

## **Techniques neuro-musculaires**

### **Objectifs**

L'approche musculaire du rachis est composée d'un certain nombre de techniques qui ont toutes prouvées leur efficacité. Néanmoins pour le praticien, le choix technique est parfois difficile à réaliser. Cette formation a pour but, à partir d'un bilan-diagnostic précis, de permettre au praticien de réaliser le choix technique le plus approprié en le réintégrant dans la prise en charge globale du patient. Cette approche replace les techniques dans le déroulé Libérer, Maintenir, Entretenir® fil conducteur de la prise en charge kinésithérapique.

### **Public concerné**

- formation ouverte exclusivement aux kinésithérapeutes diplômé(e)s - une expérience professionnelle > 6 mois est souhaitable

### **J1 : Présentation de la formation et de son orientation.**

- Validation scientifique (EBM) ou consensus professionnel. 9-10h
- Le point sur la douleur en thérapie manuelle
- Rappel de physiologie neuro-musculaire appliquée aux tensions musculaires.
  
- Différenciation entre les contractures aiguës et chroniques. 10h-10H30
  
- Présentation des différentes techniques : techniques de levées de tension versus techniques d'inhibition/ Avantages et limites de chacune. 10H45 11h30
  
- Bilan différencié du tissu musculaire. 11h30- 12h30
  
- Application sur le rachis cervical. 13h30-15h00
  - o Bilan de la musculature cervicale
  - o Palpation et limites
- Techniques appliquées aux muscles cervicaux 15h15- 17h00
  - o Musculature sous occipitale
  - o Musculature intrinsèque et profonde
- Logique de traitement et choix des techniques

### **J2 – Rachis cervical et thoracique:**

- Musculature extrinsèque et superficielle 9h-9h30
- Techniques d'inhibition musculaire appliquée au rachis cervical 9h30-11h
- investigation des muscles et des points musculaires reflexes 11h15- 12h30

- Base de l'organisation musculaire du rachis thoraco-lombaire. 13h30-15h00
- Combinaison des techniques trigger et des levées de tension 15h30- 16h30
- Application aux muscles du thorax. Approche des muscles longs et courts 16h30-17h00

### **J3- Rachis thoracique et lombaire**

- Approche et traitement des muscles lombaires 9h-10h45
- Organisation chaînée des muscles du rachis et choix technique du traitement adapté 11h15 - 12h30
  
- Mise en place du traitement des muscles lombo-fessiers. 13h30-15h30
- Approche des traitements différentiels avec application pratique. 15h45-16h30
  
- Plan de traitement concernant les cervicalgies aiguës et chroniques/ Dorsalgies et lombalgies. 16h30 -17h 00
  
- .