



## **PROGRAMME DE FORMATION**

### THÉRAPIE MANUELLE DE LA COLONNE LOMBAIRE

#### **NATURE DE L'ACTION DÉFINIE À L'ARTICLE L.6313-1 DU CODE DU TRAVAIL :**

- Action d'adaptation et de développement des compétences professionnelles

#### **PRE-REQUIS**

- Ostéopathe D.O

#### **OBJECTIFS**

- Revoir les notions d'Anatomie, de biomécanique et de palpation de la zone concernée
- Faire un bilan de la région (diagnostics différentiels, restrictions, douleur,...)
- Traiter les dysfonctions repérées
- Acquisition des techniques de thérapies manuelles dans le cadre de l'amélioration des pratiques professionnelles
- Apprentissage des règles de base de sécurité de la ré-harmonisation articulaire (petite amplitude, petite intensité, grande vitesse, dans le respect de la non douleur)
- Intégrer les techniques apprises dans sa pratique professionnelle
- Intégrer les principes holistiques du patient
- Construire une séance globale de thérapie manuelle en prenant en compte les chaînes lésionnelles montantes et descendantes

#### **DURÉE DE L'ACTION DE FORMATION**

- 3 JOURS (27H)

#### **PROGRESSION PÉDAGOGIQUE**

- Rappels anatomiques, biomécaniques, palpatoires
- Bilan de la région concernée
- Correction des lésions par les techniques appropriées
- Cas cliniques fréquent en cabinet



## **LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Tables de soins mis à disposition
- Polycopiés fournis aux stagiaires
- Vidéoprojection
- Mise en pratique des techniques (démonstration puis reproduction)
- Quizz interactif

## **L'ENCADREMENT**

- Nicolas KHALIL, Masseur-kinésithérapeute DE, Kiné du sport, Thérapeute Manuel, attaché de cours à l'IFMK d'Alsace, Président de MKNG Formations. **(N.K)**
- Manuel GAVELLE, Masseur-Kinésithérapeute, Ostéopathe DO, Thérapeute Manuel, Directeur Général de MKNG Formations. **(M.G)**
- Joel POZO, Masseur-Kinésithérapeute, Ostéopathe DO **(J.P)**

## **SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME**

- Feuille d'émargement
- QCM pour vérifier l'acquisition des connaissances

## **ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**

- Évaluation des pratiques professionnelles en début de formation
- Évaluation à chaud de la formation (J0 ou J+1)
- A l'issue de la formation, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action de la formation sera délivrée aux stagiaires

## **PROGRAMME**

1. Rappels anatomiques
  - 1.1. Ostéologie
    - 1.1.1. Caractéristiques générales d'une vertèbre
    - 1.1.2. Description d'une vertèbre lombale
    - 1.1.3. Caractéristiques de la 5<sup>ème</sup> vertèbre lombale
  - 1.2. Arthrologie
    - 1.2.1. Articulations intercorporéales
    - 1.2.2. Articulations interfaccettaires postérieures
    - 1.2.3. Articulation lombo-sacrée
  - 1.3. Myologie
    - 1.3.1. Le diaphragme
    - 1.3.2. Muscles postérieurs du tronc
    - 1.3.3. Le psoas
    - 1.3.4. Muscles périphériques
  - 1.4. Morphologie / Topographie
    - 1.4.1. Le trigone lombal
    - 1.4.2. Le quadrilatère lombal
  - 1.5. Neurologie
    - 1.5.1. Plexus lombal
  - 1.6. Vidéo de dissection
2. Rappels biomécaniques
  - 2.1. Le rachis lombal
  - 2.2. La charnière thoraco-lombal
  - 2.3. La charnière lombo-sacrée
3. Rappels palpatoires
4. Modèles explicatifs des lésions du rachis lombaire
  - 4.1. Généralités
  - 4.2. Les rapports importants de la colonne lombaire
  - 4.3. Mouvements
  - 4.4. Les lésions du rachis lombaire
    - 4.4.1. La dysfonction vertébrale
    - 4.4.2. Mode d'installation d'une dysfonction vertébrale
    - 4.4.3. Mécanisme lésionnel
    - 4.4.4. Les lois de Fryette



