



Thérapie manuelle Sur une année – 9 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 antalgique et d'amplitude articulaire (mobilisation et manipulation)**

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 des 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 : Être 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 : 27 jours - 196 heures

Moyens pédagogiques :



SARL au Capital de 4.200 €
Siège Social 40 rue du général Malleret Joinville
94400 VITRY SUR SEINE
SIRET 51787391500030 APE 8559A



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).

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

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

- QCM sur la partie théorique après chaque module.
- Évaluation de la pratique par reproduction des gestes techniques
- Évaluation des pratiques par l'analyse de cas cliniques

Programme :

<u>MODULE 1 : TMO ET SACRO-ILIAQUE</u>

J1

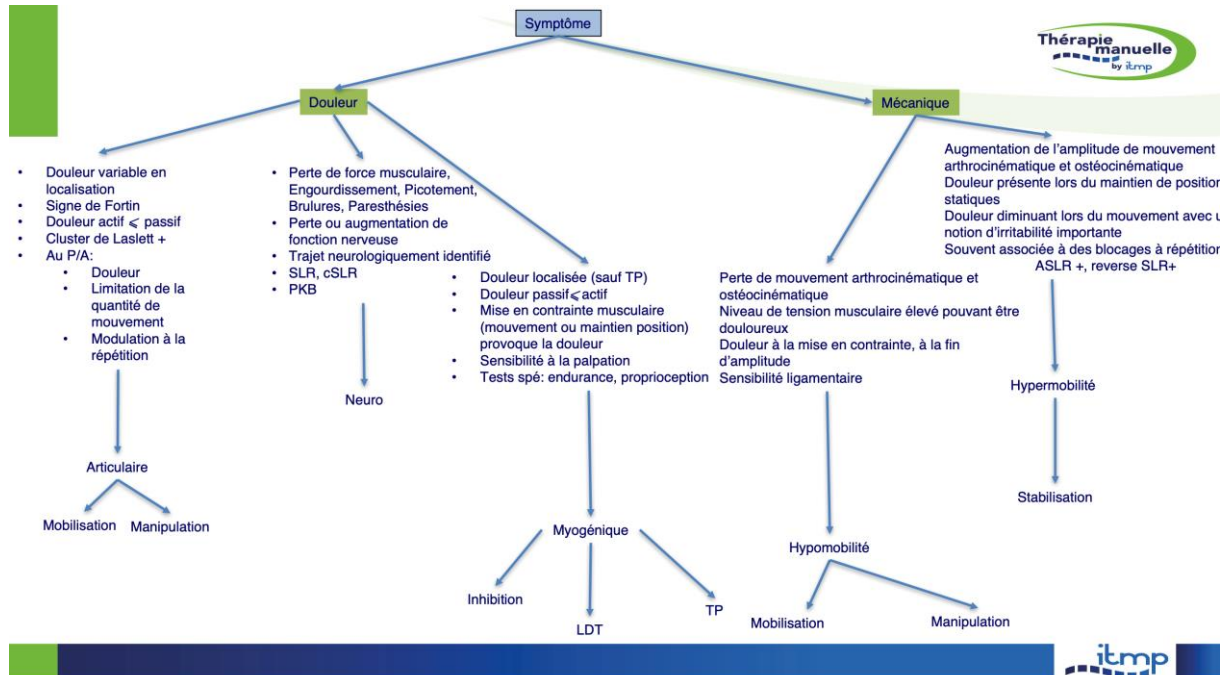
8h30 10h30

PPT TMO : Présentation générale de la thérapie manuelle, du cursus et des intervenants
Historique et approche spécifique ITMP des différents courants en thérapie manuelle
Méthodologie de bilan, modes d'action des différentes techniques et validation scientifique
Remise des documents pédagogiques

10h45 12h30

PPT sacro-iliaque : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du bassin
Description des troubles du bassin.
Points importants : fonctionnement de la SI (Vleeming), stabilisation et instabilité, diagnostic différentiel d'une douleur sacro-iliaque





13h30 15h30

Palpation

Bilan : évaluation de la sensibilité de la mobilité, évaluation spécifique, évaluation palpatoire

15h30 17h30

Techniques myotensives :

LDT :

- Spinaux,
- Droit de l'abdomen,
- Obliques,
- Grand dorsal

Trigger : spinaux, droits de l'abdomen, obliques

Strain : spinaux, grand fessier

J2

8h30 10h30

Techniques de mobilisation articulaire à visée antalgique et de gain d'amplitude :

Mobilisation/manipulation postéro-antérieure iliaque : technique en lumbaroll (décubitus latéral)

Mobilisation/manipulation postéro-antérieure iliaque : technique en décubitus ventral

Mobilisation/manipulation antéro-postérieure iliaque : technique en décubitus latéral



10h45 12h30

Techniques de mobilisation articulaire à visée antalgique et de gain d'amplitude, suite :

