



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

TECHNIQUES MUSCULAIRES TRIGGER ET TECHNIQUES MYOTENSIVES DANS LES PATHOLOGIES CHRONIQUES DU RACHIS

Intervenant : M. Vincent JACQUEMIN

Masseur-Kinésithérapeute, DO, formateur professionnel depuis 2011 en techniques musculaires, enseignant à l'IFMK SAINT-MICHEL de Saint-Etienne depuis 2005.

Prérequis pour participer : masseur-kinésithérapeute DE ou équivalence

Objectifs généraux :

- Améliorer les pratiques dans une thématique : Techniques musculaires dans les pathologies chroniques du rachis.
- Proposer une thématique permettant une autonomie la plus rapide possible du patient.
- Construire un programme de soins avec la participation active du patient aux différentes phases.
- Prévenir les récurrences par la mise en place d'un programme d'auto-rééducation et de prévention en fin de traitement.

Objectifs spécifiques :

- Connaître l'identification des facteurs de risque de ces pathologies.
- S'approprier le bilan et le diagnostic kinésithérapique par l'utilisation de tests cliniques validés et spécifiques.
- Être en capacité d'établir un raisonnement clinique et le choix du traitement sur cette pathologie multifactorielle.
- Organiser la prise en charge en s'appuyant sur les données de la science.
- Identifier les éléments que le patient pourra appliquer en auto-prise en charge.
- Éduquer le patient à l'auto-rééducation et l'auto-gestion.

En s'appuyant sur les données scientifiques, l'expérience des participants, du formateur et les attentes de nos patients, nous allons co-construire une prise en charge adaptée.

Le patient sera au centre de cette séquence pédagogique, il devra être en capacité de poursuivre et adaptée sa prise en charge chez lui afin d'accéder plus rapidement à son autonomie.

Compétences visées :

A l'issue de cette formation, les apprenants sont capables de mettre en place un management thérapeutique spécifique à ces pathologies couvrant également l'éducation thérapeutique et l'autonomisation du patient.

Finalité :

- Répondre aux besoins de soins de qualité au moyen de savoirs, savoirs techniques pratiques et savoirs faire opérationnels.
- Transformer la prise en charge des symptômes des pathologies chroniques du rachis en s'appuyant sur l'Evidence Based Practice.

Programme détaillé : 2 jours (14h) – 9h / 17h30

JOUR 1 – 7h

Horaires	9h-9h20
Sujets traités	Accueil des stagiaires État des connaissances avant la formation
Objectifs	Présentation du programme et de ses objectifs Questions/Réponses Définir les attentes des participants
Horaires	9h20-9h40
Sujets traités	Contexte épidémiologique
Objectifs	Identifier la région touchée et l'incidence sur la population
Horaires	9h40-10h40
Sujets traités	Bilan générique et diagnostic kinésithérapique
Objectifs	Conduire l'interrogatoire et sélectionner les informations les plus pertinentes
Horaires	10h40-10h50
Sujets traités	Education thérapeutique à l'auto-évaluation
Objectifs	Découvrir les points de bilan évaluable par le patient
Horaires	10h50-11h10
Sujets traités	Les exclusions médicales
Objectifs	Découvrir les drapeaux rouges
Horaires	11h10-11h30
Sujets traités	Les techniques recommandées
Objectifs	Découvrir les dernières recommandations de traitements des douleurs chroniques du rachis
Horaires	11h30-12h00
Sujets traités	Présentation de la technique des triggers
Objectifs	Rappels de base

Pause déjeuner – 1h30

Horaires	13h30-15h30
Sujets traités	Traitement du SDM dans les céphalées de tension
Objectifs	Pratiquer les triggers et levée de tension pour cette pathologie
Horaires	15h30-16h30
Sujets traités	Prise en charge générique en auto-rééducation
Objectifs	Education thérapeutique du patient

Horaires	16h30-17h30
Sujets traités	Traitement des SDM dans les scapulalgies
Objectifs	Pratiquer les triggers et levée de tension pour cette pathologie

JOUR 2 – 7h

Horaires	9h-9h30
Sujets traités	Traitement du SDM dans les scapulalgies suite
Objectifs	Pratiquer les triggers et levée de tension pour cette pathologie
Horaires	9h30-10h
Sujets traités	Prise en charge générique en auto-rééducation
Objectifs	Mise en application des protocoles auto rééducatifs dans les situations spécifiques
Horaires	10h-12h
Sujets traités	Traitement du SDM dans les lombalgies
Objectifs	Pratiquer les triggers et levée de tension pour cette pathologie
Horaires	12h-12h30
Sujets traités	Prise en charge générique en auto-rééducation
Objectifs	Mise en application des protocoles auto rééducatifs dans les situations spécifiques

Pause déjeuner – 1h30

Horaires	14h-14h45
Sujets traités	Traitement du SDM dans les pseudos sciatalgies
Objectifs	Pratiquer les triggers et levée de tension pour cette pathologie
Horaires	14h45-14h50
Sujets traités	Prise en charge générique en auto-rééducation
Objectifs	Education thérapeutique du patient
Horaires	14h50-16h40
Sujets traités	Cas clinique adapté à la formation : « Sciatique avec douleur de hanche »
Objectifs	Diagnostiquer et traiter le patient comme en cabinet
Horaires	16h40-17h
Sujets traités	Auto-rééducation à la prévention des récives
Objectifs	Identifier les critères de prise en charge
Horaires	17h-17h30
Sujets traités	Évaluation des acquis
	Proposition d'une démarche thérapeutique basée sur des preuves
	Quels changements dans votre pratique ?
Objectifs	Piste d'amélioration pour le futur
	Résumé de la formation et vérification des nouveaux acquis

Financement : programme susceptible d'être pris en charge DPC (réf.11552325068) 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

Contact : 04 37 43 16 21 – formation@paplformation-kine.fr