

PROGRAMME DE FORMATION

THERAPIE MANUELLE DU Bassin et Lombaires

FORMATION MIXTE 3h + 21h

Pré Requis théorique E-learning - Présentiel

NATURE DE L'ACTION DÉFINIE À L'ARTICLE L.6313-1 DU CODE DU TRAVAIL :

- Action d'adaptation et de développement des compétences professionnelles

Public concerné

- Masseur Kinésithérapeute DE

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

- 3h de E-learning
- 3 JOURS (SOIT 21h) en présentiel

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

Modules E-learning Bassin et Lombaires :

Vidéos de présentation :

- Les bases historiques de la thérapie manuelle
- L'examen clinique
- Les repères anatomiques
- Examen et tests du rachis

Durée de la séquence	Contenu	Méthode	Objectifs pédagogiques
15'	Les bases de la thérapie manuelle	Présentation	Rappel des bases de la thérapie manuelle
35'	Examen clinique	Présentation	Savoir mettre en place un examen clinique
2'	Observation des verticales	Vidéo sonorisée	Observer les verticales
2'	Repères anatomiques	Vidéo sonorisée	Faire un repérage anatomique palpatoire précis
20'	Examen du rachis	Vidéo sonorisée	Savoir faire les bilans et tests principaux du rachis

➤ **Le Bassin :**

- Techniques d'étirement ligamentaire
- Techniques myotensives de Mitchell pour les dysfonctions ilio-sacrées
- Répercussions des lésions du bassin sur les muscles, les faciae et le système nerveux
- Techniques de ré-harmonisation articulaire ; semi directe et directe
- En décubitus dorsal, en décubitus ventral et latérocubitus
- Dysfonctions sacro-iliaques ; les torsions sacrées, biomécanique lésionnelle
- Techniques de ré-harmonisation articulaire
- Techniques semi directes et directes
- Technique fonctionnelle assise
- Technique myotensives de Mitchell

2'	DYSFONCTION DE ILIUM, en antériorité à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en antériorité à gauche (variante sujet laxé)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en postériorité à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en postériorité à droite (variante sujet laxé)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en supériorité à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en antériorité à gauche (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en postériorité à droite (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en postériorité à droite en procubitus (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en fermeture à droite (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L'ILIMUM, en ouverture à droite (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en torsion postérieure avec le pisiforme direct, à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en flexion unilatérale sur axe horizontal, à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en torsion postérieure gauche sur axe oblique droit	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en torsion antérieure droite sur axe droit (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en torsion postérieure gauche sur un axe droit (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en antériorité unilatérale. Manoeuvre avec le pisiforme directe sur l'aileon inféro-latéral, à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DU SACRUM, en extension unilatérale sur axe horizontal, à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE LA SYMPHYSE PUBIENNE, en supériorité à droite (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE LA SYMPHYSE PUBIENNE, en infériorité à gauche (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION COMBINÉE DE LA SYMPHYSE PUBIENNE, en supériorité et infériorité (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction

Les Lombaires :

- Mise en place de la technique de base : le lumbar-roll
- Technique de stretching ligamentaire appliqué au la région lombaire
- Principes et action des techniques myotensives
- Principes et action des techniques neuromusculaires (Jones, points triggers)
- Techniques de normalisation articulaire appliquées de la charnière dorso-lombaire à la 5ème lombaire
- Techniques fonctionnelles assise pour corrections des dysfonctions vertébrales lombaires
- Techniques myotensives de Mitchell en décubitus pour corrections spécifiques des dysfonctions

LOMBAIRES			
2'	DYSFONCTION FACETTAIRE DES LOMBAIRES, en NSR à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION FACETTAIRE DES LOMBAIRES, en ERS à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION FACETTAIRE DES LOMBAIRES, en FRS à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION FACETTAIRE DES LOMBAIRES, assis, à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DES LOMBAIRES, en NSR à gauche (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DES LOMBAIRES, en ERS à gauche (E.M.)	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DES LOMBAIRES, en FRS à droite	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE LA CHARNIÈRE D12/L1, technique en double appui	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE LA CHARNIÈRE D12/L1, technique indirecte à droite en « Lumbar Roll »	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	DYSFONCTION DE L3, technique semi-directe à gauche en « Lumbar Roll »	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction
2'	CHARNIÈRE D12/L1, technique en « Lift », postériorité à gauche	PDF / Vidéos sonorisées	Comprendre et mettre en place les corrections de la région en dysfonction

Titre	Nombre	Durée unitaire	Total visionnage	Durée d'apprentissage
Bassin	20	2'	40'	80'
Lombaires	11	2'	22'	50'
Total	31		66'	130'

