



## Formation cervicalgies : programme détaillé

- Jour 1, matin

9h00- 10h00 : Introduction aux nouveaux concepts de la douleur, algorithme de prise en charge

10h00-10h30 : Généralités, définitions et classifications

10h30-10h45 : Pause

10h45-12h15 : Anatomie palpatoire de la région cervico-thoracique, organisation musculaire

12h15-13h15 : Pause déjeuner

- Jour 1, après-midi

13h15-14h15 : Douleurs en rotation: différenciation, mouvements accessoires, grades de mouvement

14h15-15h15 : Douleurs en flexion-extension: différenciation, mouvements accessoires, grades de mouvement

15h15-15h30 : Pause

15h30-16h30 : Douleurs en inclinaison: différenciation, mouvements accessoires, grades de mouvement

16h30-17h00 : Les recommandations diagnostiques

17h00-17h30 : Le diagnostic : l'interrogatoire

- Jour 2, matin

9h00-10h30 : Retour sur l'interrogatoire, bilan fonctionnel, diagnostic d'exclusion

10h30-10h45 : Pause

10h45- 12h15 : Recherche du marqueur principal et des marqueurs musculo-aponévrotiques et articulaires

12h15-13h15 : Pause déjeuner

- Jour 2, après-midi

13h15- 14h15 : Bilan neurologique

14h15-15h15 : Reprise bilan articulaire

15h15-15h30 : Pause

15h30-16h00 : Éducation thérapeutique

16h00-16h45 : Levées de tension musculaire

16h45-17h30 : Le conjonctif de la région cervico-thoracique

- Jour 3, matin

9h00-9h45 : Trigger point

9h45-10h15 : Retour sur les levées de tension musculaires

10h15-10h30 : Pause

10h30-11h15 : Retour sur la recherche du marqueur articulaire

11h15-12h00 : Retour sur le traitement des marqueurs articulaires

12h00-12h15 : Effets des mobilisations articulaires et perspectives de poursuite de traitement

12h15-13h15 : Pause déjeuner

- Jour 3, après-midi

13h15-14h45 : Reconditionnement à l'effort, exercices thérapeutiques, prescription d'exercices, management de la progression

14h45-15h45 : Contrôle moteur et rééducation neuro-sensori-motrice

15h45-16h30 : Prévention et cervicalgies, synthèse des tableaux cliniques, conclusion, questionnaire de fin de formation.