Mobilisation/manipulation du sulcus sacré droit de l'antérieur vers le postérieur : technique en lumbaroll

Mobilisation/manipulation antéro-postérieure iliaque : technique en boomerang

13h30 17h30

Mobilisation/manipulation du sulcus sacré droit du postérieur vers l'antérieur: technique en boomerang

Mobilisation/manipulation du sulcus sacré droit de l'antérieur vers le postérieur: technique assise

Stabilisation par ceinture

Neurodynamique : nerf sciatique

Techniques actives : recrutement spinaux

Voir fiche de prise en charge en actif principes et adapté sacro-iliaque

J3

8h30 10h30

Techniques MET sacro-iliaque :

Mobilisation de l'iliaque de l'antérieur vers le postérieur

Mobilisation vers l'iliaque du postérieur vers l'antérieur

Postériorisation sulcus sacré droit

Antériorisation sulcus droit

10h45 14h30

Cas clinique 1

Cas clinique 2

MODULE 2 : LOMBAIRES

J4

8h30 10h30

PPT TM Lombaires : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la région lombale

Présentation des troubles de la région lombaire par l'analyse des symptômes et proposition de TTT adapté

Physiopathologie des discopathies

Description des lésions discales et de leurs implications dans les rachialgies

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



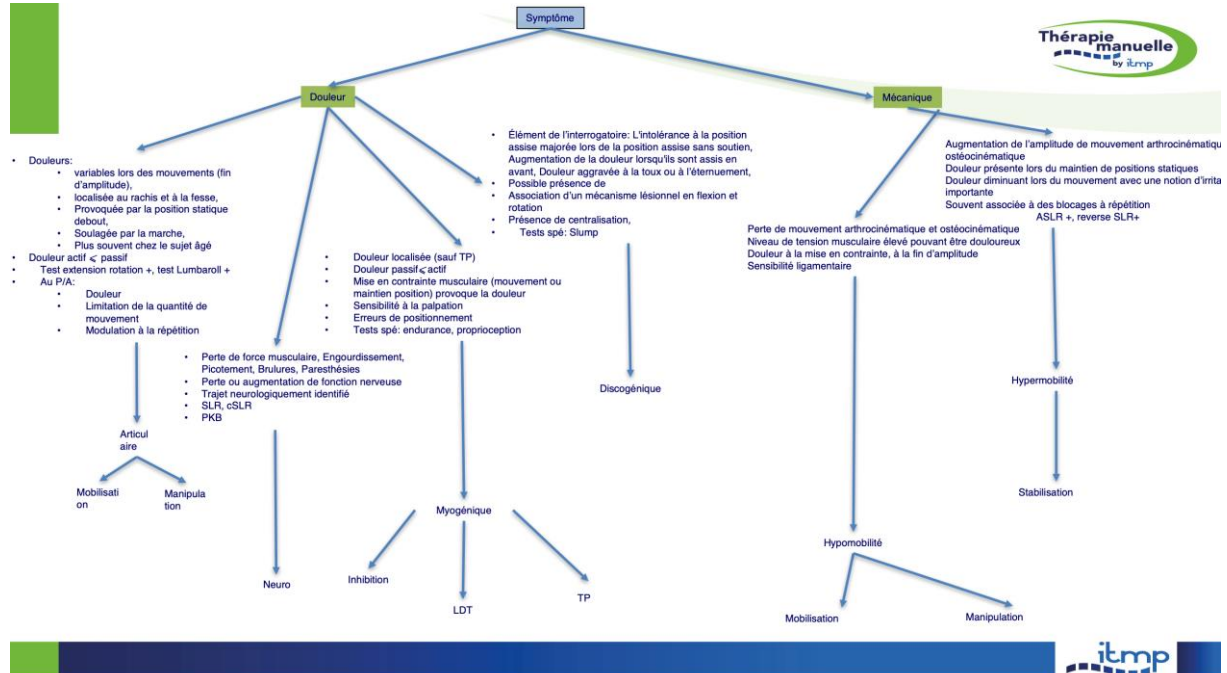
SARL au Capital de 4.200 €
Siège Social 40 rue du général Malleret Joinville
94400 VITRY SUR SEINE
SIRET 51787391500030 APE 8559A

10h30-12h30

Palpation

13h30-17h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, et évaluation dans un but d'identification si possible de la structure ou dans un but de réponse au motif de consultation, évaluation palpatoire



Jour 5

8h30 10h30

Techniques myotensives :

LDT : Carré des lombes, psoas

Trigger : Carré des lombes, psoas

Strain : Carré des lombes, psoas

10h45 12h30

Techniques de mobilisation articulaire à visée antalgique et de gain d'amplitude :

Vers l'extension

Vers la flexion

Mobilisation/manipulation vers la rotation gauche en extension en décubitus latéral

Mobilisation/manipulation vers la rotation gauche en extension assis

Mobilisation/manipulation vers la flexion et la rotation gauche



13h30-17h30

Techniques de mobilisation articulaire à visée d'antalgie et de gain d'amplitude, suite :

