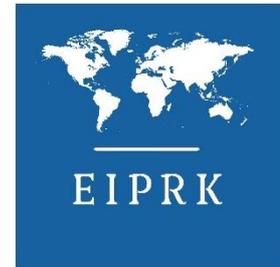


# PROGRAMME 2025

(Version du 01/12/2023)



## **DRY NEEDLING. DIAGNOSTIC ET TRAITEMENT DU SYNDROME DE DOULEUR MYOFASCIALE**

### **Introduction**

Le syndrome de douleur myofasciale est une affection extrêmement fréquente. Elle est la principale cause de douleur musculaire de la population, avec des prévalences comprises entre 45% et 100% selon les populations étudiées. Cependant, compte tenu de la nouveauté du sujet et de son évolution constante et rapide, cette problématique n'est généralement pas incluse de manière satisfaisante dans la formation des kinésithérapeutes. Notre programme vous permettra de prendre en charge une multitude de pathologies et d'apporter des réponses à des nombreuses questionnes. De cette manière, on offre au professionnel des outils uniques et innovants pour le traitement efficace d'un grand nombre de patients qui, jusqu'à présent, n'amélioreraient pas complètement.

### **Objectifs généraux**

Fournir au stagiaire les connaissances et les compétences nécessaires pour diagnostiquer les points triggers myofasciaux (points gâchette, points déclencheurs) (PTM), le syndrome de douleur myofasciale (SDM) ainsi que leur traitement au moyen de la technique de physiothérapie invasive par puncture avec aiguille sèche. Nous accorderons aussi une attention particulière à toutes les mesures d'hygiène et de sécurité nécessaires à sa bonne exécution.

### **Objectifs spécifiques (professionnels)**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ✓ Réaliser correctement le diagnostic du SDM, les PTM, apprendre la palpation de la portion tendue de fibres musculaires, la provocation de la réponse du spasme local et la localisation du "nœud" douloureux à la compression du PTM.

École Internationale de Postgrade et Recherche en Kinésithérapie (EIPRK)  
3 Lot Pré Marin - 97190 Le Gosier - Guadeloupe

Tel: 0670408110 - E-mail: [info@eiprk.com](mailto:info@eiprk.com) - Web: [www.eiprk.com](http://www.eiprk.com)

- ✓ Connaître l'importance de la douleur myofasciale, reconnaître les symptômes cliniques de la douleur et du dysfonctionnement chez les patients atteints du SDM.
- ✓ Connaître les mécanismes neurophysiologiques qui soutiennent la pratique de différentes techniques de puncture par aiguille sèche.
- ✓ Connaître les preuves scientifiques les plus récentes sur l'efficacité de la puncture par aiguille sèche.
- ✓ Connaître les règles déontologiques qui encadrent l'application de la puncture par aiguille sèche.
- ✓ Connaître les différentes techniques de la puncture par aiguille sèche, les indications, les contre-indications et les protocoles pour une application correcte.
- ✓ Intégrer adéquatement les connaissances sur le SDM et de la puncture par aiguille sèche en utilisant le raisonnement clinique.
- ✓ Connaître les exigences et les protocoles d'hygiène nécessaires pour que la puncture par aiguille sèche soit effectuée en toute sécurité dans les différents muscles du corps humain.
- ✓ Connaître les dangers de la technique de puncture par aiguille sèche et les protocoles pour éviter tout dommage lors de son utilisation.

## Catégorie et but

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation

Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail.

## Public

Le public concerné est : Kinésithérapeutes

## Pré-requis

Les conditions d'accès sont :

- Pré-requis : Diplôme d'Etat en Kinésithérapie
- Niveau exigé : Aucun

## Durée

Cette formation se déroulera en 60 heures sur 8 jours (2 séminaires de 4 jours).

Horaires : 8h00 -17h00

Dates : Suivant calendrier de formation

## Tarif

Cette formation est dispensée pour un coût de 1550 euros net. Organisme de formation exonérée de la TVA.

## Modalités et délais d'accès

L'inscription est réputée acquise lorsque le paiement de l'acompte du 30% est reçu.

