

PRÉ-REQUIS POINTS TRIGGERS

PROGRAMME

2 jours - 15h - Christophe BROY

Jour 1

8h45-9h	Accueil des participants
9h-9h15	Présentation des participants et du formateur Attentes des participants
9h15-9h30	Introduction du concept "Points Trigger" (PT) et Syndrome Myofacial Dououreux (SMD) : historique, évolution du concept dans le temps, développement
9h30-9h45	Prévalence du SMD
9h45-10h30	Définition et terminologie du SMD et des PT
10h30-10h45	Pause
10h45-11h	La douleur référée : explications basées sur les données scientifiques actuelles, schéma de douleur référée
11h-12h	L'examen du SMD : examen objectivable, examen subjectif, tests spécifiques et palpation
12h-13h	Repas
13h-14h	Le traitement du SMD et des PT : de la théorie à la pratique
14h-15h	Application pratique au muscle SCOM : examen et traitement
15h-15h45	Application pratique au muscle trapèze supérieur : examen et traitement
15h45-16h	Pause
16h-17h45	Application pratique aux muscles supra et infra-épineux : examen et traitement
17h45-18h	Conclusion - Questions / réponses
18h	Fin de la journée

PRÉ-REQUIS POINTS TRIGGERS

PROGRAMME

2 jours - 15h - Christophe BROY

Jour 2

9h-9h15	Retour sur la théorie et la pratique de la veille
9h15-10h	Application pratique aux muscles brachio radial : examen et traitement
10h-10h45	Application pratique au muscle piriforme : examen et traitement
10h45-11h	Pause
11h-12h	Application pratique au muscle TFL : examen et traitement
12h-13h	Repas
13h-14h	Application pratique au muscle vaste interne : examen et traitement
14h-15h	Application pratique au muscle moyen fessier : examen et traitement
15h-15h45	Application pratique au muscle gastrocnémien interne : examen et traitement
15h45-16h	Pause
16h-16h45	Application pratique au muscle adducteur du gros orteil : examen et traitement
16h45-17h	Conclusion - Questions / réponses
17h	Fin de la journée