



## **THÉRAPIE MANUELLE DU MEMBRE SUPÉRIEUR**

### **PROGRAMME DE LA FORMATION**

#### **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 A L'INSCRIPTION**

- Ostéopathes

#### **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 (SOIT 27 H)

#### **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

## JOUR 1 La ceinture scapulaire

Durée de la Séquence	Contenu	Méthode	Objectifs pédagogiques	
8h30 à 9h (30min)	Evaluation des pratiques professionnelles	- Echange avec les stagiaires	Mieux cibler les attentes des participants	(A.A) (J.M) (J.P)
9h à 9h30 (30min)	Rappels anatomiques et biomécaniques	- Diaporama - Polycopié	Comprendre les notions d'anatomies et de biomécaniques de l'épaule	(J.M)
9h30 à 10h30 (1h)	Bilan et Palpation	- Travaux pratique binôme par - Polycopié	Intégrer les différents tests cliniques de l'épaule et les repères palpatoires importants	(J.P)
10h30 à 12h00 (1h30)	Techniques Manuelles : - Mécanismes lésionnels - Bilan - Traitement	- Travaux binôme par - Diaporama - Polycopié	Comprendre la survenue des pathologies. Savoir bilancer les pathologies	(A.A)
13h00 à 16h30 (3h30)	Techniques Manuelles : - Mécanismes lésionnels - Bilan - Traitement	- Travaux binôme par - Diaporama - Polycopié	Proposer un traitement manuel adapté	(J.P)
16h30 à 17h30 (1h)	Mise en place des techniques dans les pathologies de la région	- Travaux binôme par - Diaporama - Polycopié	Intégrer les différentes pathologies de la région et proposer des traitements basés sur les preuves	(J.M)



## **LA CEINTURE SCAPULAIRE**

1. RAPPELS ANATOMIQUES
  - 1.1. Ostéologie
  - 1.2. Arthrologie
  - 1.3. Myologie
2. RAPPELS BIOMÉCANIQUES
  - 2.1. Articulation sterno-claviculaire
  - 2.2. Articulation acromio-claviculaire
  - 2.3. Articulation scapulo-thoracique
  - 2.4. Articulation gléno-humérale
  - 2.5. Rôle des muscles de la coiffe des rotateurs
  - 2.6. La coiffe fonctionnelle
  - 2.7. Le rythme scapulo-huméral
3. ÉLÉMENTS PALPATOIRES
  - 3.1. Os et interligne
  - 3.2. Muscles
4. MODÈLES EXPLICATIFS DES LÉSIONS
  - 4.1. Tableau récapitulatif des lésions
  - 4.2. Dysfonctions de la gléno-humérale
  - 4.3. Dysfonctions de la scapulo thoracique
  - 4.4. Dysfonctions de la sous deltoïdienne
  - 4.5. Dysfonctions de l'acromio-claviculaire
  - 4.6. Dysfonctions de la Sterno-claviculaire
5. BILAN ET TRAITEMENTS DES LÉSIONS
  - 5.1. Techniques globales
  - 5.2. Tests orthopédiques
  - 5.3. Bilan et correction d'une dysfonction gléno-humérale
  - 5.4. Bilan et correction d'une dysfonction scapulo thoracique
  - 5.5. Bilan et correction d'une dysfonction acromio-claviculaire
  - 5.6. Bilan et correction d'une dysfonction sterno claviculaire
6. TRAITEMENT DES TISSUS MOUS DE LA RÉGION
  - 6.1. Traitement en Strain-Counterstrain
  - 6.2. Techniques spécifiques
7. LES PATHOLOGIES DE LA CEINTURE SCAPULAIRE
  - 7.1. Traitement de la ceinture scapulaire (checklist)
  - 7.2. Descriptifs de certaines pathologies
  - 7.3. Les dysfonctions articulaires locales

## JOUR 2 : LE COUDE

Durée de la Séquence	Contenu	Méthode	Objectifs pédagogiques	
8h30 à 9h30 (1h)	Rappels anatomiques et biomécaniques	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Comprendre les notions d'anatomies et de biomécaniques de l'épaule	(J.M)
9h30 à 10h30 (1h)	Bilan et Palpation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux pratique par binôme</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Intégrer les différents tests cliniques de l'épaule et les repères palpatoires importants	(J.P)
10h30 à 12h00 (1h30)	Techniques Manuelles : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mécanismes lésionnels</li> <li>- Bilan</li> <li>- Traitement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Comprendre la survenue des pathologies. Savoir bilanter les pathologies	(A.A)
13h00 à 16h30 (3h30)	Techniques Manuelles : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mécanismes lésionnels</li> <li>- Bilan</li> <li>- Traitement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Proposer un traitement manuel adapté	(J.P)
16h30 à 17h30 (1h)	Mise en place des techniques dans les pathologies de la région	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Intégrer les différentes pathologies de la région et proposer des traitements basés sur les preuves	(J.M)



