique et un formateur.

Référent pédagogique : Julien Encaoua : je@infmp.fr

Accompagnatrices pédagogiques : Léa Mizrahi : lea@infmp.fr Mandy : mandy@infmp.fr

Le formateur :

- Julien Cramet : MKDE

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme de connexion en ligne

INFMP

128 Rue de la boétie, Paris

Email : lea@infmp.fr

Tel : +33 1 76 35 01 44



- Mise à disposition en ligne de documents supports lors de chaque leçon
- Forum permettant aux élèves d'interagir entre eux et avec le formateur

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Horodateur sur la plateforme avec suivi des connexions et indicateurs d'état d'avancement de la formation
- Évaluation de préformation, évaluations en cours de formation et évaluation post formation.
- Formulaire d'évaluation de fin de formation.

Modalités et délais d'accès

- **Modalités**

1. Evaluation en ligne
2. Début du parcours de formation

- **Délais d'accès**

La plateforme est accessible 24h/24h, le tutorat est disponible via le chat du site internet de 9h à 17h du lundi au jeudi.

Le référent pédagogique peut-être sollicité par téléphone du lundi au jeudi de 9h à 16h et par mail en permanence.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est réalisée entièrement à distance cependant n'est pas forcément accessible à toutes les personnes en situation de handicap. Pour pouvoir évaluer la faisabilité ou non de la formation, veuillez contacter le référent handicap : **Julien au 01.76.46.11.60.**

Tarif comprenant le passage de la certification :

1 mois d'accès à la plateforme : 546 €