



## PROGRAMME DETAILLE

### TRAITEMENT DES TRIGGERS POINTS PAR DRY NEEDLING (POINTS GACHETTES PAR PONCTURE SECHE)

**7 jours**  
**50 Heures**

Ce programme fait suite aux recommandations et est uniquement orienté pour la formation des points gâchettes traités par dry Needling.

Il ne prend pas en compte les 14 heures de formation en Trigger manuel nécessaires pour accéder à cette formation.

La formation comporte 50 heures réparties sur 3 séminaires :

Séminaire 1- module initial : 3 jours soit 21 heures

Séminaire 2- quadrant supérieur et tronc : 2 jours soit 15 heures

Séminaire 3- quadrant inférieur: 2 jours soit 14 heures

Les séminaires 2 et 3 peuvent être réalisés sans prévalence, avec un délai de 3 mois entre chaque formation pour permettre le réinvestissement de la formation.

Entre les séminaires, il sera demandé au professionnel de réaliser 20 cas peu détaillés qui pourront être présentés en début de séminaire et permettre un retour sur les pratiques.

A l'issue de cette formation, un examen de certification sera réalisé de façon indépendante des organismes de formation pour une validation pleine et entière de la capacité à pratiquer le traitement des points gâchettes par Dry Needling.

L'examen de compétence devra être réalisé dans un délai maximum de 4 ans après le début de la formation.

A l'issue de chaque séminaire, le formateur délivrera une attestation partielle d'exercice pour cette pratique sur les muscles traités en cours sous réserve de validation des attendus idoines.

- Validation d'un QCM
- Moins d'une demi-journée d'absence

Lors de la pratique, pour chaque groupe musculaire, l'anatomie de la zone sera reprise, avec les dangers.

La méthodologie de traitement sera expliquée en pratique avant d'être réalisée par l'apprenant.

<b>PROGRAMME DETAILLE</b> <b>Module initial</b>
--

Formateur :

Une session de 3 jours

Permettant ainsi d'optimiser les acquisitions basées sur les recommandations

**Objectifs :**

Le stagiaire sera capable:

- De connaître les règles d'hygiène et de bonnes pratiques
- D'identifier et d'évaluer les déficiences du patient par l'intermédiaire du bilan diagnostic kinésithérapique,
- De déterminer une démarche thérapeutique et d'adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points gâchettes.
- De connaître les dangers et les actions appropriées face aux événements indésirables
- De transmettre

**Jour 1 :**

9 h00-12h00 : Présentation théorique

Reprise des notions déjà connues avec la formation manuelle

Indications et contre-indications

Hygiène/ sécurité/ conduite à tenir devant un événement indésirable

Cadre réglementaire

13h00-17h00 : Pratique

## **Jour 2 :**

9h00-12h00 : Pratique

13h00-17h00 : Pratique

## **Jour 3 :**

9h00-12h00 : Pratique

13h00-16h00 : Pratique

16h00-17h00 : Bilan de la formation

Explication des attendus sur le portfolio pour la session 2

QCM

Validation des compétences

On retrouve 5 heures de théorie pour 17 heures de pratique

Le QCM serait élaboré par un organisme indépendant des organismes de formation pour garantir une unicité de la formation.

Proposition de 20 questions portant sur la sécurité, l'hygiène, les bonnes pratiques, le cadre réglementaire, l'anatomie et la pratique de cette technique.

### **Proposition des muscles à traiter dans cette partie :**

- |                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| 1. Infra épineux                | 17. SCOM             |
| 2. Subscapulaire                | 18. Abducteur pouce  |
| 3. Grand pectoral               | 19. Masséter         |
| 4. Deltoïde                     | 20. Temporal         |
| 5. Grand rond                   | 21. Moyen fessier    |
| 6. Elévateur scapula            | 22. Petit fessier    |
| 7. Trapèze sup                  | 23. Psoas            |
| 8. Trapèze moyen                | 24. Vaste médial     |
| 9. Trapèze inférieur            | 25. Vaste latéral    |
| 10. Triceps                     | 26. Droit fémoral    |
| 11. Anconé                      | 27. Gastrocnémiens   |
| 12. LERC                        | 28. Soléaire         |
| 13. CERC                        | 29. Tibial antérieur |
| 14. Brachio-radial              | 30. TFL              |
| 15. Extenseur commun des doigts |                      |
| 16. Grand dorsal                |                      |

<p style="text-align: center;"><b>Module spécifique</b> <b>Quadrant supérieur et tronc</b></p>
--

Formateur :

Une session de 2 jours

Permettant de compléter les acquisitions basées sur les recommandations

**Objectifs :**

Le stagiaire sera capable:

- D'approfondir les règles d'hygiène et de bonnes pratiques
- De faire un partage et un retour d'expérience sur le séminaire précédent
- D'identifier et d'évaluer les déficiences du patient par l'intermédiaire du bilan diagnostic kinésithérapique sur le quadrant supérieur et tronc
- De déterminer une démarche thérapeutique et d'adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points gâchettes.
- De connaître les dangers et les actions appropriées face aux événements indésirables
- De transmettre

**Jour 1 :**

9h00-11h00 : Présentation de certains cas clinique des portfolios, de problèmes et des précisions à apporter

11h-12h00 : Pratique

13h00-17h00 : Pratique

**Jours 2 :**

9h00-12h00 : Pratique

13h00-17h00 : Pratique

16h00-17h00 : Bilan de la formation

Explication des attendus sur le portfolio pour la session 3 ou de l'examen

QCM  
Validation des compétences

Le QCM serait élaboré par l'organisme indépendant des organismes de formation pour garantir une unicité de la formation  
Proposition de 20 questions portant sur la sécurité, l'hygiène, les bonnes pratiques, le cadre réglementaire, l'anatomie et la pratique de cette technique dans la région concernée.

