



## PROGRAMME DE FORMATION

### **THÉRAPIE MANUELLE : PRISE EN CHARGE DES PATHOLOGIES ET DES DYSFONCTIONS DU RACHIS 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

- ▶ Masseurs Kinésithérapeutes
- ▶ Ostéopathes

#### OBJECTIFS

- ▶ Maîtriser les notions d'anatomie, de biomécanique et de palpation du rachis lombaire
- ▶ Faire un bilan diagnostique
- ▶ Identifier les dysfonctions et/ou pathologies au niveau du rachis lombaire
- ▶ Connaître les lois biomécaniques en lien avec l'EBP
- ▶ Apprentissage du concept HVLA
- ▶ Appliquer les techniques d'ajustement articulaire, musculaire et tissulaire
- ▶ Construire une séance globale de thérapie manuelle

#### DURÉE DE L'ACTION DE FORMATION

- ▶ 3 JOURS (SOIT 24H)

#### PROGRESSION PÉDAGOGIQUE

Lors de l'étude de chaque région nous verrons les éléments suivants :

- ▶ Rappels anatomiques, biomécaniques, palpatoires
- ▶ Bilan de la région concernée
- ▶ Correction des lésions par les techniques appropriées
- ▶ Cas cliniques fréquent en cabinet
- ▶ **Directeur pédagogique** : Joel POZO
- ▶ **Directeur de l'enseignement** : Jean-Patrick MARTY



## PROGRAMME DU COURS

INTRODUCTION .....	
<b>ANATOMIE DESCRIPTIVE &amp; PALPATOIRE.....</b>	
LES LOMBAIRES.....	
VERTEBRES LOMBAIRES .....	
L'ARTICULATION DE LA VERTEBRE LOMBAIRE .....	
MYOLOGIE AU NIVEAU LOMBAIRE .....	
<b>TESTS AU NIVEAU DES LOMBAIRES ET VISCERAL .....</b>	
TEST DE LASEGUE.....	
TEST DU LEVER DE JAMBE .....	
TEST DE KIERNIG .....	
TEST DE MILGRAM .....	
TEST DE NAFFZIGER.....	
TEST DE VALSALVA.....	
TESTS ACTIVO-PASSIFS GLOBAUX (TAPG) .....	
TEST D'ECOUTE GENERALE (TEG).....	
RECHERCHE D'UNE DYSFONTION VERTEBRALE.....	
<b>VERTEBRE LOMBAIRES NORMALISATIONS.....</b>	
MANŒUVRE GLOBALE TISSULAIRE .....	
PALPER ROULER EN PROCUBITUS.....	
MANŒUVRE PAR LEVIER BAS .....	
MANŒUVRE GLOBALE EN FLEXION LOMBAIRE .....	
MANŒUVRE GLOBALE EN FLEXION LOMBAIRE EN TORSION .....	
MANŒUVRE SELECTIVE LOMBO SACREE .....	
LA DYSFONCTION VERTEBRALE .....	
LES LOIS DE FRYETTE .....	
1 <sup>ère</sup> « loi » de Fryette : NSR.....	
2 <sup>ème</sup> « loi » de Fryette : ESR .....	
LES LOIS DE FRYETTE PASSÉES AU CRIBLE DE L'EVIDENCE BASED MEDICINE	
LE MODÈLE BIOMÉCANIQUE DE BOGDUK.....	
CONSENSUS BIOMECHANIQUE ACTUEL .....	
LES LOIS DE MARTINDALE .....	



<b>NORMALISATION DISQUE LOMBAIRE.....</b>	
TECHNIQUE TISSULAIRE .....	
<b>NORMALISATION VERTEBRALE SPECIFIQUE .....</b>	
TECHNIQUE TISSULAIRE .....	
<b>NORMALISATION D'UNE IMBRICATION.....</b>	
TECHNIQUE DIRECTE EN DECUBITUS LATERAL (HVLA).....	
<b>NORMALISATION D'UNE DYSFONCTION VERTEBRALE EN ERS .....</b>	
TECHNIQUE DIRECTE EN DECUBITUS LATERAL VERS LE BAS (HVLA).....	
TECHNIQUE DIRECTE EN DECUBITUS LATERAL VERS LE HAUT (HVLA).....	
<b>NORMALISATION D'UNE COMPRESSION LOMBO-SACREE .....</b>	
TECHNIQUE DIRECTE EN DECUBITUS DORSAL .....	
TECHNIQUE DIRECTE EN DECUBITUS DORSAL/JAMBE EN L'AIR .....	
<b>TRAITEMENT PAR TRIGGERS POINTS.....</b>	
I – TRIGGERS POINTS DU CARRE DES LOMBES .....	
II – TRIGGERS POINTS DU PSOAS-ILIAQUE .....	
III – TRIGGER POINT DE ILIO-COSTAL.....	
IV – TRIGGER POINT DU LONG DORSAL .....	
<b>TRAITEMENT DES POINTS DE TENSION.....</b>	
TECHNIQUE POUR UNE LESION DE L3 .....	
TECHNIQUE POUR UNE LESION DE L4 .....	
TECHNIQUE POUR UNE LESION DE L5 .....	
<b><i>PATHOLOGIES.....</i></b>	
<b>LOMBALGIE .....</b>	
<b>SPONDYLARTHRITE ANKYLOSANTE .....</b>	
<b>LOMBARTHROSE.....</b>	
<b>HERNIE DISCALE.....</b>	
<b>LA DISCOPATHIE .....</b>	
<b>LA STENOSE LOMBAIRE OU CANAL LOMBAIRE ETROIT .....</b>	
<b><i>BIBLIOGRAPHIE .....</i></b>	



