



# Thérapie manuelle

## Sur deux années – 14 modules

### **Objectifs :**

*A chaque séminaire, vous vous familiariserez avec les approches :*

- **Myotensives et de reconditionnement musculaire**
- **De mobilisation neuro-méningée**
- **Discales** (approche de l'extension vertébrale pour les séminaires « rachis »)
- **De gain d'amplitude articulaire**

### **Compétences visées :**

La formation continue en Thérapie Manuelle a pour objectif de développer les compétences et expertises du kinésithérapeute tout en véhiculant un certain nombre de valeurs :

- Analyser des signes cliniques : diagnostic d'exclusion et différentiel
- Développer une expertise diagnostique en fonction des structures incriminées (tissu myo-aponévrotique, articulaire, neuro-méningé et discal)
- Conceptualiser et développer des démarches globales de soins : « Libérer, maintenir, entretenir »
- Promouvoir la santé et la réinsertion sociale de nos patients par une approche bio-psycho-sociale
- Prévenir et éduquer à la santé par l'apprentissage des approches recommandées
- Développer des compétences techniques par l'éducation progressive de la main
- Se référer à des théories, à des modèles et à la réglementation pour analyser et réguler les pratiques

**Public concerné :** Masseurs kinésithérapeutes

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

**Durée de la formation en présentiel :** 28 jours - 196 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 participants.

**Encadrement :**

Les cours sont assurés par nos formateurs (formés, évalués et certifiés), un formateur pour 12 élèves 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 revues 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

**Programme :**

**Module 1 : ILIAQUE**

*Jour 1 (8h30 – 17h30)*

Présentation générale de la thérapie manuelle, du cursus et des intervenants  
Historique des différents courants en thérapie manuelle  
Définition et modes d'action des différentes techniques en lien avec la validation scientifique  
Remise des documents pédagogiques

*Jour 2 (8h30 – 14h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du bassin  
Description des troubles de la mobilité du bassin  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique  
Techniques myotensives  
Techniques de mobilisation articulaire à visée de gain d'amplitude

**Module 2 : SACRUM**

*Jour 3 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du sacrum  
Description des troubles de la mobilité du sacrum  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique





*Jour 4 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives

Techniques de mobilisation articulaire à visée de gain d'amplitude

Synthèse de bilan du bassin

Etude de cas cliniques emblématiques

Module 3 : HANCHE ET GENOU

*Jour 5 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la coxo-fémorale

Présentation des troubles de la mobilité de la hanche

Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

Diagnostics d'exclusion et différentiels

Techniques myotensives

Mobilisations spécifiques de la coxo-fémorale

Présentation des étiologies de la pubalgie et des grandes orientations de traitement selon le modèle « libérer, maintenir, entretenir »

*Jour 6 (8h30 – 14h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du genou

Présentation des troubles de la mobilité du genou

Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

Présentation du Syndrome Fémoro-Patellaire (SFP) et des grandes orientations de traitement actualisé

Diagnostics d'exclusion et différentiels

Techniques myotensives

Mobilisations spécifiques de fémoro-tibiale, de la fémoro-patellaire

Principes actualisés de reconditionnement musculaire du genou et orientation proprioceptive

Module 4 : PIED

*Jour 7 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du complexe de la cheville et du pied

Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

Techniques myotensives

*Jour 8 (8h30 – 14h30)*

Techniques de mobilisation spécifique du complexe de la cheville et du pied

Rééducation à la marche à visée de stimulation des muscles

Présentation des principes de l'analyse posturale et grandes orientations thérapeutiques





## Module 5 : SYNTHÈSE BASSIN/MEMBRE INFÉRIEUR

### *Jour 9 (8h30 – 17h30)*

Correction des interrogations écrites délivrées après chaque stage, permettant une synthèse des connaissances nécessaires et un échange autour des difficultés rencontrées par chacun.