Mobilisation/manipulation vers la rotation gauche flexion assis

Mobilisation/manipulation vers l'inclinaison

Neurodynamique :

Nerf sciatique

Nerf crural

J6

8h30 10h30

Techniques actives lombaire et techniques de centralisation

Voir fiche de prise en charge en actif bassin/lombaires

Principes techniques du reconditionnement musculaire et proprioceptif

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

10h30 14h30

MET :

Vers la flexion et la rotation droite

Vers l'extension et la rotation Droite

Vers l'inclinaison

Cas clinique 1

Cas clinique 2

MODULE 3 : MEMBRE INFERIEUR 1 (HANCHE, GENOU)
--

Jour 7

8h30 10h30

PPT Hanche

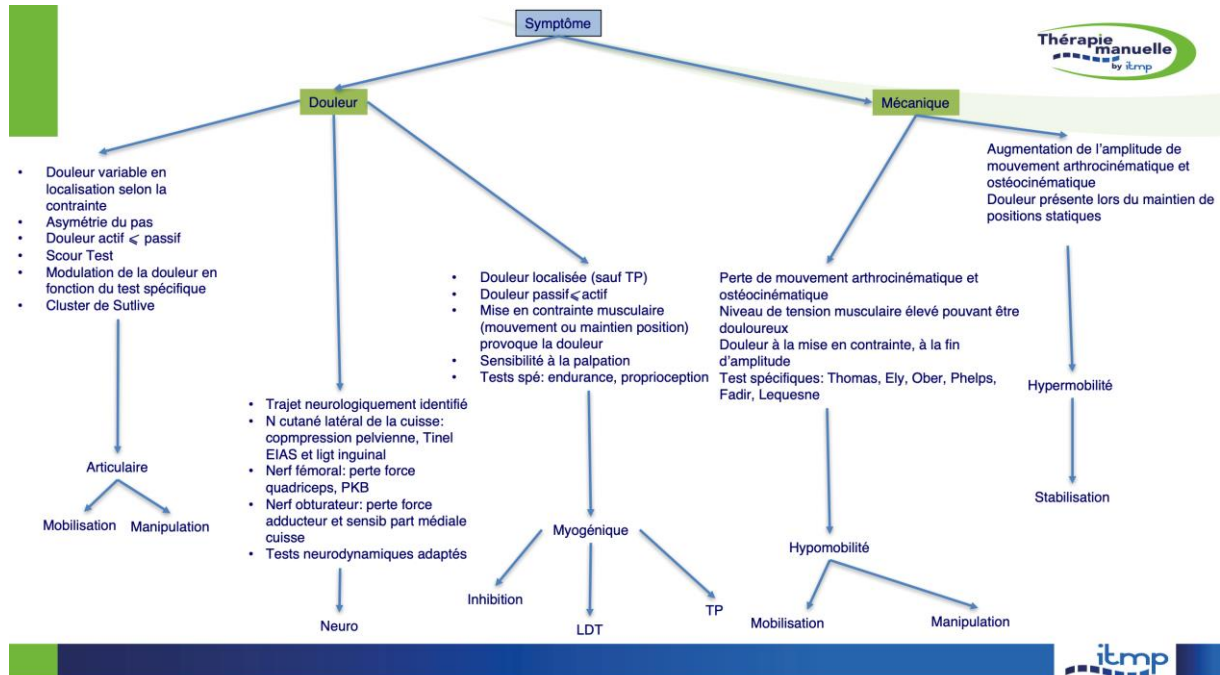
10h45 12h30

Palpation

Bilan : évaluation de la sensibilité, de la mobilité, et évaluation spécifique, évaluation palpatoire

Diagnostics d'exclusion et différentiels





13h30 17h30

Techniques myotensives

LDT :

- TFL,
- Fessiers,
- Gracile,
- Sartorius,
- Adducteurs
- Piriforme

Trigger : fessiers, adducteurs, vaste latéral

Strain : adducteurs, tendon patellaire

Techniques passives :

Traction dans l'axe

Glissement postérieur

Glissement antérieur

Glissement inférieur

Roulement postérieur

Glissement inférieur en abduction



Jour 8

8h30 10h30

Techniques neurodynamiques hanche :

Nerf cutané fémoral latéral

Nerf fémoral

Nerf obturateur

10h45 12h30

PPT Genou : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du genou
Présentation des troubles du genou

13h30 17h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, et évaluation spécifique, Diagnostics d'exclusion et différentiels

Jour 9

8h30 10h30

Techniques myotensives :

LDT : Ischio-jambiers, quadriceps

Trigger Points : vaste latéral

Strain : tendon patellaire

Techniques passives :

Traction dans l'axe

Glissement postérieur du tibia sous le fémur

Glissement antérieur du tibia sous le fémur

Rotation du tibia sous le fémur

Mobilisation en valgus varus

Modification de la position de la patella en charge

10h45 14h30

Techniques passives, suite :