## **1. DEROULE PEDAGOGIQUE**

### **Jour 1 Matinée**

#### **8h30-10h15 (1h45)**

- Évaluation des connaissances
- Éveil sensitif de la main du praticien
- Rappels anatomiques, biomécaniques et palpatoires du rachis lombaire

Objectifs : Revoir et comprendre les notions d'anatomies et de biomécaniques

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

Modalités d'évaluation (Pré-Test) : questionnaire des connaissances en début de séminaire sur le thème de la formation via Quiz Express (logiciel avec télécommandes)

#### **Pause Collations (15min)**

#### **10h30-12h00 (1h30)**

- Suite : Rappels anatomiques, biomécaniques et palpatoires du rachis lombaire

Objectifs : Revoir et comprendre les notions d'anatomies et de biomécaniques

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

#### **Pause déjeuner (2h00)**

### **Après-midi**

#### **14h00-15h (1h)**

- Tests et techniques préparatoires aux normalisations du rachis lombaire

Objectifs : Mettre en place les tests et les techniques de préparation et de détente des tissus afin de mettre en confiance le patient et de faciliter l'exécution des techniques de réharmonisation qui seront employées

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

#### **15h-16h15 (1h15)**

- Définition de la dysfonction vertébrale

Objectifs : Reconnaître les signes d'une dysfonction vertébrale

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

#### **Pause Collations (15min)**

#### **16h30-18h30 (2h)**

- Les « lois » et modèles biomécaniques actuels en lien avec l'EBP

Objectifs : maîtriser la biomécanique du rachis lombaire selon les dernières données scientifiques

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

Modalités d'évaluation : questionnaire d'évaluation de fin de 1<sup>er</sup> jour de formation, par les stagiaires, au format numérique



## **Jour 2 Matinée**

### **8h30-09h30 (1h00)**

- Révision collective des éléments vus la veille

Objectifs : Vérifier l'acquisition des connaissances de la veille

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **09h30-10h15 (1h15)**

- Tests et techniques appliquées au disque lombaire

Objectifs : Mettre en place les tests et les techniques de réharmonisation du disque lombaire

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **Pause Collations (15min)**

### **10h30-12h00 (1h30)**

- Techniques manuelles liées à la réharmonisation d'une vertèbre spécifique

Objectifs : Reconnaître les limitations d'amplitudes et traiter une articulation spécifique

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **Pause déjeuner (2h00)**

Après-midi

### **14h00-16h15 (2h30)**

- Techniques manuelles HVLA liées à l'ajustement d'une imbrication articulaire

Objectifs : Reconnaître les limitations d'amplitudes et traiter l'articulation imbriquée via une technique HVLA

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **Pause Collations (15min)**

### **16h30-18h30 (2h)**

- Techniques manuelles HVLA liées à l'ajustement d'une dysfonction en ERS

Objectifs : Reconnaître les limitations d'amplitudes et traiter l'articulation en ERS via une technique HVLA

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

Modalités d'évaluation : Questionnaire d'évaluation de fin de 2<sup>ème</sup> jour de formation, par les stagiaires, au format numérique

## **Jour 3 Matinée**



### **8h30-09h30 (1h00)**

- Révision collective des éléments vus la veille

Objectifs : Vérifier l'acquisition des connaissances de la veille

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **09h30-10h15 (1h15)**

- Techniques manuelles HVLA liées à l'ajustement d'une compression lombo-sacrée

Objectifs : Reconnaître les limitations d'amplitudes et traiter l'articulation lombo-sacrée en compression via une technique HVLA

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **Pause Collations (15min)**

### **10h30-12h (1h30)**

- Traitement des triggers points par technique de compression ischémique
- Traitement des points de tensions

Objectifs : Apprendre les techniques de relâchements musculaires

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **Pause déjeuner (2h00)**

Après-midi

### **14h00-16h15 (2h15)**

- Évaluation pratique
- Correction de l'évaluation pratique

Objectifs : S'assurer de la bonne maîtrise de toutes les techniques de réharmonisation au niveau du rachis lombaire

### **Pause Collations (15min)**

### **16h30-17h30 (1h)**

- Définitions et traitements des pathologies du rachis lombaire les plus rencontrées en cabinet

Objectifs : Améliorer la prise en charges des pathologies grâce aux techniques de thérapie manuelle

Moyens : Méthode expositive, démonstrative et active

### **17h30-18h30 (1h00)**

- Retours sur la formation
- Évaluations des acquisitions
- Évaluation de la formation

Objectifs : S'assurer de la bonne compréhension à chaud de la formation, Évaluer la formation afin de l'améliorer en fonction des feed-backs des stagiaires

Modalités d'évaluation (Post-Test) : questionnaire des connaissances en fin de séminaire sur le thème de la formation via Quiz Express (logiciel avec télécommandes)

Modalités d'évaluation : questionnaire d'évaluation (de la formation et des formateurs) de fin de formation, par les stagiaires, au format numérique



## LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

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

## L'ENCADREMENT

- ▶ Lisa SÉGURA, Masseur-kinésithérapeute, Thérapeute Manuelle (L.S)
- ▶ Joel POZO, Ostéopathe DO. (J.P)
- ▶ Jean-Patrick MARTY, Ostéopathe D.O (J-P.M)
- ▶ Aurélien AGARD, Ostéopathe D.O (A.A)

Le formateurs Kiné sera présent durant toute la durée de chaque séminaire

## 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