5. Bilan et traitement des lésions du rachis lombaire
  - 5.1. Bilan et diagnostics différentiels nécessitant la réorientation vers un médecin
  - 5.2. Techniques globales
  - 5.3. Tests / bilan
  - 5.4. Correction d'une dysfonction lombaire en NSR
    - 5.4.1. Myotensive
    - 5.4.2. Structurale
  - 5.5. Correction d'une dysfonction lombaire en ERS
    - 5.5.1. Myotensive
    - 5.5.2. Structurale
  - 5.6. Correction d'une dysfonction lombaire en FRS
    - 5.6.1. Myotensive
    - 5.6.2. Structurale
  - 5.7. Techniques de décoaptation sacrale
  - 5.8. Techniques de coaptation sacrale
  - 5.9. Techniques de traction lombaire
6. Les techniques des tissus mous
  - 6.1. Traitements du muscle carré des lombes
  - 6.2. Traitements des muscles érecteurs du rachis
  - 6.3. Traitements du muscle psoas
  - 6.4. Traitements du diaphragme
    - 6.4.1. Les coupoles
    - 6.4.2. Les piliers
7. Etudes des pathologies appliquées à la région lombale
  - 7.1. Tableaux cliniques dans les situations d'urgence
    - 7.1.1. Lombosciatalgies aiguës mécanique d'origine locale
    - 7.1.2. Lombosciatalgies aiguës d'origine traumatique
    - 7.1.3. Lombosciatalgies aiguës d'origine dégénérative
    - 7.1.4. Lombosciatalgies aiguës d'origine viscérale
    - 7.1.5. Sciatiques aiguës par neuropathie d'emprisonnement
    - 7.1.6. Lombosciatalgies diverses
  - 7.2. Attitudes antalgiques
  - 7.3. Les saillies discales
  - 7.4. Cruralgies
  - 7.5. Exemple de traitement des lombosciatalgies
8. Cas cliniques
9. Révisions

## DESCRIPTION DÉTAILLÉE DE L'ACTION DE FORMATION

### JOUR 1

<u>Durée de la séquence</u>	<u>Contenu</u>	<u>Méthodes</u>	<u>Objectifs Pédagogiques</u>	
8h30 à 9h (30min)	Évaluation des pratiques professionnelles	Échange avec les stagiaires	Mieux cibler les attentes des participants	M.G N.K J.P
9h à 10h30 (1h30)	Rappels anatomiques	Diaporama	Permettre aux stagiaires de revoir les notions fondamentales d'anatomie, biomécanique et palpatoire	M.G
10h30 à 11h (30minutes)	Dissection	Vidéo		
11h à 12h (1h)	Rappels Biomécaniques	Diaporama		
13h à 14h30 (1h30)	Rappels Palpatoires	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs		
14h30 à 16h30 (2h)	Modèles explicatifs des lésions du rachis lombaire	Diaporama	Comprendre comment se mettent en place les dysfonctions lombaires	N.K
16h30 à 18h30 (2h)	Bilan et diagnostics différentiels nécessitant la réorientation vers un médecin	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir bilanter, et traiter les dysfonctions observées	J.P

**JOUR 2**

<b><u>Durée de la séquence</u></b>	<b><u>Contenu</u></b>	<b><u>Méthodes</u></b>	<b><u>Objectifs Pédagogiques</u></b>
8h30 à 10h00 (1h30)	Techniques globales	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir mettre en application les techniques globales
10h à 12h (2h)	Tests spécifiques	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir bilanter précisément les dysfonctions lombaires
13h à 15h (2h)	Correction d'une dysfonction lombaire en NSR	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir corriger les dysfonctions observées en utilisant les différentes techniques possibles
15h à 17h (2h)	Correction d'une dysfonction lombaire en ERS	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	
17h à 18h30 (1h30)	Correction d'une dysfonction lombaire en FRS	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	

**M.G**

**J.P**

**N.K**

### JOUR 3

<u>Durée de la séquence</u>	<u>Contenu</u>	<u>Méthodes</u>	<u>Objectifs Pédagogiques</u>
8h30 à 10h00 (1h30)	Techniques de décoaptation / coaptation sacrale	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Acquérir les techniques adaptées Savoir les mettre en place lorsque les dysfonctions sont observées
10h à 11h (1h)	Techniques de traction lombale	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	
11h à 12h (1h)	Techniques des tissus mous	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	
13h à 15h30 (2h30)	Études des pathologies appliquées à la région lombale	Diaporama	Permet d'établir les causalités des pathologies de la région au travers les dernières données scientifiques Identifier les facteurs de risques afin de prévenir ces pathologies
15h30 à 18h30 (3h)	Cas cliniques / Révisions QCM	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Évaluer la mise en pratiques des techniques apprises durant la formation

**M.G**

**J.P**

**N.K**

**M.G  
N.K  
J.P**