Glissement antéro-postérieur ou postéro-antérieur de la fibula par rapport au tibia

Ménisque médial

Ménisque latéral

Neurodynamique :

Nerf saphène

Nerf fibulaire commun

Programme actif

Arthrose du genou

Voir fiche de prise en charge en actif hanche et genou



Cas clinique hanche

Cas clinique genou

MODULE 4 : MEMBRE INFÉRIEUR 2 (CHEVILLE/PIED SYNTHÈSE)

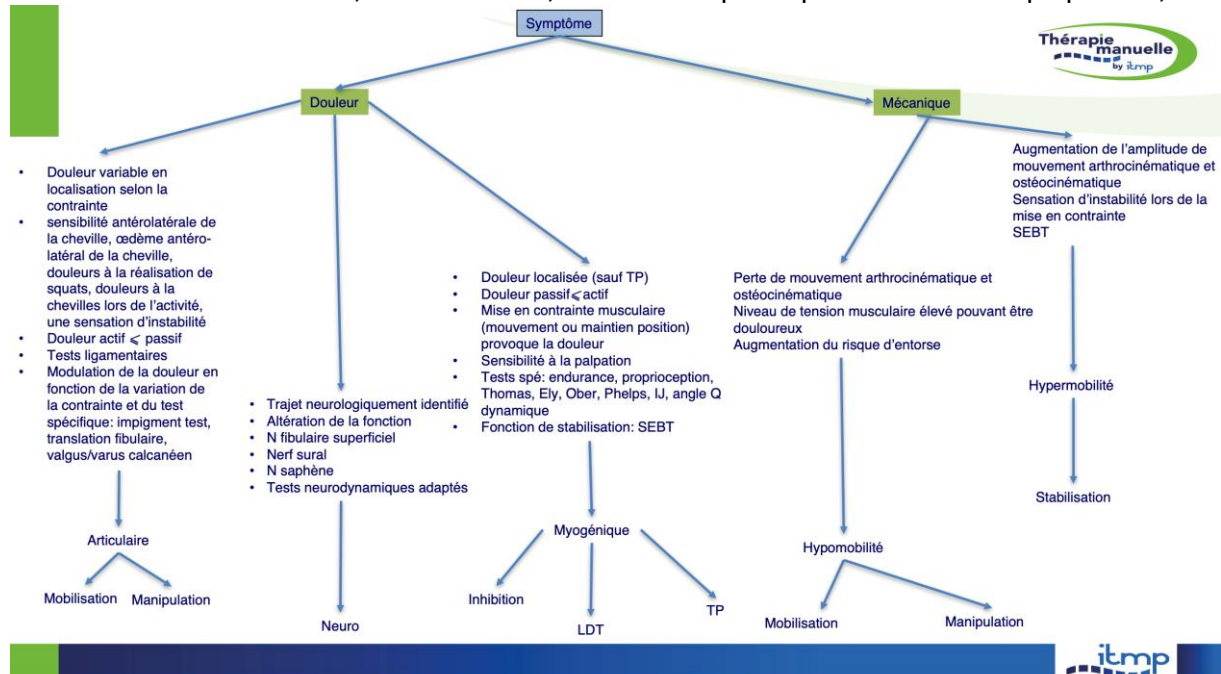
Jour 10

8h30 10h30

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

10h45 12h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire,



13h30 15h30

Techniques myotensives :

LDT : gastrocnémiens, soléaire, tibial antérieur, tibial postérieur, long extenseur des orteils, long fléchisseur de l'hallux, long fléchisseur des orteils

Trigger Points : gastrocnémiens, abducteur I, tibial antérieur

Strain : tendon achilléen, ligament collatéral fibulaire, aponévrose plantaire

15h45 17h30

Techniques passives :

mobilisation antéro-postérieure du talus

Mobilisation antéro-postérieure de la fibula

Mobilisation postéro-antérieure de la fibula



Mobilisation antéro-postérieure du tibia

Mobilisation postéro-antérieure du tibia

Jour 11

8h30 10h30

Neurodynamique :

Nerf fibulaire superficiel

Nerf fibulaire profond

Nerf sural

Rééducation à la marche à visée de stimulation des muscles : Nous pouvons utiliser le star excursion balance test

10h45 12h30

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

13h30 15h30

Techniques passives :

Naviculaire mobilisation/manipulation cranio/caudale

Cuboïde mobilisation/manipulation cranio/caudale

Cunéiforme et métatarsiens mobilisation/manipulation cranio/caudale

15h45 17h30

Techniques passives, suite :

Calcanéum mobilisation/manipulation en valgus

Calcanéum mobilisation/manipulation en varus

Voir fiche de prise en charge en actif cheville et pied

Neurodynamique : Nerf plantaire

Cas clinique cheville

Cas clinique pied

Jour 12

8h30 14h30

Cas clinique Synthèse 1

Cas clinique Synthèse 2

Cas clinique Synthèse 3



SARL au Capital de 4.200 €
Siège Social 40 rue du général Malleret Joinville
94400 VITRY SUR SEINE
SIRET 51787391500030 APE 8559A



