



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

JOUR 1

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

- 9h-9h45 :** Le modèle bio-psycho-social, l'evidence based practice, neurophysiologie de la douleur
- 9h45-10h15 :** Catalogue d'hypothèses, épidémiologie, classifications, facteurs de risque et pronostic
- 10h15-10h30 :** Pause
- 10h30-12h15 :** Anatomie descriptive, cinésiologie et anatomie de surface
- 11h45-12h15 :** Douleur thoracique aiguë : patterns cliniques, recommandations
- 12h15-13h15 :** Repas
- 13h15-14h15 :** Interrogatoire semi-dirigé, body chart, drapeaux jaunes, différents types de douleur selon l'IASP, évaluation de l'engagement du patient (auto-efficacité)
- 14h15-15h15 :** Abord des drapeaux rouges selon l'acronyme VIT-N-VIT
- 15h15-15h30 :** Pause
- 15h30-16h30 :** Bilan musculaire : palpation, évaluation de la coordination, de l'endurance et de la force pour les fléchisseurs cervicaux profonds, les fléchisseurs cervicaux superficiels, les extenseurs cervicaux sous occipitaux, les autres extenseurs cervicaux, les trapèzes supérieur et inférieur, le dentelé antérieur
- 16h30-17h30 :** Bilan articulaire cervical et thoracique, abord des mouvements physiologiques et accessoires, recherche de marqueurs symptomatiques



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
**POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ**

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

JOUR 2

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

- 9h-10h00 :** Bilan neurologique et neurodynamique (palpation du nerf, mise en tension, neurogymnastique)
- 10h00-10h30 :** Phénotype nociplastique, kinésiophobie, peur évitement, croyances et catastrophisme
- 10h30-10h45 :** Pause
- 10h45-11h15 :** Recommandations JOSPT selon les tableaux cliniques
- 11h15-12h15 :** Placebo et potentialisation des effets contextuels, lutte contre croyances, peur évitement, catastrophisme, travail sur l'engagement du patient
- 12h15-13h15 :** Repas
- 13h15-14h15 :** Techniques articulaires passives : mobilisations physiologiques cervicales, PA cervicaux. Techniques actives de modulation symptomatiques : mouvements répétés, mobilisation avec mouvement
- 14h15-15h15 :** Techniques articulaires passives : mobilisations physiologiques thoraciques, dog technique, recoil, lift. Techniques actives de modulation symptomatiques : mouvements répétés, mobilisation avec mouvement
- 15h15-15h30 :** Pause
- 15h30-16h30 :** Exercices à visée de gain de mobilité : gain de mobilité cervicale
- 16h30-17h30 :** Exercices à visée de gain de mobilité : gain de mobilité thoracique



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

JOUR 3

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

- 9h-9h45 :** Levées de tension musculaires, techniques sur muscles cervico-thoraciques et proposition d'auto-étirements
- 9h45-10h15 :** Trigger point : trapèze sup, élévateur de la scapula, semi-épineux, PDPS ; enseignement au patient en tant que technique d'auto-modulation de la douleur
- 10h15-10h30 :** Pause
- 10h30-11h15 :** Exercices à visée de renforcement musculaire : fléchisseurs cervicaux profonds et superficiels, extenseurs cervicaux, muscles thoraciques
- 11h15-11h45 :** Théorie sur le contrôle moteur, application au rachis cervico-thoracique, exercices pertinents et appropriation par le patient
- 11h45-12h15 :** Exercices permettant de lutter contre la kinésiophobie
- 12h15-13h15 :** Pause déjeuner
- 13h15-14h15 :** Cas clinique en atelier : la douleur neurogénique. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
- 14h15-15h15 :** Cas clinique en atelier : douleur à dominante nociceptive thoracique ou cervicale. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient
- 15h15-15h30 :** Pause



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
**POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ**

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

JOUR 3

3 jours - 21 heures - Fabrice BARILLEC

15h30-16h30 : Cas clinique en atelier : céphalée cervicogénique. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient

16h30-17h30 : Cas clinique en atelier : douleur à dominante nociplastique. Éléments pertinents du diagnostic, modulation symptomatique et exercices qui viseront à autonomiser le patient



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
**POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ**

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

Public visé

Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Connaître la neurophysiologie de la douleur et savoir l'adapter en pratique clinique
- Maîtriser le diagnostic d'exclusion et le diagnostic différentiel
- Être capable d'interroger le patient afin de déterminer ses attentes et son niveau d'auto-efficacité
- Mettre en place des stratégies d'éducation thérapeutique
- Connaître les recommandations françaises et internationales
- Choisir et doser les techniques passives de modulation symptomatique sans créer d'addiction à celles-ci
- Orienter le patient, dès que possible, vers un abord actif spécifique et progressif
- Établir un programme d'auto-rééducation individualisé en partenariat avec le patient

Moyens techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Les stagiaires seront accueillis dans une salle comprenant un espace adapté à la théorie (tables et chaises) et un espace dédié à la pratique (avec tables de soin, matériel nécessaire à la réalisation de la formation).

La formation alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
**POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ**

LES CERVICALGIES CHEZ L'ADULTE

PROGRAMME

Modalités pédagogiques

- Exposés théoriques au cours desquels le formateur apporte ses connaissances
- Mise en situation avec démonstration de techniques par le formateur puis mise en pratique par binôme sous la surveillance du formateur
- Cas cliniques : cas pratiques proposés par le formateur avec réflexion en petit groupe et mis en commun

Suivi de l'exécution de l'action

- Signatures des feuilles d'émargement par demi-journées pour les 3 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis et de la satisfaction en fin de formation
- Remise d'attestation individuelle de formation

Modalités d'évaluation

- Avant la formation, un questionnaire "Mieux vous connaître" sera proposé aux participants, permettant d'identifier les profils et d'analyser leurs attentes et besoins
- Les participants seront invités à visionner des vidéos préparatoires à la formation (plusieurs vidéos pour une durée d'1h30)
- En début de formation, la remise aux participants d'un pré-questionnaire permettra de vérifier la bonne compréhension de ces vidéos et de répondre aux questions éventuelles. Ce questionnaire servira également d'évaluation des compétences.
- Au cours de la formation, le formateur alternera phases théoriques, quizz, cas pratiques en binôme
- En fin de formation, un post-test permettra de voir les acquisitions en fonction des objectifs énoncés et les problèmes restants des participants
- Un questionnaire de satisfaction est envoyé à l'issue de la formation pour recueillir les appréciations liées à la formation, le formateur, la logistique



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LES RACHIALGIES AIGÜES : QUELLE PRISE EN CHARGE EN PRATIQUE QUOTIDIENNE ?

PROGRAMME

Modalités de la formation

- Durée - 2 jours - 21h - Présentiel
- 18 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Dates : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 770€ - Prise en charge FIF PL possible

Formateur

- Fabrice BARILLEC
- Formateur depuis 2001
- MKDE en libéral depuis 2001
- Nombreuses publications et participations à des congrès en tant que formateur en cervicalgies et thérapie manuelle

version du 16/02/2026

141 rue Louis Armand
Bâtiment A, Entrée 2
73420 Méry
bienvenue@synetic-formation.com
www.synetic-formation.com

SIRET : 838.808.335.00015 - SAS au Capital de 1000 €
RCS 838.808.335 - Numéro de déclaration d'activité : 84730200973