Les délais d'accès à l'action sont : Suivant calendrier de formation.

## Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

### Méthodes et outils pédagogiques

*La formation aura un contenu théorique d'environ 20 % et un contenu pratique de 80 %. Toute la formation est en présentiel. La partie théorique sera exposé au debut de la formation et la partie pratique se déroulera de façon explication-démonstration-pratique.*

**Outils et supports pédagogiques :** L'enseignant s'appuiera sur un diaporama diffusé sur rétroprojecteur avec du texte, des images et des vidéos. Les stagiaires disposeront d'un matériel imprimé avec tous les diaporamas en miniature et de l'espace pour les annotations. Les cas cliniques types seront examinés au cours de l'explication théorique correspondant à chaque muscle exposé dans le programme de la formation.

Les mesures prises selon les éventuels handicaps sont : Organisationnelle : Aménagement du rythme et des pauses, luminosité de la salle adaptée, bonne accessibilité (aux lieux et aux supports), choix de méthodes adaptées. Humaine : Formateur sensibilisé, référent nommé pour les stagiaires en situation de handicap, traducteur LSF si besoin. Technique : Sièges ergonomiques, logiciel de sous-titrage. Formation : Rattrapage en cas d'absence, parcours individualisés, aménagement des évaluations des acquis (garantir l'égalité des chances)

### Éléments matériels de la formation

**Supports techniques :** Explication des techniques par le formateur et réalisation des mêmes sous surveillance du formateur

**Salle de formation :** Une salle de formation sera mise à disposition pour le déroulement de la formation adapte au nombre et aux besoins des stagiaires et du formateur.

**Équipements divers mis à disposition :** Un PC avec connexion Internet sera mis à disposition de l'enseignant. Ainsi que du matériel d'hygiène tel que de l'alcool et désinfectant, gel hydroalcoolique, tables de pratique et matériel spécifique à la formation.

**Documentation :** L'enseignant s'appuiera sur un diaporama diffusé sur rétroprojecteur avec du texte, des images et des vidéos. Les élèves disposeront d'un matériel imprimé avec toutes les diapositives en miniature et de l'espace pour les annotations.

## Compétences du formateur

La formation sera assurée par Monsieur MIOTA IBARRA, José : Diplômé en kinésithérapie de l'Université de Castille-La Manche. Docteur de l'Université de Castille-La Manche, mention internationale (Département d'Infirmières et de Physiothérapie, 2012). Spécialiste en physiothérapie conservatrice et invasive du syndrome de la douleur myofasciale et de la fibromyalgie (Toledo, 2009). Licence en sciences de l'activité physique et du sport de l'Université de Castille-La Manche (2002). Professeur à l'Université de Castille-La Manche (2007-2012). Pratique clinique dans le domaine de la physiothérapie neuromusculo-squelettique dans des hôpitaux publics en France et dans des centres privés en Espagne et en France. Depuis 2014, il travaille pour le groupe international de triathlètes de Joel Filliol, dont le Champion du Monde 2016 et 2017, Mario Mola.

## Contenu

### Séminaire I.

**1<sup>er</sup> jour** : 08h00 -17h00 : **Introduction** : points triggers myofasciaux et syndrome myofascial douloureux.

08h00 -12h00 :

- Présentation. Distribution de documentation de la formation.
- Le syndrome myofascial douloureux.
- Points triggers myofasciaux : généralités, historique, pathophysiologie, caractéristiques cliniques, étiologies, traitements.

13h00-17h00 :

- Critères diagnostiques.
- Thérapie manuelle des points trigger : Palpation en pince et à plat. Identification la portion tendue de fibres musculaires, de la RSML et la localisation du "nœud" douloureux à la compression du PTM.

**2<sup>ème</sup> jour** : 08h00-17h00 :

08h00-12h00 :

- Principes de la technique invasive. Classification, actions, indications, contre-indications.
- Études scientifiques récentes.
- Dangers, complications et hygiène.

13h00-17h00 :

- Puncture sèche superficielle. Technique du Baldry sur différent régions du corps.