MODULE 5 : EXAMEN 1 ET ABORD ABDOMINO-PELVIEN
--

Jour 13

8h30 12h30

Révisions en ateliers (par exemple 3 ateliers (bilan, myofascial et articulaire))

13h30 17h30

Examen

Jour 14

8h30 10h30

PPT abord abdominal

10h45 12h30

Bilan abdominal : inspection, palpation, repérage des éléments emblématiques de « contenant » et de « contenu »

13h30 15h30

Bilan fin

Routine : mise en tension des structures en lien avec l'appareil musculo-squelettique : fascias cervicaux, tendon central, diaphragme, rib raising

15h45 17h30

Routine fin : approche des différentes structures de soutien du petit bassin (lame recto-pubienne, ligaments...)

Conseils hygiène de vie

Journée 15

8h30 10h30

Reprise des techniques

Lien entre troubles fonctionnels de l'abdomen et activité physique (gymnastique, étirements) et ergonomie

10h45 14h30

Cas clinique sphère abdominal



MODULE 6 : THORACIQUES ET COTES

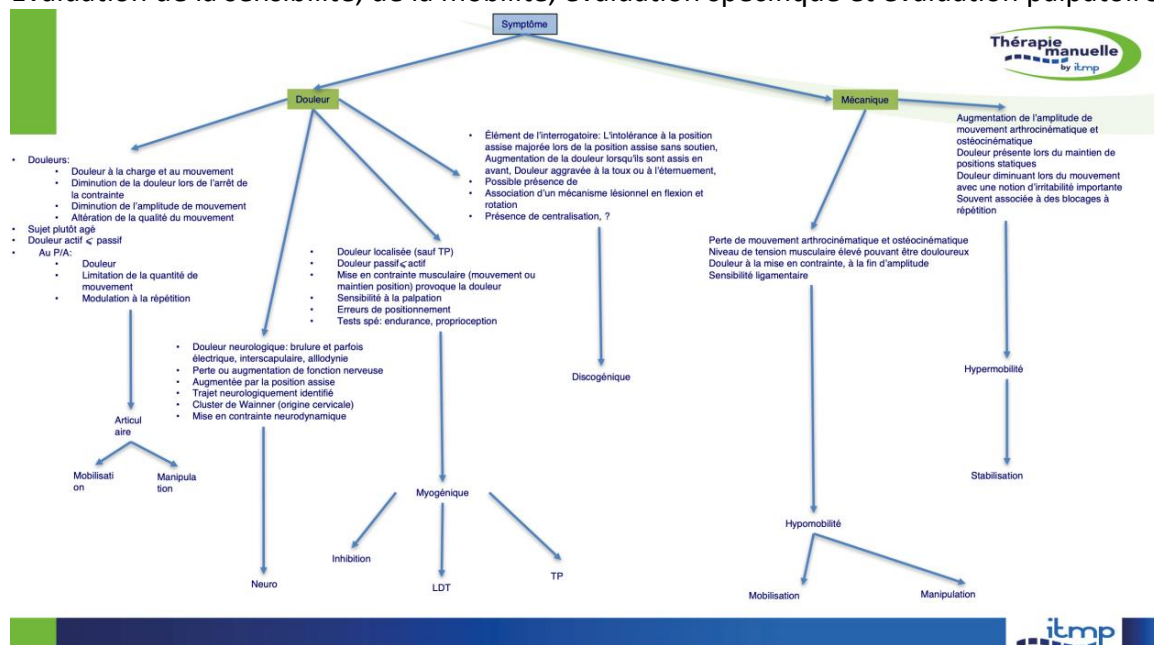
Jour 16

8h30 10h30

PPT thoraciques : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la région vertébrale thoracique, présentation des troubles de la mobilité de la région thoracique, évaluation palpatoire, évaluation de la mobilité, et évaluation spécifique

10h45 12h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire.



13h30 15h30

Techniques myotensives :

- Intercostaux
- Petits dentelés supérieurs et inférieurs
- Scalènes
- Diaphragme
- Rhomboïdes
- Grand et petit pectoral
- Dentelé antérieur

Trigger Points : grand pectoral, grand dorsal, dentelé antérieur

Strain : petit pectoral, sternum, rhomboïde

15h45 17h30

Techniques passives :

Manipulation thoracique vers l'extension bilatérale de T3 à T12

Manipulation thoracique vers la flexion bilatérale de T3 à T12

Manipulation thoracique vers l'extension en décubitus dorsal (DOG technique)

Manipulation thoracique vers la flexion en décubitus dorsal (DOG technique)

Jour 17

8h30-10h30

Techniques passives, suite :