INTRODUCTION Formation Présentielle

Bassin et Lombaires

RAPPELS ANATOMIQUES Bassin

1. OSTEOLOGIE
 - 1.1. Os coxal
 - 1.2. Le sacrum
 - 1.3. Le coccyx
2. ARTHROLOGIE
 - 2.1. Articulation sacro-iliaque
 - 2.2. Articulation interpubienne

RAPPELS BIOMÉCANIQUES

1. LA JONCTION SACRO-ILIAQUE
2. LA SYMPHYSE PUBIENNE

RAPPELS PALPATOIRES

MODÈLES EXPLICATIFS DES LÉSIONS DU BASSIN L'ILIAQUE

1. LES MOUVEMENTS PHYSIOLOGIQUES DE L'ILIAQUE
2. LES LÉSIONS DE L'ILIAQUE
 - 2.1. Iliaque en dysfonction d'antériorité
 - 2.2. Iliaque en dysfonction de postériorité
 - 2.3. Iliaque en dysfonction de supériorité
 - 2.4. Iliaque en dysfonction d'ouverture
 - 2.5. Iliaque en dysfonction de fermeture
3. BILAN ET TRAITEMENTS DES LÉSIONS DE L'ILIAQUE
 - 3.1. Techniques globales
 - 3.2. Tests/Bilan global
 - 3.3. Correction d'une dysfonction iliaque en antériorité
 - 3.4. Correction d'une dysfonction iliaque en postériorité
 - 3.5. Correction d'une dysfonction iliaque en supériorité
 - 3.6. Correction d'une dysfonction iliaque en ouverture / fermeture

LE SACRUM

1. LES MOUVEMENTS PHYSIOLOGIQUES ET RELATIONNELS DU SACRUM
 - 1.1. Axes physiologiques (transverse)
 - 1.2. Axes Pathologiques
 - 1.3. Mouvements relationnels
2. LES LÉSIONS DU SACRUM
 - 2.1. Les dysfonctions en torsion du sacrum.
 - 2.2. Les dysfonctions sagittales du sacrum
3. BILAN ET TRAITEMENT DES LÉSIONS DU SACRUM
 - 3.1. Techniques globales
 - 3.2. Tests/Bilan global
 - 3.3. Correction d'une dysfonction en torsion antérieure (ex : D/D)
 - 3.4. Correction d'une dysfonction en torsion postérieure (ex : D/G)
 - 3.5. Correction d'une dysfonction d'un sacrum en flexion
 - 3.6. Correction d'une dysfonction d'un sacrum en extension

LE PUBIS

1. LES LESIONS DU PUBIS
 - 1.1. Dysfonction en supériorité
 - 1.2. Dysfonction en infériorité
 - 1.3. Dysfonction globale : pubis impacté
2. BILAN ET TRAITEMENT DES LESIONS DU PUBIS
 - 2.1. Correction d'une dysfonction d'un pubis en supériorité
 - 2.2. Correction d'une dysfonction d'un pubis en infériorité
 - 2.3. Correction d'une dysfonction d'un pubis impacté

PATHOLOGIES CONCERNANT LE BASSIN

1. LES DYSFONCTIONS ARTICULAIRES DE L'ILIUM
 - 1.1. La rotation antérieure de l'ilium
 - 1.2. La rotation postérieure de l'ilium
2. LES DYSFONCTIONS DU SACRUM
3. LES LESIONS METAMERIQUES
 - 3.1. Lésion métamérique en S1
 - 3.2. Lésion métamérique en S2
4. LE SYNDROME DU PIRIFORME
5. LA PUBALGIE

1. RAPPELS ANATOMIQUES LOMBAIRES

- 1.1. Ostéologie
 - 1.1.1. Caractéristiques générales d'une vertèbre
 - 1.1.2. Description d'une vertèbre lombale
 - 1.1.3. Caractéristiques de la 5^{ème} vertèbre lombale
 - 1.2. Arthrologie
 - 1.2.1. Articulations intercorporéales
 - 1.2.2. Articulations interfacettaires postérieures
 - 1.2.3. Articulation lombo-sacrée
 - 1.3. Myologie
 - 1.3.1. Le diaphragme
 - 1.3.2. Muscles postérieurs du tronc
 - 1.3.3. Le psoas
 - 1.3.4. Muscles périphériques
 - 1.4. Morphologie / Topographie
 - 1.4.1. Le trigone lombal
 - 1.4.2. Le quadrilatère lombal
 - 1.5. Neurologie
 - 1.5.1. Plexus lombo-sacré
 - 1.6. Vidéo de dissection
2. Rappels biomécaniques
 - 2.1. Le rachis lombal
 - 2.2. La charnière thoraco-lombal
 - 2.3. La charnière lombo-sacrée
 3. Rappels palpatoires