- Muscle infra-épineux. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- La technique de pistonnage de Hong.

### 3<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00 :

08h00-12h00 :

- Muscle trapèze supérieur. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche en pince avec pistonnage ou rotation de l'aiguille.
- Muscles droit fémoral, vaste latéral, vaste médial et vaste intermédiaire. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche et électropuncture.

13h00-17h00 :

- Muscles biceps fémoral, semi-tendineux et semi-membraneux. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles fessiers et tenseur du fascia lata. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

### 4<sup>ème</sup> jour : 08h00-15h00 :

08h00-12h00 :

- Muscles sartorius, long et court adducteur et pectiné. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles grand adducteur et gracile. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-15h00 :

- Muscles piriforme, jumeau supérieur, obturateur interne, jumeau inférieur, obturateur externe et carré fémoral. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Révision des points clés concernant la sécurité, l'hygiène et les bonnes pratiques.
- QCM et validation des compétences.
- Bilan de la formation.

## Séminaire 2.

**1<sup>er</sup> jour : 08h00-17h00 :**

08h00-12h00 :

- Muscles gastrocnémiens et soléaire. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscles poplité, tibial postérieur, long fléchisseur des orteils et long fléchisseur du gros orteil Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles long, court et troisième fibulaires, tibial antérieur, long extenseur des orteils et long extenseur du gros orteil. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscles carré plantaire, abducteur du gros orteil, adducteur du gros orteil, court fléchisseur du gros orteil, court extenseur du gros orteil, court extenseur des orteils, abducteur du petit orteil et interosseux du pied. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.

**2<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00**

08h00-12h00 :

- Muscles deltoïde, supra-épineux et coraco-brachial. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscle grand pectoral : chef sterno-costal et chef abdominal. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles grand dorsal, et grand rond et petit rond. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscle brachial et biceps brachial. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.

**3<sup>ème</sup> jour : 08h00-17h00**

08h00-12h00 :

- Muscles triceps brachial et anconé. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par aiguille sèche.
- Muscles extenseur ulnaire du carpe, long extenseur radial du carpe, court extenseur radial du carpe, extenseur des doigts, brachio-radial et supinateur. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de poncture par

aiguille sèche. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

13h00-17h00 :

- Muscles fléchisseur radial du carpe, fléchisseur ulnaire du carpe, long palmaire, fléchisseurs long et court des doigts, long fléchisseur du pouce, rond pronateur, Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles de la main : adducteur du pouce, opposant du pouce, court fléchisseur du pouce, muscles interosseux dorsales et palmaires,
- Muscle sterno-cléido-mastoïdien. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.

**4<sup>ème</sup> jour : 08h00-15h00**

- Muscles masséter, temporal, ptérygoïdiens latéral et médial et digastrique. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Muscles scalènes. Revue anatomique, dangers, considérations spécifiques au traitement de puncture par aiguille sèche.
- Révision des points clés concernant la sécurité, l'hygiène et les bonnes pratiques.
- QCM et validation des compétences.
- Bilan de la formation.

## Suivi et évaluation

### Exécution de l'action

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- Feuilles de présence émargées par les stagiaires et le formateur

### Modalités d'évaluation des résultats (ou d'acquisition des compétences)

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs sont :

*Évaluation théorique : À la fin de la partie théorique, ils effectueront un questionnaire QCM sur le contenu appris dans le cours. Les stagiaires doivent obtenir une note de 10/20 pour pouvoir recevoir le certificat de fin de cours. Un stagiaire qui ne réussit pas l'examen devra le récupérer ultérieurement via la plateforme Moodle pour obtenir le certificat de formation, qui ne lui sera délivré qu'une fois qu'il aura réussi.*

*Évaluation des sessions pratiques : Dans le cadre des sessions pratiques, l'enseignant procédera à une évaluation continue, car il conseillera chaque couple de stagiaires et supervisera leur exécution de la technique sur place par milieu de la grille de compétences.*

- Mise en situation
- Débat/questions-réponses
- Évaluation des acquis en fin de session
- Questions écrites (QCM)