

POINTS TRIGGER

PROGRAMME

2 jours - 15h - Christophe BROY

Jour 1

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

PRÉ-REQUIS POINTS TRIGGERS

PROGRAMME

2 jours - 15h - Christophe BROY

Jour 2

9h-9h30	Retour sur la théorie et la pratique de la veille
9h30-10h	Application pratique aux muscles brachio radial : examen et traitement
10h-10h30	Application pratique au muscle élévateur de la scapula : examen et traitement
10h30-11h	Application pratique aux muscles scalène : examen et traitement
11h-11h45	Application pratique au muscle piriforme : examen et traitement
11h45-12h30	Application pratique au muscle TFL : examen et traitement
12h30-13h30	Repas
13h30-14h	Application pratique au muscle vaste interne : examen et traitement
14h-14h30	Application pratique aux muscles gastrocnémiens : examen et traitement
14h30-15h15	Application pratique aux muscles petit et moyen fessiers : examen et traitement
15h15-15h45	Application pratique aux muscles abducteurs de l'hallux : examen et traitement
15h45-16h30	Pratique libre et révision
16h30-17h	Conclusion - Questions / réponses
17h	Fin de la journée