

TRIGGER POINTS : THERAPEUTIQUE DES ALGIES & DE LA POSTURE



Agence nationale du **dpc**
Réf : **12331700031**

Objectifs		Intervenant
<p>Les Trigger points sont des points de tension situés au niveau musculaire. Ils sont responsables de douleurs projetées : inflammations, troubles de la posture, pathologies, souvent rencontrés dans nos cabinets. On parle alors de syndrome myofascial.</p> <p>Quels sont ces points ? Comment les détecter ? Comment les désactiver ? Leur implication dans notre équilibre postural.</p> <p>Les objectifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Localisation des Trigger points, leurs applications dans le traitement des algies vertébrales et périphériques. Les techniques de relâchement myofascial • Traiter rapidement et avec efficacité les pathologies courantes rencontrées en pratique quotidienne : algies vertébrales et périphériques, déficiences posturales • Rôle préventif : blessures sportives, troubles posturaux 		<p>Alain MARZOLF Masseur-Kinésithérapeute, Enseignant IFMK Montpellier</p>
Programme		
<ul style="list-style-type: none"> • Le concept neurophysiologique de douleur musculo-squelettique • Le bilan postural et l'anamnèse • Les Trigger points principaux correspondant aux pathologies rencontrées en cabinet • Techniques de traitement, auto rééducation et postures d'étirement • Approche pratique des Trigger points réalisée entre les stagiaires (anamnèse, localisation, protocole thérapeutique) • Exposé et commentaires autour de cas cliniques précis. Quiz ! 		
Niveau	Méthodes	Public concerné
Acquisition de connaissances et de techniques immédiatement applicables.	Cours théoriques – Stages pratiques.	Masseurs-kinésithérapeutes Cadres de Santé 20 participants maximum
Durée	Dates	Coût
Nbre ½ journées : 4 Nbre d'heures : 14 - théorie : 4h - pratique : 10h	07 & 08 octobre 2017 Samedi : 9h-12h – 14h-17h30 Dimanche : 9h-12h – 14h-17h	480 €
Lieu		
IFMK - CHU Bellevue – Plan des 4 Seigneurs – 1, place Jean Baumel - 34295 Montpellier Cedex 5		

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Responsable

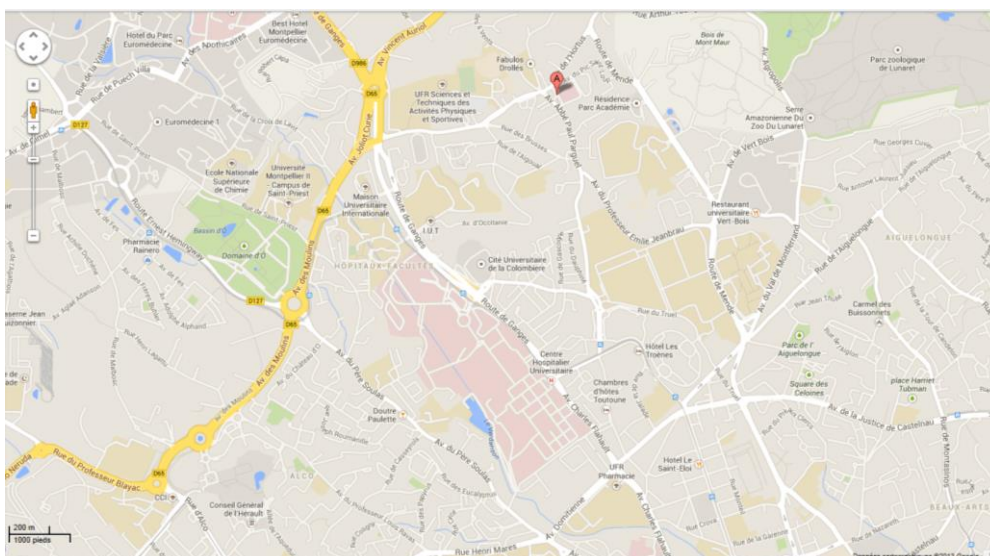
M. ROUVIERE Frédéric, Cadre de Santé et Directeur de l'Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie de Montpellier.

Intervenants

Professeurs, Médecins, Cadres de Santé, Masseurs-kinésithérapeutes et Professionnels de Santé vous proposent des formations complémentaires à la formation initiale en Masso-kinésithérapie.

Lieu

Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie - CHU Bellevue – Plan des 4 Seigneurs – 1, place Jean Baume - 34295 Montpellier Cedex 5



Le stationnement sur le parking de l'Institut étant **interdit**, nous vous prions de bien vouloir vous garer à l'extérieur du CHU.

Comment s'inscrire

- en utilisant le bulletin d'inscription ci-joint accompagné du règlement.
La limite d'inscription est fixée à 3 semaines avant le début du stage. Les inscriptions seront prises en compte par ordre d'arrivée accompagnées de leur règlement. Les sessions sont organisées sous réserve d'un nombre suffisant de participants et la plupart sont limitées à 20 participants.

Renseignements divers :

- par mail : kine@kinemontpellier.org
- par téléphone : 04 99 23 23 00

Annulation

- plus de 20 jours avant la date de début du stage : remboursement du chèque moins les frais de dossier (10%)
- moins de 20 jours avant la date de début de stage : remboursement 50%
- le jour du stage ou le stage commencé, il n'y aura pas de remboursement.

