



# Modulation symptomatique du rachis

Réduire la douleur en phase aiguë et sub-aiguë.

MAJ le 29.12.2025

## PROGRAMME

### CONTEXTE DE L'ACTION

Douleur thoracique aiguë, torticolis, lumbago...

Ces motifs de consultation sont fréquents mais placent souvent le praticien face à une zone d'incertitude clinique : quand intervenir, comment agir sans s'éloigner d'une prise en charge sécurisée, et comment répondre à la demande urgente de soulagement du patient alors que les recommandations restent parfois peu directives ?

Cette formation s'inscrit précisément dans cette zone grise de la pratique clinique. Elle a pour objectif de fournir des stratégies patient-centrées, raisonnées et immédiatement applicables pour la prise en charge des douleurs rachidiennes aiguës et subaiguës, afin de limiter le risque de chronicisation.

Le programme s'articule autour de trois axes majeurs :

- screening des drapeaux rouges,
- réassurance et éducation du patient,
- management de l'antalgie, intégré à une approche active structurée.

La formation aborde l'ensemble des approches actives et passives permettant de moduler le symptôme en phase aiguë et subaiguë, et leur intégration cohérente dans le raisonnement clinique. Une attention particulière est portée au repérage des patients cervicaux et lombaires potentiellement instables, fréquemment sujets aux épisodes aigus récidivants.

Formation présentielle à dominante pratique (60 % du temps pédagogique), elle repose sur des mises en situation, démonstrations et temps de correction, garantissant une appropriation concrète et une application immédiate en cabinet.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

1. Connaître l'épidémiologie des douleurs aiguës du rachis.
2. Comprendre une douleur aiguë d'un point de vue du modèle biopsychosocial.
3. Comprendre la neurophysiologie de la douleur rachidienne aiguë.
4. Être capable d'intégrer la notion de pronostic (risque de récurrence, de chronicité) à la prise en charge en aiguë.
5. Savoir réaliser un bilan kinésithérapique permettant d'éliminer la présence de drapeaux rouges.
6. Maîtriser des techniques de traitement variées (techniques articulaires, musculaires, de modulation de la douleur, intégration des techniques actives précoces)
7. Être capable de proposer une méthode de communication pertinente qui prend en compte la gestion de la douleur, la réassurance et la potentialisation des effets contextuels.
8. Prévenir les récurrences

## LISTE DES PUBLICS CIBLES

Kinésithérapeute

## PRÉ-REQUIS

Il n'y a pas d'autre prérequis pour s'inscrire à cette formation que d'être professionnel dans l'une des professions ciblées

## DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

*Durée d'un séminaire : 2 jours (14 heures)*

*Effectif max : 20 pers*

## PROFIL DU(DES) FORMATEUR(S)

***Fabrice Barillec, masseur-kinésithérapeute, ostéopathe***

## Programme du séminaire

- Jour 1

## Épidémiologie

Modèle biopsychosocial et douleur aiguë : une dominance nociceptive à pondérer

Evidence based practice : les attentes du patient au cœur de la stratégie thérapeutique

Neurophysiologie de la douleur et réaction inflammatoire

## Physiopathologie

- Source nociceptive discogénique
- Source nociceptive zygapophysaire
- La côte comme source nociceptive
- Cas de l'articulation sacro-iliaque
- Autres sources : musculaires, posturales, instabilité

Facteurs de risque et pronostic

## Douleur thoracique aiguë

- Patterns cliniques
- Recommandations
- Interrogatoire
- Drapeaux rouges
- Examen clinique
- Communication : gestion de crise, réassurance et potentialisation des effets contextuels
- Techniques articulaires de bas grade
- Techniques articulaires de haut grade
- Techniques de muscle energy 2.0
- Autres techniques de modulation de la douleur
- Approche active

- L'actif comme modulateur symptomatique
- Intégration de l'actif dans la fenêtre de modulation symptomatique hands on
- L'actif comme outil de prévention

- Jour 2

#### Douleur cervicale aigüe

- Patterns cliniques
- Recommandations
- Interrogatoire
- Drapeaux rouges
- Examen clinique
- Communication : gestion de crise, réassurance et potentialisation des effets contextuels
- Techniques articulaires de bas grade
- Techniques articulaires de haut grade
- Techniques de muscle energy 2.0
- Autres techniques de modulation de la douleur
- Approche active
  - L'actif comme modulateur symptomatique
  - Intégration de l'actif dans la fenêtre de modulation symptomatique hands on

#### Douleur lombo-pelvienne aigüe

- Patterns cliniques
- Recommandations
- Interrogatoire

- Drapeaux rouges
- Examen clinique
- Communication : gestion de crise, réassurance et potentialisation des effets contextuels
- Techniques articulaires de bas grade
- Techniques articulaires de haut grade
- Techniques de muscle energy 2.0
- Autres techniques de modulation de la douleur
- Approche active
  - L'actif comme modulateur symptomatique
  - Intégration de l'actif dans la fenêtre de modulation symptomatique hands on

## SEQUENCES

*Cf doc séquences*

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Remise d'un pré-questionnaire à remplir par les stagiaires en début de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences concernant le thème de la formation
- Méthodes affirmatives : le formateur transmet son savoir au travers d'un diaporama sous forme de cours magistral et d'échanges, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Méthodes interrogatives et actives : mise en pratique et échanges avec les stagiaires, selon les points du programme indiqués ci-dessus.
- Remise d'un post-questionnaire (idem au pré questionnaire) à remplir par les stagiaires en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer les connaissances et compétences acquises sur le thème de la formation
- Remise d'un questionnaire d'évaluation de la formation, en fin de session, collecté par l'organisme de formation permettant d'évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et les points à améliorer.

## MOYENS TECHNIQUES

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation (accès handicapé).

Plateau technique adapté à la formation : tables d'examen cliniques, pièces anatomiques, instruments de mesure, matériels nécessaires à la réalisation de la formation.

Documents supports de formation projetés (Diaporama).

Support de cours remis en version papier à chaque participant.

Exposés théoriques.

Mise en situation : démonstration par l'intervenant, pratique en binôme encadrée et évaluée par l'intervenant.

Etude de cas concrets : Échange avec les stagiaires sur les examens cliniques, les propositions thérapeutiques, l'adéquation entre pathologies, dysfonctions et traitements et l'évaluation des traitements.

Mise en commun des problématiques rencontrées en cabinet et des actions d'amélioration.

Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

1. Un « questionnaire de préformation » est adressé à chaque participant, en amont de la formation sur lequel il doit indiquer :
  - Son degré de motivation
  - L'impact que doit avoir cette formation dans sa pratique
  - S'il a des motivations précises qui l'ont poussé à s'y inscrire
  - Une auto-évaluation en amont sur chacun des objectifs du programme de la formationCe questionnaire est adressé au formateur en amont de la formation.
2. Pré / post test : Questionnaire sur le contenu de la formation (en pré questionnaire en début de session et en post questionnaire en fin de session) permettant d'évaluer les connaissances et compétences acquises.  
Les résultats du questionnaire sont transmis au formateur au début et à la fin de la formation.
3. Remise d'une grille d'évaluation « à chaud », en fin de formation, concernant l'appréciation de l'organisation et du contenu de la formation.  
Ce questionnaire est adressé au formateur après la formation.
4. **Attestation de fin de formation, avec évaluation des acquis de la formation par rapport aux objectifs**