Manipulation thoracique vers l'extension de la SA droite en décubitus dorsal (DOG technique)

Manipulation thoracique vers la flexion de la SA droite en décubitus dorsal (DOG technique)

Manipulation thoracique en décubitus ventral (pisiforme croisés)

Neurodynamique :

- Rameaux thoraciques

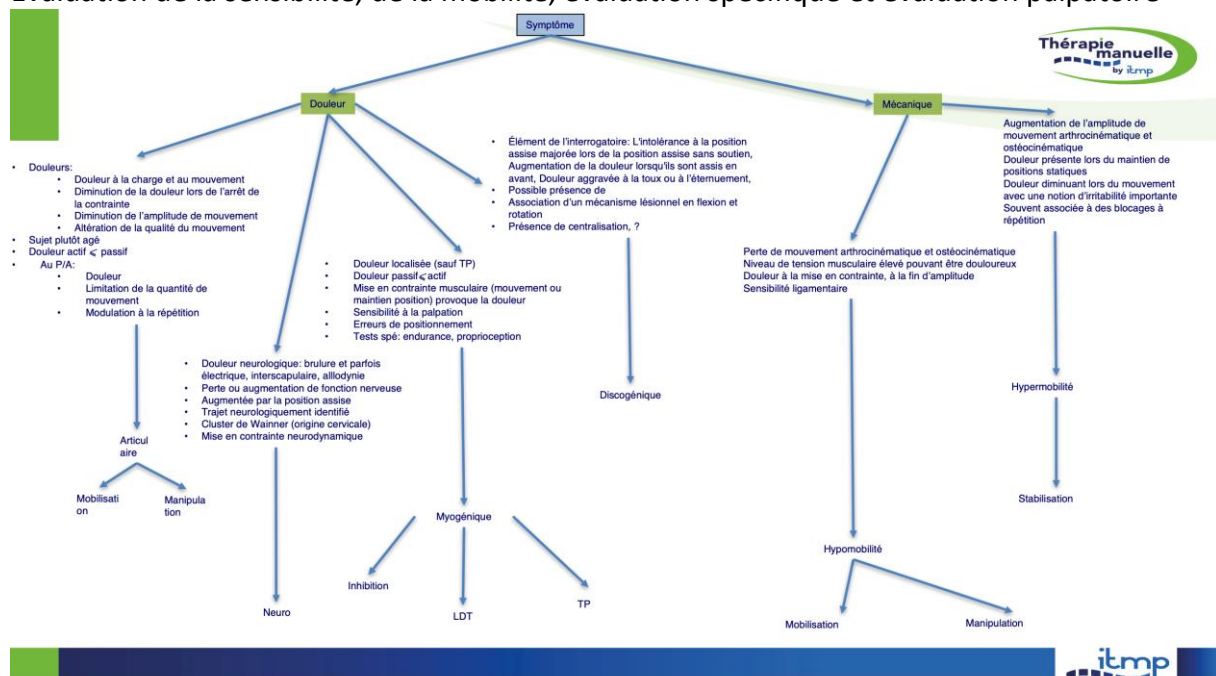
10h45-12h30

PPT côtes : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de la mobilité costale

Présentation des troubles de la mobilité costale

13h30-15h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire



15h45-17h30



Techniques passives :

Mobilisation/Manipulation assise d'une articulation costo-vertébrale droite en postéro-antérieur

Mobilisation/Manipulation assise d'une articulation costo-vertébrale droite en caudo-cranial

Mobilisation/Manipulation en décubitus dorsal d'une articulation costo-vertébrale droite en antéro-postérieur

Mobilisation/Manipulation en decubitus dorsal d'une articulation costo-vertébrale droite en postéro-antérieur

Jour 18

8h30 10h30

Reprise des techniques

Mobilisation/manipulation de la sterno-costo-chondrale droite en antéro-postérieur, cranio-caudal et caudo-cranial