## LE COUDE

1. RAPPELS ANATOMIQUES
  - 1.1. Ostéologie
  - 1.2. Arthrologie
  - 1.3. Myologie
2. RAPPELS BIOMÉCANIQUES
  - 2.1. Mobilités analytiques
  - 2.2. Mobilités spécifiques
  - 2.3. Mobilités fonctionnelles
  - 2.4. Stabilité du coude
3. ÉLÉMENTS PALPATOIRES
4. MODÈLES EXPLICATIFS DES LÉSIONS
  - 4.1. Tableau récapitulatif des lésions du coude
  - 4.2. Dysfonctions dans le plan horizontal (huméro ulnaire et radio ulnaire)
  - 4.3. Dysfonctions dans le plan sagittal (huméro radial)
  - 4.4. Syndromes canaux
5. BILAN ET TRAITEMENT DES LESIONS
  - 5.1. Techniques globales
  - 5.2. Bilan et correction d'une dysfonction huméro ulnaire en Abduction
  - 5.3. Bilan et correction d'une dysfonction huméro ulnaire en Adduction
  - 5.4. Bilan et correction d'une dysfonction en rotation interne (pronation)
  - 5.5. Bilan et correction d'une dysfonction en rotation externe (supination)
  - 5.6. Bilan et correction d'une dysfonction antérieure de la tête radiale
  - 5.7. Bilan et correction d'une dysfonction Postérieure de la tête radiale
6. TRAITEMENT DES TISSUS MOUS DE LA RÉGION
  - 6.1. Traitement en Strain-Counterstrain
  - 6.2. Techniques spécifiques
7. LES PATHOLOGIES DU COUDE
  - 7.1. Traitement du coude (checklist)
  - 7.2. Pathologies du compartiment latéral
  - 7.3. Pathologies du compartiment médial
  - 7.4. Pathologies du compartiment postérieur
  - 7.5. Pathologies du compartiment antérieur

### JOUR 3 : LE POIGNET ET LA MAIN

Durée de la Séquence	Contenu	Méthode	Objectifs pédagogiques	
8h30 à 9h30 (1h)	Rappels anatomiques et biomécaniques	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Comprendre les notions d'anatomies et de biomécaniques de l'épaule	(J.M)
9h30 à 10h30 (1h)	Bilan et Palpation	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux pratique par binôme</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Intégrer les différents tests cliniques de l'épaule et les repères palpatoires importants	(J.P)
10h30 à 12h00 (1h30)	Techniques Manuelles : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mécanismes lésionnels</li> <li>- Bilan</li> <li>- Traitement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Comprendre la survenue des pathologies. Savoir bilancer les pathologies Proposer un traitement manuel adapté	(A.A)
13h00 à 15h30 (2h30)	Techniques Manuelles : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mécanismes lésionnels</li> <li>- Bilan</li> <li>- Traitement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>		
15h30 à 16h30 (1h)	Mise en place des techniques dans les pathologies de la région	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travaux par binôme</li> <li>- Diaporama</li> <li>- Polycopié</li> </ul>	Intégrer les différentes pathologies de la région et proposer des traitements basés sur les preuves	(J.M)
16h30 à 17h30	RÉVISIONS GLOBALES DU SÉMINAIRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revue de toutes les techniques apprises lors du séminaire</li> <li>- Réponses aux interrogations restantes</li> </ul>	Permettre d'évaluer la compréhension des bilans et techniques vues au travers de mises en situations, de quizz interactif	(A.A) (J.M) (J.P)



1. RAPPELS ANATOMIQUES
  - 1.1. Ostéologie
  - 1.2. Arthrologie
2. RAPPELS BIOMÉCANIQUES
  - 2.1. Articulation radio-ulnaire inférieure
  - 2.2. Articulation radio et médio carpiennes
  - 2.3. Stabilité
  - 2.4. Contraintes
3. ÉLÉMENTS PALPATOIRES
4. MODÈLES EXPLICATIFS DES LÉSIONS
  - 4.1. Tableau récapitulatif des lésions du poignet
  - 4.2. Mouvements Physiologiques
  - 4.3. Dysfonction d'adduction
  - 4.4. Dysfonction d'abduction
  - 4.5. Dysfonction en flexion (Antérieur)
  - 4.6. Dysfonction en extension (Postérieur)
5. BILAN ET TRAITEMENT DES LÉSIONS
  - 5.1. Techniques globales
  - 5.2. Techniques spécifiques
  - 5.3. Bilan et correction d'une dysfonction d'abduction
  - 5.4. Bilan et correction d'une dysfonction d'adduction
  - 5.5. Bilan et correction d'une dysfonction de flexion
  - 5.6. Bilan et correction d'une dysfonction d'extension
6. LES PATHOLOGIES
  - 6.1. Le compartiment latéral
  - 6.2. Le compartiment médial
  - 6.3. Le canal carpien
7. REVISIONS



## **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)
- Quizz interactif

## **L'ENCADREMENT**

- Jean-Patrick MARTY, Podologue, Ostéopathe DO (J.M)
  - Aurelien AGARD, Podologue, Ostéopathe DO (A.A)
  - Joel POZO, Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe DO (J.P)
- Présence permanente et simultanée de 2 formateurs ostéopathes à chaque session de formation

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

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

## **ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**

- Evaluation des pratiques professionnelles en début de formation
- Evaluation 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