



# Utilisation du Taping pour moduler la douleur

MAJ le 01/01/2026

## Formation e-learning Programme

La pose de contention souple, de type Taping, nécessite une démarche réflexive, « patient-centrée ». Dans cette formation, une large place sera accordée aux neurosciences de la douleur afin d'adapter la technique de pose en corrélation avec le projet thérapeutique et en fonction des mécanismes neurophysiologiques impliqués.

Le programme de formation en ligne intitulé « Utilisation du taping pour moduler la douleur » a été conçu pour toutes les personnes désireuses de s'initier ou d'approfondir leurs connaissances sur l'utilisation du taping dermo neuro musculaire comme outil efficace dans la prise en charge de la douleur musculo-squelettique.

Au cours de ce programme, nous explorerons les bases neurophysiologiques du taping, ses techniques d'application, et comment déterminer le montage de taping en fonction des mécanismes neurophysiologiques impliqués dans la douleur.

### Objectifs pédagogiques

1. Acquérir les bases neurophysiologiques du taping
2. Maîtriser les caractéristiques des bandes de taping
3. Maîtriser les caractéristiques théoriques des différentes techniques de taping dermo neuro musculaire

### Public cible

Professionnels de santé souhaitant structurer leur raisonnement autour du taping

### Prérequis :

Afin de vous assurer une expérience d'apprentissage fluide et efficace, veuillez vous assurer de répondre aux exigences techniques suivantes avant de commencer le cours :

- Navigation internet basique : vous devez être à l'aise avec la navigation sur internet, y compris savoir utiliser les onglets et les menus des navigateurs web.
- Connexion Internet : une connexion Internet stable pour le streaming vidéo sans interruption.
- Matériel informatique : un ordinateur, un téléphone ou une tablette capable de lire des vidéos en haute définition.
- Logiciel : Adobe Reader ou Google Chrome pour accéder aux documents PDF fournis durant le cours.

**Accès aux vidéos :**

- Notre plateforme utilise des vidéos hébergées sur Digiforma. Assurez-vous que les paramètres de votre navigateur autorisent le contenu multimédia.

En répondant à ces prérequis, vous maximiserez votre capacité à suivre le cours sans problème technique et à profiter pleinement des matériaux pédagogiques proposés.

**En cas de difficultés, veuillez contacter les personnes suivantes :**

**Assistance technique :**

Hamza AMMAR

contact@accesformation.fr

0651818450

**Assistance pédagogique :**

Geoffrey DELAS

geoffrey.delas@accesformation.fr

0678971600

**Durée et modalités de la formation**

La durée totale de l'e-learning est de 4 heures de cours asynchrone en distanciel

Décomposé ainsi :

- Vidéos : 3 heures, 01 minutes et 17 secondes.
- Lecture d'article : 1,5 heure

Les supports pédagogiques sont nombreux et variés : vidéos pédagogiques, texte, infographies, vidéos démonstratives des gestes techniques et des photos.

[Accessibilité : situation de handicap \(consultez notre politique d'accessibilité\)](#)

## **Accès et rythme**

Vous disposez d'un accès aux contenus pendant 4 mois à compter de la date d'inscription.

La plateforme est accessible 7 j/7 et 24 h/24 via votre Espace apprenant.

Période d'action et d'accompagnement

L'action de formation se déroule sur 16 semaines à compter de la date d'inscription et inclut :

- une assistance technique (du lundi au vendredi, 9 h – 18 h, délai de réponse sous 72 h ouvrées)
- un accompagnement pédagogique (retours sous 72 h ouvrées).

Si vous rejoignez une session déjà ouverte, la période d'action est ajustée afin que vous bénéficiiez de 16 semaines pleines. Vous pouvez donc progresser à votre rythme tout au long de votre session.

Pendant toute la durée de 4 mois, nous assurons l'assistance technique et l'accompagnement pédagogique aux délais indiqués ci-dessus.

## **PROFIL DU FORMATEUR**

**Geoffrey Delas**, kinésithérapeute - Ostéopathe , voir CV

## **CONTENU DU E LEARNING**

### **Introduction**

Présentation du programme

Questionnaires de présentation et autoévaluation des compétences

Tutoriels pour accéder aux supports pédagogiques et techniques

Chapitre 1 : Apport théorique autour du taping

1.1 Matériel, concept et démystification (6'44)

- 1.2 Effets physiologiques supposés (6'32)
- 1.3 Preuves d'efficacité sur la douleur (6'31)
- 1.4 Apport du tape dans la perturbation musculaire (2'18)
- 1.5 La méthode (9'48)
- 1.6 Précautions, contre-indications, principes (7'53)
- 1.7 Le matériel nécessaire pour pratiquer (1'41)