10h45-14h30

Cas cliniques thoracique et costal

MODULE 7 : RACHIS CERVICAL

Jour 19

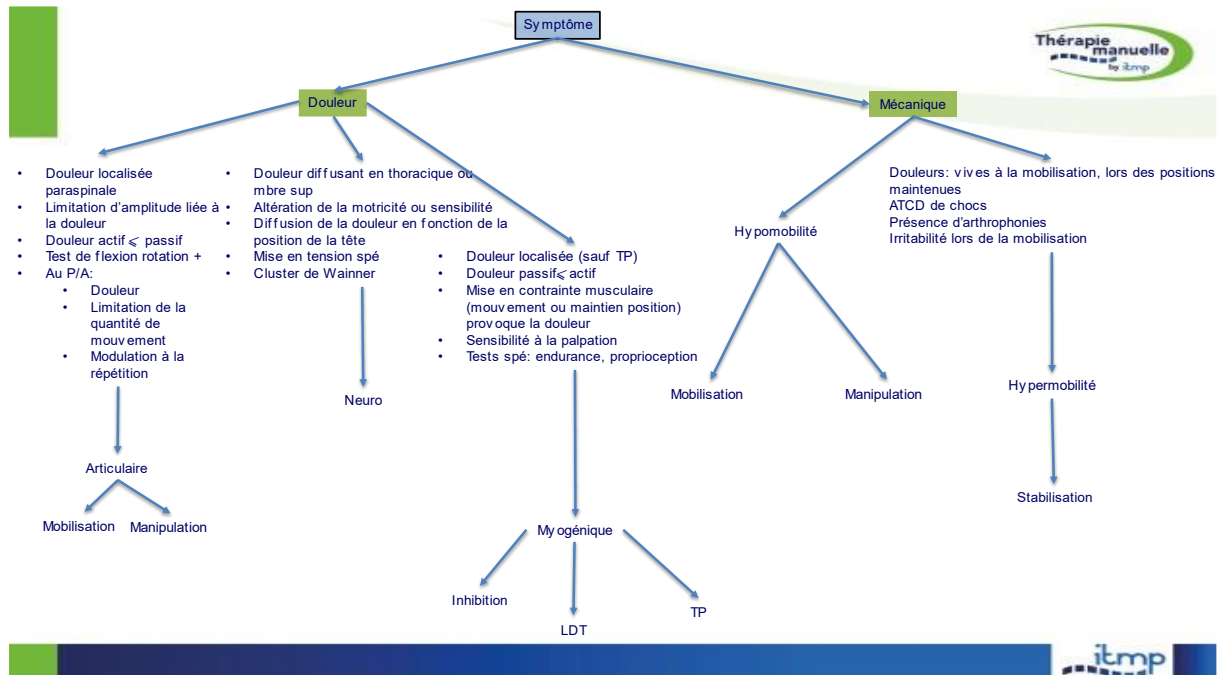
8h30-10h30

PPT RCS : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du rachis cervical supérieur, présentation des troubles de la mobilité du rachis cervical supérieur

10h45-12h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire





13h30-15h30

LDT :

- Muscles sous-occipitaux
- Complexus (semi-épineux)
- Splénius
- SCM
- Trapèze supérieur
- Élévateur de la scapula

Trigger Points : trapèze supérieur, SCM, semi-épineux

Strain : Inion, points cervicaux postérieurs, trapèze

15h45-17h30

Techniques passives :

Assis prise en turban mouvement postéro-antérieur

Assis prise en turban mouvement antéro-postérieur occiput sur atlas

Mobilisation avec sangle de C2

Manipulation vers la rotation gauche de l'atlas

Manipulation vers la translation gauche de l'atlas

Jour 20

8h30-10h30

Techniques passives, suite :

Manipulation du condyle occipital droit en postéro-antérieur

Manipulation du condyle occipital gauche en antéro-postérieur

Neurodynamique :

Nerf accessoire XI

METS :

Correction vers extension, l'inclinaison gauche et la rotation droite, occiput post

Correction vers flexion, l'inclinaison droite et la rotation gauche, occiput ant

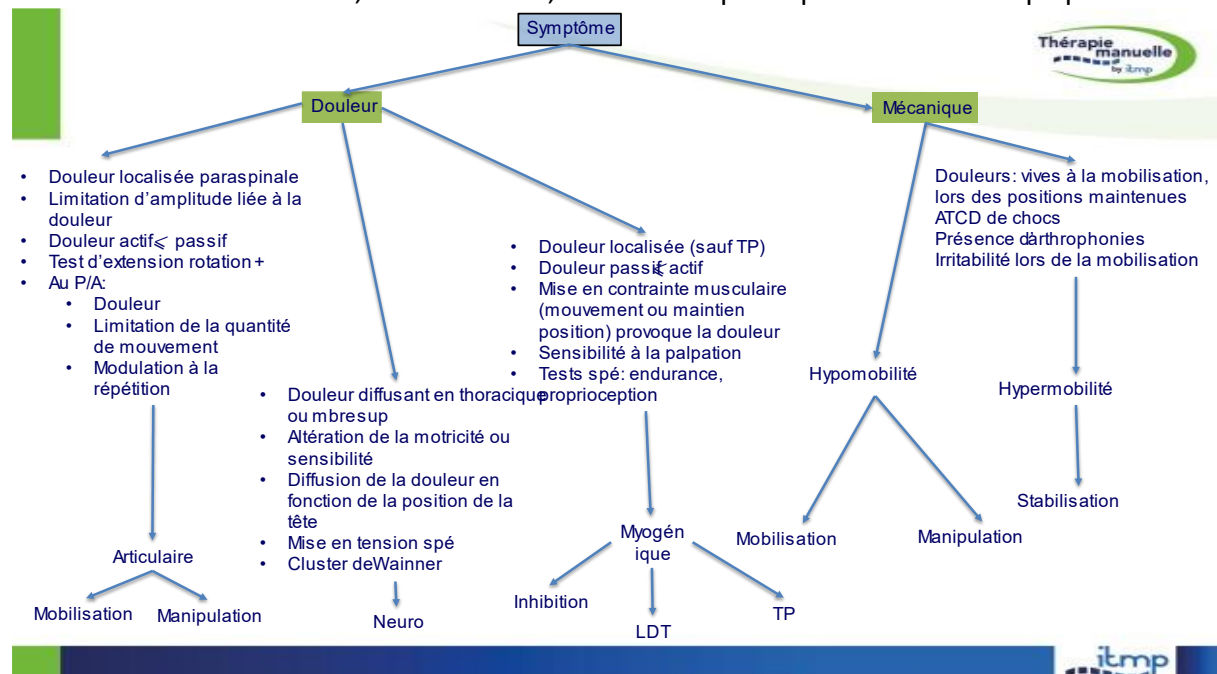
Correction vers la rotation droite de l'atlas