4. Modèles explicatifs des lésions du rachis lombaire
 - 4.1. Généralités
 - 4.2. Les rapports importants de la colonne lombaire
 - 4.3. Mouvements
 - 4.4. Les lésions du rachis lombaire
 - 4.4.1. La dysfonction vertébrale
 - 4.4.2. Mode d'installation d'une dysfonction vertébrale
 - 4.4.3. Mécanisme lésionnel
 - 4.4.4. Les lois de Fryette
5. Bilan et traitement des lésions du rachis lombaire
 - 5.1. Bilan et diagnostics différentiels nécessitant la réorientation vers un médecin
 - 5.2. Techniques globales
 - 5.3. Tests / bilan
 - 5.4. Correction d'une dysfonction lombaire en NSR
 - 5.4.1. Myotensive
 - 5.4.2. Structurelle
 - 5.5. Correction d'une dysfonction lombaire en ERS
 - 5.5.1. Myotensive
 - 5.5.2. Structurelle
 - 5.6. Correction d'une dysfonction lombaire en FRS
 - 5.6.1. Myotensive
 - 5.6.2. Structurelle
6. Les techniques des tissus mous
 - 6.1. Traitements du muscle carré des lombes
 - 6.2. Traitements des muscles érecteurs du rachis
 - 6.3. Traitements du muscle psoas
 - 6.4. Traitements du diaphragme
 - 6.4.1. Les coupoles
 - 6.4.2. Les piliers

JOUR 1

Durée de la séquence	Contenu	Méthodes	Objectifs pédagogiques
8h30 à 9h	Evaluation des pratiques professionnelles	Echange avec les stagiaires	Mieux cibler les attentes des participants
9h à 10h (1h)	Rappels anatomiques/Biomécaniques	Diaporama	Réviser les notions fondamentales d'anatomie et de biomécanique
10h00 à 11h00 (1h)	Rappels Palpatoires	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir repérer les éléments musculosquelettiques essentiels à la prise en charge de la région
11h00 à 12h00 (1h)	Modèles explicatifs des lésions du bassin	Diaporama	Comprendre la mise en place des différentes pathologies
13h30 à 14h (30min)	Modèles explicatifs des lésions du bassin (suite)	Diaporama	Comprendre la mise en place des différentes pathologies
14h à 17h00 (3h00)	L'iliaque	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir bilancer les dysfonctions liées à la structure afin de pouvoir proposer un traitement adapté

JOUR 2

Durée de la séquence	Contenu	Méthodes	Objectifs pédagogiques
9h00 à 10h00 (1h)	Les mouvements physiologiques du sacrum	Diaporama	Comprendre les mouvements physiologiques du sacrum
10h00 à 12h00 (2h)	Les lésions du sacrum. Bilan et traitement des lésions du sacrum	Diaporama Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir bilanter les dysfonctions liées à la structure afin de pouvoir proposer un traitement adapté
12h00 à 13h00 (1h)	Les lésions du pubis - Bilan et traitement des lésions du pubis	Diaporama Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Intégrer les différentes dysfonctions du pubis et leurs mises en place
14h00 à 15h00 (1h)	Rappels anatomiques et biomécaniques - Dissection, repères palpatoires	Diaporama et vidéos	Réviser les notions fondamentales d'anatomie et de biomécanique
15h00 à 17h00 (2h)	Modèles explicatifs des lésions du rachis lombaire	Diaporama	Comprendre comment se mettent en place les dysfonctions lombaires
17h00 à 17h30	Bilan et diagnostics différentiels nécessitant la réorientation vers un médecin	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme	Savoir bilanter, et traiter les dysfonctions observées

JOUR 3

Durée de la séquence	Contenu	Méthodes	Objectifs pédagogiques
9h00 à 10h00 (1h)	Techniques globales	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir mettre en application les techniques globales
10h à 12h (2h)	Tests spécifiques	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir bilanter précisément les dysfonctions lombaires
13h à 14h (1h)	Correction d'une dysfonction lombaire en NSR	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	Savoir corriger les dysfonctions observées en utilisant les différentes technique possibles
14h à 15h (1h)	Correction d'une dysfonction lombaire en ERS - Techniques des tissus mous	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	
15h à 16h00 (1h)	Correction d'une dysfonction lombaire en FRS - Techniques de tissus mous	Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs	
16h30 à 17h00 (1h)	Cas cliniques Révisions QCM	Echanges avec le formateur	Evaluer la mise en pratiques des techniques apprises durant la formation

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Tables de soins mis à disposition
- Polycopiés fournis aux stagiaires
- Vidéoprojection
- Mise en pratique des techniques (démonstration puis reproduction)
- Quizz interactif

L'ENCADREMENT

- Frédéric ZENOUDA masseur-kinésithérapeute DE, directeur de Physio'Learn

SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME

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

ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

- Evaluation en début de formation sur les pratiques professionnelles
- 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