Si le nombre de participants est insuffisant, l'E.P.K. se réserve le droit d'annuler un stage 15 jours avant sa date de début : remboursement des frais d'inscription.

Quel financement ?

- pour les libéraux :
 - la contrepartie de l'obligation annuelle du Développement Professionnel Continu (DPC) est la prise en charge de la formation et une indemnisation du praticien par l'ANDPC dans la mesure des fonds disponibles. **Certaines** de nos formations **sont** éligibles à l'ANDPC.
Renseignements : www.ANDPC.fr
 - par ailleurs, **certaines** formations bénéficient d'une prise en charge par le FIF PL. Cette demande doit être effectuée sur le site : <http://www.fifpl.fr/> **AVANT** le début de la formation à l'aide du présent document afin d'obtenir un n° de dossier de prise en charge.
- Pour les salariés :
Après accord du financement de votre employeur, une convention est établie entre les deux établissements.

**Organisme de Formation n° 91 34 01 127 34
agrée par l'ANDPC**

Thème 09

PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION

TRIGGER POINTS : THERAPEUTIQUE DES ALGIES ET DE LA POSTURE

J1 :

- **Préambule :** Ouverture du programme de formation, présentation, modalités administratives et organisationnelles, évaluation
 - Rappels des bases théoriques : historique, physiopathologie, étiologie.
 - Cours : les Trigger points
 - *Travail de groupe* : définir les moyens actuels que possèdent les stagiaires pour traiter les pathologies de l'appareil locomoteur, étude de leur vision thérapeutique.
- Connaître et comprendre les **zones de référence des muscles** les plus courants. Faire la différence entre les points actifs, les points latents. **Savoir localiser et traiter les trigger points** de façon précise en connaissant leur douleur référée.
 - Bilans - indications et contre-indications
 - Démonstration et apprentissage du traitement des trigger points
 - Types de massage : compressions ischémiques, Trait tiré en profondeur
 - Outils : thérapie manuelle, balles, canne de massage.
 - Méthode : démonstrative et travail pratique en binôme
- **Synthèse thérapeutique.** Traiter avec efficacité les pathologies courantes rencontrées en pratique quotidienne : algies vertébrales et périphériques, pathologies respiratoires et posturales.
- *Travail de groupe* sur un cas concret

J2 :

- **Approfondissement des connaissances anatomiques** en faisant des exercices de palpation pratiques.
 - Physiologie musculaire descriptive.
 - Dessin des trajets musculaires, palpation

Pratique en groupe et en binôme

- Connaître les contre-indications de cette thérapie
- Prévention des troubles posturaux, des blessures sportives, ...
 - Analyse des pratiques et leurs implications dans la prévention.
 - Gymnastique d'entretien au quotidien : donner un à trois points trigger à masser au patient.
 - Le bilan postural et myofascial qui donne accès au préventif. L'étirement adaptés qui débusquent les raideurs musculaires ; la pratique personnelle du patient à son domicile, les techniques d'auto massage.

Travail de réflexion en groupe

- Se fixer des objectifs dans sa pratique avec ce nouveau regard thérapeutique.

Evaluations de la formation et des acquis.

Nombre de ½ journées : 4

Nombre d'heures : 14

Théorie : 4 heures

Pratique : 10 heures

**Organisme de Formation n° 91 34 01 127 34
agrée par l'ANDPC**

BULLETIN D'INSCRIPTION à retourner à :

E.P.K. – Enseignement Permanent de la Kinésithérapie
Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie
CHU Bellevue – 1, place Jean Baumel – 34295 MONTPELLIER Cedex 5

NOM (M., Mme, Melle) Prénom

Adresse

CP / Ville Tél.

e-mail

N° Adeli et/ou N° CPS

Libéral <input type="checkbox"/>	Salarié public financé par l'ANFH <input type="checkbox"/>	Salarié privé financé par l'employeur <input type="checkbox"/>	Autre <input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--	--	-----------------------------------

Quel que soit votre statut, vous devez vous enregistrer au préalable sur le site www.mondpc.fr afin de valider votre obligation annuelle.

souhaite m'inscrire à la formation :

TRIGGER POINTS : THERAPEUTIQUE DES ALGIES ET DE LA POSTURE

Référence ANDPC : **12331700031**

dispensée par : **A. MARZOLF** les : **07 & 08 octobre 2017**

et joins un chèque de **480 €**

Seul le règlement valide l'inscription. En cas de prise en charge par l'ANDPC, le chèque servira de caution et vous sera restitué ultérieurement.

Cette formation étant soumise à quota, la limite d'inscription est fixée à 3 semaines avant le début du stage.

ANNULATION :

- plus de 20 jours avant la date de début de stage : remboursement du chèque – frais de dossier (10%)

- moins de 20 jours avant la date de début du stage : remboursement 50%

- le jour du stage ou le stage commencé, il n'y aura pas de remboursement.

Si le nombre de participants est insuffisant, l'E.P.K. se réserve le droit d'annuler un stage 15 jours avant sa date de début : remboursement des frais d'inscription.

Fait le :

Signature et cachet professionnel