Reprise de la démarche de bilan à partir de cas pratiques

### *Jour 10 (8h30 – 14h30)*

Training sur les différentes pratiques techniques myotensives et articulaires

Principe de la mobilisation neuro-méningée des nerfs du membre inférieur, limites et propositions d'utilisation en pratique quotidienne

## Module 6 : LOMBAIRE INITIATION

### *Jour 11 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la région lombale

Présentation des troubles de la mobilité de la région lombaire

Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

### *Jour 12 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives

Techniques de mobilisation articulaire à visée de gain d'amplitude

## Module 7 : LOMBALGIES CHRONIQUES

### *Jour 13 (8h30 – 17h30)*

Description des lésions discales et de leurs implications dans les rachialgies

Physiopathologie des discopathies

Douleur et neurosciences : sensibilisation centrale et périphérique et abord en thérapie manuelle

Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

### *Jour 14 (8h30 – 14h30)*

Techniques actives en extension lombaire

Principes techniques du reconditionnement musculaire

Principes techniques d'ergonomie rachidienne type « école du dos »

Examen pratique sur la première partie du programme





## Module 8 : THORACIQUES

*Jour 15 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la région thoracique  
Présentation des troubles de la mobilité de la région thoracique  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

*Jour 16 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives  
Techniques à visée de gain d'amplitude adaptées au rachis thoracique  
Principes du reconditionnement musculaire et de l'ergonomie appliquée à la région

## Module 9 : CHAINES MYO-APONEVROTIQUES

*Jour 17 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie des chaînes myo-aponévrotiques de l'appareil locomoteur  
Tensions myo-aponévrotiques et rachialgies  
Principes techniques de mise en évidence palpatoire des tensions myo-aponévrotiques

*Jour 18 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives appliquées aux chaînes myo-aponévrotiques de l'appareil locomoteur  
Principes techniques de renforcement et de lutte contre les troubles de la statique

## Module 10 : CÔTES

*Jour 19 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la mobilité costale  
Présentation des troubles de la mobilité costale  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

*Jour 20 (8h30 – 14h30)*

Techniques de mobilisations spécifiques des côtes  
Etude de cas pratiques (scoliose, Scheuermann...)  
Principes techniques de l'approche hypopressive abdominale

## Module 11 : RACHIS CERVICAL SUPERIEUR

*Jour 21 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du rachis cervical supérieur  
Présentation des troubles de la mobilité du rachis cervical supérieur  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

*Jour 22 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives  
Techniques de mobilisation spécifique à visée de gain d'amplitude du complexe « C0-C2 »  
Etude de cas cliniques emblématiques : céphalées cervicogéniques, névralgie d'Arnold





## Module 12 : RACHIS CERVICAL INFERIEUR

### *Jour 23 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du rachis cervical inférieur  
Présentation des troubles de la mobilité du rachis cervical inférieur  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

### *Jour 24 (8h30 – 14h30)*

Techniques myotensives  
Techniques de mobilisation spécifique à visée de gain d'amplitude du complexe « C3-C7 » et charnière « cervico-thoracique »  
Étude de cas cliniques emblématiques : cervicalgie, NCB  
Principes techniques du reconditionnement musculaire et proprioceptif du cervicalgique chronique et abord ergonomique (poste de travail ...)

## Module 13 : MEMBRE SUPERIEUR

### *Jour 25 (8h30 – 17h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de l'épaule  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique  
Place de la thérapie manuelle myotensive et à visée de gain d'amplitude articulaire dans le traitement de l'épaule non opérée et opérée  
Liens avec les régions thoracique, cervicale, et importance du complexe  
Principes techniques de reconditionnement de l'épaule douloureuse

### *Jour 26 (8h30 – 14h30)*

Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du coude, du poignet et de la main  
Présentation des troubles de la mobilité de la région  
Évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique  
Techniques myotensives  
Mobilisations spécifiques du coude et du poignet et de la main  
Principes techniques de reconditionnement musculaire notamment dans le cadre de la prise en charge des tendinopathies  
Principes techniques de la mobilisation neuro-méningée appliquées aux nerfs du membre supérieur  
Principes d'ergonomie





## Module 14 : SYNTHÈSE ET EXAMEN

### *Jour 27 (8h30 – 17h30)*

Correction des interrogations écrites délivrées après chaque stage, permettant une synthèse des connaissances nécessaires et un échange autour des difficultés rencontrées par chacun.

Reprise de la démarche de bilan du rachis et des membres en globalité à partir de cas pratiques emblématiques (aponévrosite plantaire, gonalgie, coxalgie, rachialgies, douleurs du membre supérieur)

Entraînement intensif selon les différentes techniques

### *Jour 28 (8h30 – 14h30)*

Etude de cas cliniques complets

Examen pratique final