10h45-12h30

PPT RCI : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie du rachis cervical inférieur, présentation des troubles de la mobilité du rachis cervical inférieur

13h30-15h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire



15h45-17h30

Techniques passives :

Mobilisation postéro-antérieure centrale et latérale en décubitus ventral

Assis prise en turban mouvement gain vers l'extension

Assis prise en turban mouvement gain vers la flexion

Assis prise en turban mouvement antéro-postérieur cervical

Assis prise en turban mouvement postéro-antérieur cervical

Jour 21

8h30-10h30



Techniques passives, suite :

Manipulation vers la rotation gauche ex c3

Manipulation vers l'inclinaison gauche ex c3

MET :

Manipulation vers extension, l'inclinaison gauche et la rotation gauche ex c3

Manipulation vers flexion, l'inclinaison gauche et la rotation gauche ex c3

10h45-14h30

Techniques actives

Cas clinique RCS

Cas clinique RCI

MODULE 8 : MEMBRE SUPERIEUR

Journée 22

8h30-10h30

PPT Epaule : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie de l'épaule

10h45-12h30

Palpation et anatomie dynamique

13h30-15h30

Évaluation de la sensibilité, de la mobilité, évaluation spécifique et évaluation palpatoire

15h45-17h30

LDT :

-Supra Epineux

-Infra Epineux

-Petit Rond

-Deltoïde postérieur

-Subscapulaire

-Biceps

-Triceps

Trigger Points : petit rond, Infra-épineux, sub-scapulaire, coraco-brachial

Strain : petit rond, thorax

Techniques passives :

Scapulo-humérale : les glissements

Acromio-claviculaire

Sterno-costochondro-claviculaire



SARL au Capital de 4.200 €
Siège Social 40 rue du général Malleret Joinville
94400 VITRY SUR SEINE
SIRET 51787391500030 APE 8559A



Journée 23

8h30 10h30

Techniques passives :

Scapulo-humérale : les glissements

Acromio-claviculaire

Sterno-costochondro-claviculaire

10h45 12h30

Actif programme

13h30 15h30

Neurodynamique :

Nerf supra-scapulaire

Nerf axillaire

Reprise « cervicales » et lien épaule

Bilan cervical et NCB

Mobilisation/manip cervicales

15h45 17h30

Synthèse pour prise en charge des techniques d'épaule

Journée 24

8h30 10h30

PPT coude : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie

PPT poignet : Rappels anatomiques, biomécanique et physiopathologie

Bilan coude poignet

10h45 14h30

LDT : Long Extenseur Radial du Carpe, Court Extenseur Radial du Carpe, Extenseur des Doigts, Fléchisseur Radial du Carpe, Fléchisseur Ulnaire du Carpe, Pronateurs, Supinateur

Trigger Points : Triceps, brachio-radial, LERC

Trigger points : extenseur des doigts

Strain: épicondyliens latéraux

Techniques passives :

Mobilisation en varus du coude

Mobilisation en valgus du coude

Mobilisation antéro-postérieure de la tête radiale

Mobilisation postéro-antérieure de la tête radiale

Mobilisation/manipulation du carpe vers l'inclinaison ulnaire ou radiale





Mobilisation/manipulation antéro-postérieure ou postéro-antérieure d'un os du carpe

Neurodynamique :

Branche profonde du nerf radial

Nerf médian

Nerf ulnaire

Cas clinique : épaule, coude, poignet

MODULE 9 : REVISIONS ET EXAMEN FINAL

Jour 25

Reprise de cas cliniques originaux en petits groupes incluant bilan/diag/TTT

Jour 26

En ateliers : reprise des techniques (bilan, myofascial, articulaire)

Reprise des cas cliniques

15h45 17h30

Étude des cas cliniques ***sur le programme complet vers l'épreuve finale***

Jour 27

8h30 14h30

Examen pratique final



SARL au Capital de 4.200 €
Siège Social 40 rue du général Malleret Joinville
94400 VITRY SUR SEINE
SIRET 51787391500030 APE 8559A