**Proposition des muscles à traiter dans cette partie :**

1. Supra épineux
2. Dentelé antérieur
3. Petit pectoral
4. Coraco-brachial
5. Brachial
6. Biceps
7. Extenseur ulnaire du carpe
8. Supinateur
9. Rond pronateur
10. FRC
11. Long palmaire
12. Long abducteur du pouce
13. Court abducteur du pouce
14. Interosseux palmaire
15. Splénus du cou
16. Semi-épineux du cou
17. Multifides et rotateur cervico-thoracique
18. Occipito-frontal
19. Petit rond
20. Rhomboïde
21. Scalènes
22. Longissimus
23. Mutifidus
24. Carré lombes

<b>Module spécifique Quadrant inférieur</b>
---

Formateur :

Une session de 2 jours

Permettant de compléter les acquisitions basées sur les recommandations

**Objectifs :**

Le stagiaire sera capable:

- D'approfondir les règles d'hygiène et de bonnes pratiques
- De faire un partage et un retour d'expérience sur le séminaire précédent
- D'identifier et d'évaluer les déficiences du patient par l'intermédiaire du bilan diagnostique kinésithérapique sur le quadrant supérieur et tronc
- De déterminer une démarche thérapeutique et adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points gâchettes.
- De connaître les dangers et les actions appropriées face aux événements indésirables.
- De transmettre.

**Jour 1 :**

9h00-11h00 : Présentation de certains cas clinique des portfolios, de problèmes et des précisions à apporter

11h-12h00 : Pratique

13h00-17h00 : Pratique

**Jour 2 :**

9h00-12h00 : Pratique

13h00-17h00 : Pratique

16h00-17h00 : Bilan de la formation

Explication des attendus sur le portfolio pour la session 3 ou l'examen QCM

Validation des compétences

Le QCM serait élaboré par l'organisme indépendant des organismes de formation pour garantir une unicité de la formation

Proposition de 20 questions portant sur la sécurité, l'hygiène, les bonnes pratiques, le cadre réglementaire, l'anatomie et la pratique de cette technique dans la région concernée.

**Proposition des muscles à traiter dans cette partie :**

1. Pectiné
2. Tibial postérieur
3. Grand fessier
4. Piriforme
5. Sartorius
6. Long adducteur
7. Court adducteur
8. Grand adducteur
9. Biceps fémoral
10. Semi tendineux
11. Semi membraneux
12. Poplité
13. Long fléchisseur de l'hallux
14. Long fibulaire
15. Court fibulaire
16. Troisième fibulaire
17. Carré plantaire
18. Abducteur de l'hallux
19. Interosseux du pied
20. Court extenseur des orteils

## Bibliographie

- Muscolino j. Manuel de palpation osseuse et musculaire Points gâchettes, zones de projection et étirements Elsevier 2010
- Simons DG, Travell JG, Simons LS, Travell JG. Travell & Simons'. myofascial pain and dysfunction the trigger point manual. 2th ed. Baltimore: Williams & Wilkins; 1999
- Robert D. Gerwin. Classification, Epidemiology, and Natural History of Myofascial Pain Syndrome.. Current Pain and Headache Reports 2001, 5:412-420.
- Carel Bron & Jan D. Etiology of Myofascial Trigger Points. Dommerholt. Curr Pain Headache Rep (2012) 16:439-444
- Peter Baldry Management of myofascial trigger point pain. Acupunct Med 2002 20: 2-10
- Leesa K. Huguenin Myofascial trigger points: the current evidence. Physical Therapy in Sport 5 (2004) 2-12.
- Eduardo Vázquez Delgado , Jordi Cascos Romero , Cosme Gay Escoda. Myofascial pain syndrome associated with trigger points: A literature review. : Epidemiology, clinical treatment and etiopathogeny. Med Oral Patol Oral Cir Bucal. 2009 Oct 1;14 (10):e494-8.
- David G. Simons. New Views of Myofascial Trigger Points: Etiology and Diagnosis. Arch Phys Med Rehabil Vol 89, January 2008
- John L. Quintner, Geoffrey M. Bove and Milton L. Cohen. A critical evaluation of the trigger point phenomenon Published by Oxford University Press on behalf of the British Society for Rheumatology. 2014
- Richter p., Hebgen E. points gâchettes et chaines musculaire en ostéopathie et en thérapie manuelle.
- Niel-Asher S. the concise book of trigger points, second edition. Lotus publishing 2008