



Techniques d'inhibition musculaire

Objectifs :

Cette formation en 3 modules s'inscrit dans un cursus de formation en thérapie manuelle des tissus mous. Son approche méthodique vous permettra d'intégrer rapidement ces techniques plus connues encore sous le terme de strain – counterstrain et faciles de mises en œuvre, dans l'ensemble des techniques de levées de tension.

Compétences visées :

Un bilan précis et un diagnostic affuté permettent de mettre en œuvre les techniques efficaces (levées de tension, inhibition musculaire, strain – counterstrain) pour la prise en charge des douleurs des patients.

Public concerné : Masseurs kinésithérapeutes et ostéopathes

Prérequis : Etre titulaire du diplôme d'état de Masseur kinésithérapeute ou d'ostéopathie, inscription au conseil de l'ordre, à jour de RCP (responsabilité civile professionnelle)

Durée de la formation en présentiel : 6 jours - 42 heures

Moyens pédagogiques :

Les cours sont sur supports informatiques riches en iconographies. Un support de cours illustré détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant.

Les cours théoriques sont dispensés en amphithéâtre. L'apprentissage se fait également par des travaux pratiques et des études de cas, encadrés par des formateurs. Chaque lieu de stages et de travaux pratiques dispose de tables de pratique, d'un système de projection, d'un paper board ou d'un tableau. Des squelettes, gants, solution hydroalcoolique sont fournis aux élèves.

Encadrement :

Les cours sont assurés par nos formateurs (formés, évalués et certifiés), un formateur pour 20 stagiaires qui assure la pédagogie et le suivi administratif du stage (feuille de présence, fiche technique, évaluation de la formation).

Type de support pédagogique remis au stagiaire et contenu : articles et revus de littérature, diaporama ppt, plateforme e-learning

Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- QCM sur la partie théorique après chaque module.
- Evaluation de la pratique par reproduction des gestes techniques
- Evaluation des pratiques professionnelles selon les modalités définies par la HAS

Programme :





Séminaire 1 : techniques neuro-inhibitrices par relâchement spontané / fondements et techniques du tronc et du bassin

Jour 1

9h00 - 12h00

- ✓ Fondements des techniques
 - De la découverte de la technique aux fondements
- ✓ Théorie et hypothèses de Korr et éléments de physiopathologie (la perturbation neuromusculaire localisée)
 - Des hypothèses physiopathologiques aux hypothèses des mécanismes de normalisation tensive dans les techniques de strain (relâchement spontané)

13h00 - 17h00

- ✓ Tender points et techniques de relâchement spontané
 - Investigation des tender points
 - De la localisation au niveau du tronc et du rachis à la méthodologie de recherche des T significatifs (interrogatoire, recherche de sensibilité, variation de consistance)

Jour 2

9h00 - 12h00

- ✓ Des principes de normalisation à la pratique
 - Positionnement, contrôle palpatoire, maintien, retour à la position neutre, contrôle de la normalisation

13h00 - 17h00

- ✓ Traitement des points du bassin antérieur et postérieur
 - Points cervicaux antérieurs et postérieurs
- ✓ Traitements des points du thorax antérieur et postérieur

Séminaire 2 : techniques périphériques par relâchement spontané

Jour 1

9h00 - 12h00

- ✓ Analyse des pratiques réalisées dans le cadre de traitement de points thoraciques et du bassin

13h00 - 17h00

- ✓ Localisation - recherche et traitement des points sensibles du membre supérieur
 - Points scapulaires ant et post, points ant et post du coude et de la main

Jour 2

9h 12h

- ✓ Recherche et traitement des points sensibles de la hanche et de la cuisse
- ✓ Points antérieur et postérieur du genou
- ✓ Points fibulaires

13h 17h

- ✓ Points dorsaux et plantaires du pied
- ✓ Points latéraux et médiaux du pied





Séminaire 3 : techniques neuro-inhibitrices par relâchement spontané / fondements et techniques crâne

Jour 1

9h 12h

- ✓ Investigation des tender points
 - De la localisation au niveau du crâne à la méthodologie de recherche des T significatifs (interrogatoire, recherche de sensibilité, variation de consistance)

13h 17h

- ✓ Des principes de normalisation à la pratique
 - Positionnement, contrôle palpatoire, maintien, retour à la position neutre, contrôle de la normalisation

Jour 2

9h 12h

- ✓ Traitement des points de la face

13h 17h

- ✓ Traitement des points de la voute crânienne

