



## SAS PAPL FORMATION

SIRET : 809.202.179.000.28  
NAF : 8559A  
Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69  
« cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

📍 84, rue Chevreul - 69007 LYON  
☎ 04.37.43.16.21  
@ formation@paplformation-kine.fr

### PROGRAMME DE FORMATION

#### DRY NEEDLING : DOULEURS AIGUES ET TECHNIQUE DE PONCTURE KINESITHERAPIQUE

##### Intervenants :

**Julien CATHERINE** – masseur-kinésithérapeute DE, spécificité « Dry Needling »

**Pierrick JUNG** – cadre de santé en kinésithérapie DE, diplômé de 2ème cycle en biomécanique, chargé de cours à la Faculté de Lyon, spécificité « Dry Needling »

Prérequis pour participer : masseur-kinésithérapeute DE ou équivalence

##### Objectifs pédagogiques :

- Connaître et être capable de mettre en œuvre les règles d'hygiène et de bonnes pratiques ;
- Acquisition de la procédure de la puncture ;
- Acquisition du diagnostic et du traitement des points myofasciaux et de leur douleur par puncture sans médicament ;
- Déterminer une démarche thérapeutique et savoir adapter des techniques de rééducation appropriées dans le domaine des algies musculo tendineuses en aigue ;
- Connaître les dangers et les actions appropriées face aux événements indésirables.

##### Résumé :

La technique thérapeutique Dry needling est basée sur les travaux des « Triggers Points » de Travell & Simons. C'est une technique de traitement qui consiste à une puncture dans les points triggers myofasciaux. Cette puncture déclenche une réponse contractile locale ressentie par le patient comme une sensation de relâchement musculaire. Souvent couplée à une technique de contracté-relâché et parfois à des agents physiques comme le froid, elle améliore la mobilité intramusculaire, la circulation sanguine locale et réduit l'inflammation. Le Dry needling nécessite une connaissance approfondie de l'anatomie et de la palpation qui sera abordée avec précision lors de la formation. Les aiguilles utilisées lors de ce stage sont des aiguilles stériles jetables. Le praticien est vigilant quant aux conditions d'hygiène et règles de bonnes pratiques qui lui sont enseignées en début de stage.

### Contexte et problématique :

Ce programme, essentiellement tourné vers la pratique, est orienté pour la formation des points myo-tendino-fasciaux traités par Dry needling. Il propose d'acquérir la démarche diagnostique, d'aborder avec précision la pratique palpatoire et l'apprentissage de la procédure de poncture de ces points. Cette formation s'inscrit dans le cadre de algies musculo tendineuses aiguës. Les intervenants-formateurs, masseurs-kinésithérapeutes, sont des experts reconnus en Dry needling.

### Objectifs pédagogiques détaillés :

Acquisition du diagnostic et du traitement des points myo-tendino-fasciaux et des douleurs associées par poncture sur les muscles cervicaux, dorsaux, du membre supérieur et inférieur :

- Comprendre la théorie de la survenue d'un syndrome myofascial douloureux aigu,
- Comprendre la physiologie et la physiopathologie musculaire,
- Déterminer et évaluer la présence du syndrome myofascial douloureux aigu et le discriminer parmi les diagnostics différentiels,
- Connaître les caractéristiques des syndromes articulaires dysfonctionnels ou neurologiques liés à la présence du syndrome myofascial douloureux aigu,
- Connaître les différents critères de réorientation (notamment les drapeaux rouges),
- Maîtriser l'anatomie et notamment une vision tridimensionnelle de celle-ci,
- Maîtriser les techniques palpatoires permettant le repérage d'un point gâchette,
- Savoir traiter manuellement et avec la poncture les points douloureux,
- Connaître les indications et contre-indications du Dry needling,
- S'approprier les règles de sécurité et d'hygiène,
- Communiquer et expliquer la technique et ses effets au patient,
- Anticiper et prévenir la survenue d'éventuels effets indésirables,
- Connaître la balance du bénéfice/risque de la technique de chaque muscle,
- Savoir poncturer.

Programme détaillé : 3 jours (21h) – 9h / 17h30

#### **JOUR 1 – 7h**

<b>Horaires</b>	<b>9h-12h</b>
<b>Sujets traités</b>	Introduction, Qu'est-ce que le Dry Needling ? Indications très larges, contre-indications. Place des agents physiques pour les contractures. Hygiène/ sécurité/ conduite à tenir devant un événement indésirable. Cadre réglementaire. Complications possibles danger et preuves scientifiques, démarche diagnostique.
<b>Objectifs</b>	Acquisition de la procédure de la poncture

#### **Pause déjeuner – 1h30**

<b>Horaires</b>	<b>13h30-15h</b>
<b>Sujets traités</b>	Apprentissage de la poncture et de la pratique palpatoire

<b>Objectifs</b>	Acquisition de la poncture
<b>Horaires</b>	<b>15h-17h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Diagnostic et traitement des points gâchettes et repérage du rachis cervical (sub occipitaux, élévateur de la scapula, scalène). Diagnostic et traitement des points gâchettes et repérage du rachis dorsal
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement

## JOUR 2 – 7h

<b>Horaires</b>	<b>9h-12h</b>
<b>Sujets traités</b>	Technique pour les muscles principaux du MS
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement

### Pause déjeuner – 1h30

<b>Horaires</b>	<b>13h30-16h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Technique pour les muscles principaux
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement
<b>Horaires</b>	<b>16h30-17h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Technique pour les muscles principaux
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement

## JOUR 3 – 7h

<b>Horaires</b>	<b>9h-11h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Technique pour les muscles principaux du MS
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement
<b>Horaires</b>	<b>11h30-12h</b>
<b>Sujets traités</b>	Cadre déontologique, juridique et éthique
<b>Objectifs</b>	Informar les stagiaires du cadre réglementaire et communication avec les patients

### Pause déjeuner – 1h30

<b>Horaires</b>	<b>13h30-16h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Technique pour les muscles
<b>Objectifs</b>	Acquisition des batteries de tests diagnostiques et du traitement
<b>Horaires</b>	<b>16h30-17h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Rappel des précautions et des contre-indications, Tour de table sur évaluation des pratiques et sur le dossier patient Synthèse de l'enseignant sur le sujet, sur la formation Questions et réponses
<b>Objectifs</b>	Résumé de la formation et vérification des nouveaux acquis

**Financement :** programme susceptible d'être pris en charge DPC (réf. 11552425077) ou FIF PL.

**Modalités d'évaluation :** évaluation des connaissances par QCM pré et post stage.

**Livret d'accueil & règlement intérieur PAPL :**

[https://www.paplformation-kine.fr/wp-content/uploads/2025/07/Livret\\_accueil-PAPL\\_Formation.pdf](https://www.paplformation-kine.fr/wp-content/uploads/2025/07/Livret_accueil-PAPL_Formation.pdf)

**Contact :** 04 37 43 84 55 – formation@paplformation-kine.fr