## **Chapitre 2 : La pratique en vidéo**

### **2.1 Applications musculaires**

- Méthodologie de l'application musculaire (3'34)
- Rappel de tension : exemple sur le muscle soléaire (3'27)
- Application tibial antérieur (3'10)
- Application abducteur de l'hallux (3'22)
- Applications vaste latéral et vaste médial (5'00)
- Application infra-épineux (2'42)
- Application petit pectoral (1'55)
- Application rhomboïde (1'50)

### **2.2 Applications EDF (douleurs de nerfs)**

- La technique EDF (1'52)
- La découpe en web cut EDF (2'06)
- Méthodologie d'application du web cut EDF (2'17)
- Application piriforme, moyen glutéal et EDF (9'22)

### **2.3 Applications circulatoires**

- Description et méthodologie de la pose (8'41)

### **2.4 Applications antalgiques (0'35)**

- Space web cut (3'04)
- Space en étoile (3'30)
- Space Donut Hole (1'22)

### **2.5 Applications fascia**

- Description (2'14)
- Long and short (3'27)

- Méthodologie d'application (1'30)

## **2.6 Applications mécaniques (1'47)**

- Application sur la rotule (10'28)
- Application sur la voute plantaire (3'13)
- Application sur l'épaule (2'12)

## **2.7 Applications fonctionnelles (0'43)**

- Application sur la cheville (4'16)

## **2.8 Applications ligamentaire et tendineuse (0'21)**

- Application ligamentaire (2'36)
- Application tendineuse (4'55)

## **Chapitre 3 : Les applications recettes**

- 3.1 Douleur patellaire (3'35)
- 3.2 Tendinite de la patte d'oie (3'34)
- 3.3 Tendinite du TFL (4'14)
- 3.4 Aponévrosite plantaire (6'26)
- 3.5 Maladie de Morton (5'43)
- 3.6 Névralgie cervico-brachiale (1'37)
- 3.7 Cervicalgie (1'43)
- 3.8 Épaule douloureuse (4'16)
- 3.9 Épicondylalgie latérale du coude (3'21)

## **Chapitre 4 : Les scripts de modulations antalgiques**

Comment déterminer le choix de la technique ?

## **Conclusion :**

Questionnaire de satisfaction et quiz des connaissances

## Moyens et Méthodes Pédagogiques

La formation s'appuie sur une **méthodologie affirmative** (expositive) adaptée au format numérique, favorisant une transmission structurée des savoirs.

- **Dispositif d'apprentissage** : Cours magistral asynchrone en distanciel (durée : 4 heures) s'appuyant sur des diaporamas commentés et des supports vidéo.
- **Outils d'auto-évaluation** : Questionnaires en ligne (amont/aval) pour mesurer l'évolution des compétences et le positionnement des stagiaires.
- **Démarche qualité** : Recueil du feedback des apprenants pour identifier les axes d'amélioration continue.

## Moyens Techniques

Pour garantir un apprentissage fluide et accessible, les ressources suivantes sont mobilisées :

- **Espace numérique** : Plateforme de visionnage dédiée à la consultation des modules vidéo.
- **Documentation** : Mise à disposition de ressources complémentaires en ligne (articles scientifiques, supports de cours).
- **Support utilisateur** : Assistance technique accessible 7j/7, avec une garantie de réponse sous 48 heures.

## Modalités d'Évaluation

Le processus d'évaluation est structuré en plusieurs étapes clés afin de mesurer précisément la progression de l'apprenant et l'efficacité de la formation :

- **Évaluation initiale et positionnement** : Dès l'ouverture de la session, l'apprenant complète un questionnaire de pré-formation. Ce test permet d'établir un état des lieux de ses connaissances et de réaliser une auto-évaluation au regard des objectifs du programme.
- **Validation des acquis (Quiz final)** : En fin de parcours, un questionnaire de connaissances (quizz) permet de valider la maîtrise des concepts abordés et l'acquisition des compétences cibles.
- **Mesure de la satisfaction et auto-évaluation finale** : Un questionnaire de satisfaction dit « à chaud » est soumis à l'apprenant au terme de la formation. Celui-ci sert à recueillir son appréciation sur l'organisation et le contenu, tout en lui permettant de mesurer sa progression finale sur chacun des objectifs pédagogiques.
- **Sanction de la formation** : Le parcours se clôture par la délivrance d'une attestation de fin de formation, certifiant les acquis obtenus en fonction des objectifs initiaux du programme.