

Programme techniques neuromusculaires appliquées au rachis

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, Entretienir®** fil conducteur de la prise en charge kinésithérapique : Ces trois termes représentent les grands objectifs de chacune des phases de traitement. *Libérer* : gain d'amplitude et la diminution des tensions, *maintenir* : le travail musculaire, *entretienir* : la prévention accompagnée de l'éducation thérapeutique

Jour 1 : Présentation de la formation et de son orientation

08h45 - Accueil des participants

09H00 - QCM de « pré formation » d'évaluation des connaissances, des besoins et attentes des participants

9H30 à 12h30 :

- Validation scientifique (Evidence Based Medicine) ou consensus professionnel.
- Rappel de physiologie neuro-musculaire appliquée aux tensions musculaires.
- Différenciation entre les contractures aiguës et chroniques.
- Présentation des différentes techniques : techniques de levées de tension versus techniques d'inhibition/ Avantages et limites de chacune.

12H30 à 14h00 : Pause

14H00 à 17h30 :

- Bilan différencié du tissu musculaire.
- Mise en place des techniques et validation de leur action.
- Base de l'organisation musculaire du rachis thoraco-lombaire.

Jour 2 : Application pratique sur le rachis

09H00 à 9H30 :

- Retour sur les éléments de la veille

9H30-12h30 :

Rachis cervical et Rachis thoracique :

- investigation des muscles et des points musculaires reflexes.
- Application aux muscles longs et courts du thorax et du rachis cervical.

12h30-14h00 : pause

14H00 à 17h30 :

- Poursuite de l'application aux muscles longs et courts du thorax et du rachis cervical.
- Organisation chaînée des muscles du rachis et choix technique du traitement adapté

Jour 3 Rachis lombo sacré

09H00 à 9H30 :

- Retour sur les éléments de la veille.

9H30-11h00 :

- Mise en place du traitement des muscles lombo-fessiers.
- Approche des traitements différentiels avec application pratique.
- Plan de traitement concernant les cervicalgies aiguës et chroniques

11h-11h30 : pause

11h30 à 16h30

- Plan de traitement concernant les Dorsalgies et lombalgies aiguës et chroniques.
- Logique de traitement et choix des techniques

Bibliographie

Franke, H and Fryer, Gary and Ostelo, RWJG and Kamper, SJ (2016) Muscle energy technique for non-specific low-back pain. A Cochrane systematic review. International Journal of Osteopathic Medicine, 20 (June 2016). 41 - 52. ISSN 1746-0689

Franke, H and Fryer, Gary and Ostelo, RWJG and Kamper, SJ (2015) Muscle energy technique for non-specific low-back pain. Cochrane Database of Systematic Reviews (2). ISSN 1469- 493X Le point sur les levées de tension musculo-aponévrotiques. G.Barette, F.Barillec, R.A.Da Silva. Revue électronique de Kiné à Kiné 2015

Traiter les tensions musculaires en thérapie manuelle. Barette.G, Barillec. F KS n° 540. Février 2013

Bilan de la cervicalgie en thérapie manuelle. Loubière. M, Barillec. F, Barette. G. KS n° 540. Février 2013 Normaliser le rachis cervical sans manipulation cervicale. Barillec. F, Barette. G. KS n° 540. Février 2013

E Hebgen. Points Gâchettes myofasciaux. Maloine 2013

Place des techniques de Strain-Counterstrain dans l'arsenal thérapeutique du thérapeute manuel en pratique quotidienne. Barette G, Dufour X, Cerioli A. EMC (Elsevier Masson SAS, Paris), Kinésithérapie-Médecine physique-Réadaptation. 26-065-A-10.

2012 Fryer, Gary (2011) Is a postural-structural-biomechanical model, within manual therapies, viable? Invited response. Journal of Bodywork and Movement Therapies, 15 (2). pp. 138-140. ISSN 1360-8592 Item not available from this repository.

David G Simons Academy TM. Thérapie manuelle des points triggers. Les 30 muscles les plus fréquents. 2011

Fryer, Gary (2011) Muscle energy technique: an evidence-informed approach. International Journal of Osteopathic Medicine, 14 (1). pp. 3-9. ISSN 1746-0689

Fryer, Gary and Fossum, Christian (2010) Muscle Energy techniques. In: Tension-type and cervicogenic headache: pathophysiology, diagnosis, and management. Fernández-de-las- Peñas, César and Arendt-Nielsen, Lars and Gerwin, Robert D, eds. Jones and Bartlett's contemporary issues in physical therapy and rehabilitation medicine series . Jones and Bartlett Publishers, Sudbury, Mass., USA, pp. 309-326.

Fryer, Gary and Bird, Michael and Johnson, Jane C and Robbins, Barry and Fossum,

Christian (2010) *Resting electromyographic activity of deep thoracic transversospinalis*

muscles identified as abnormal with palpation. Journal of the American Osteopathic

Association, 110 (2). pp. 61-68. ISSN 0098-6151 Item not available from this repository.

Fryer, Gary and Fossum, Christian (2010) Therapeutic mechanisms underlying muscle energy approaches. In: Tension-type and

cervicogenic headache : pathophysiology, diagnosis, and management. Fernández-de-las-Peñas, César and Arendt-Nielsen, Lars and Gerwin, Robert D, eds. Jones and Bartlett's contemporary issues in physical therapy and rehabilitation medicine series . Jones and Bartlett Publishers, Sudbury, Mass., USA, pp. 221-229.

Paulet, Tania and Fryer, Gary (2009) Inter-examiner reliability of palpation for tissue texture abnormality in the thoracic paraspinal region. *International Journal of Osteopathic Medicine*, 12 (3). pp. 92-96. ISSN 1746-0689 Item not available from this repository.

Fryer, Gary (2009) Research-informed muscle energy concepts and practice. In: *Muscle Energy Technique: History - Model - Research*. Franke, Helge, ed. Jolandos Publishers, Ammersestr, Germany, pp. 57-62. Item not available from this repository.

Smith, Madeleine and Fryer, Gary (2008) A Comparison of Two Muscle Energy Techniques for Increasing Flexibility of the Hamstring Muscle Group. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 12 (4). pp. 312-317. ISSN 1360-8592 Item not available from this repository.

Philipp Richter, Eric Hebgen, Christophe Prudhomme. *Points gâchettes et chaînes fonctionnelles musculaires en ostéopathie et en thérapie manuelle*. 2008

Fryer, Gary and Morris, Tony and Gibbons, Peter (2005) The relationship between palpation of thoracic tissues and deep paraspinal muscle thickness. *International Journal of Osteopathic Medicine*, 8 (1). pp. 22-28. ISSN 1746-0689 Item not available from this repository

Positional Release Techniques – Leon Chaitow Churchill Livingstone, 2002
Clinical Application of Couterstrain- Harmon L.Myers Tucson
Ostéopathic Medical Fundation Relâchement myofascial spontané et tender points – JJ Debroux. Frison-Roche, 1998
Positional Release Therapy – KJ D’Ambrogio & GB Roth Mosby, 1997
Jones Strain-couterstrain – Lawrence H. Jones Jones Strain-Counterstrain, Inc, 1995

Travell J.G, Simons D.G. Douleurs et troubles fonctionnels
myofasciaux . Traité des points- détente musculaires Tome 1 & 2
Bruxelles : Haug International,1993