PARTIE 1 :
Formation Dry Needling : Les fondamentaux et raisonnement clinique de l'épaule

Durée : 2 jours (16 heures)
Public : Masseurs-kinésithérapeutes diplômés d'État.
Prérequis : Être titulaire du diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute.

Objectif général
À l'issue de la formation, le participant sera capable de réaliser un bilan clinique structuré d'une épaule douloureuse, d'établir un raisonnement clinique intégrant le diagnostic différentiel, de sélectionner les techniques de dry needling lorsque celles-ci sont indiquées et de les réaliser dans le respect des règles de sécurité.

Objectifs pédagogiques
À l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :

- Réaliser un interrogatoire orienté.
- Identifier les principales causes de douleurs de l'épaule.
- Construire un diagnostic différentiel.
- Choisir les tests cliniques pertinents.
- Identifier les principaux trigger points impliqués.
- Connaître les indications et contre-indications du dry needling.
- Réaliser les techniques de dry needling sur les muscles enseignés en respectant les règles de sécurité.
- Réévaluer l'efficacité du traitement et adapter la prise en charge.

JOUR 1 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

1. **Fondamentaux du raisonnement clinique**

Objectifs
Être capable de construire un raisonnement clinique avant toute prise en charge.

Contenu
Physiopathologie de la douleur
- Douleur nociceptive
- Douleur neuropathique
- Sensibilisation périphérique
- Sensibilisation centrale

Syndrome douloureux myofascial
- Physiologie des trigger points
- Douleurs référées
- Dysfonction musculaire

Interrogatoire clinique
Construction d'un questionnaire standardisé :
- localisation
- mode d'apparition
- évolution
- type de douleur
- intensité
- douleurs nocturnes
- irradiations
- facteurs aggravants
- facteurs soulageants
- antécédents
- chirurgie
- cicatrices
- activité professionnelle
- pratique sportive

Raisonnement clinique
Présentation de la grille de diagnostic différentiel.

2. **Diagnostic différentiel de l'épaule**

Objectif
Être capable d'orienter le diagnostic avant toute intervention.

Analyse clinique des principales pathologies
- Tendinopathies de la coiffe
- Bursite sous-acromiale
- Capsulite rétractile
- Instabilité
- Atteinte acromio-claviculaire
- Douleur myofasciale
- Radiculopathie cervicale
- Compression nerveuse périphérique
- Douleurs référées (dans le cadre du raisonnement clinique)

Identification des red flags
- suspicion de fracture
- infection
- atteinte neurologique sévère
- suspicion de pathologie tumorale
- autres situations nécessitant une réorientation médicale

JOUR 1 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

3. **Examen clinique**

Objectifs
Savoir construire un bilan reproductible.

Contenu
Observation
Mobilités
- actives
- passives

Mobilités résistées
Palpation
Recherche des trigger points
Tests orthopédiques
Tests neurologiques
Construction de l'hypothèse diagnostique.

4. **Dry Needling — Principes fondamentaux**

Théorie
- Indications
- Contre-indications
- Précautions
- Règles d'hygiène
- Matériel
- Consentement du patient
- Anatomie de sécurité
- Complications potentielles
- Conduite à tenir en cas d'incident

Travaux pratiques
Repérage anatomique
Palpation
Technique d'introduction de l'aiguille
Manipulation
Réévaluation

JOUR 2 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

5. **Dry Needling appliqué à l'épaule**

Anatomie palpatoire
Atelier pratique

- Trapèze supérieur, moyen et inférieur
- Supra-épineux, Infra-épineux
- Rhomboïdes
- Deltoïde
- Petit pectoral, Grand pectoral
- Grand dorsal
- Petit rond, Grand rond
- Subscapulaire
- Coraco-brachial
- Biceps brachial

Pour chaque muscle :

- rappels anatomiques
- douleur référée
- indications
- contre-indications
- repérage
- anatomie de sécurité
- démonstration
- pratique supervisée

JOUR 2 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

6. **Intégration clinique**

Études de cas
Exemples :

- douleur antérieure d'épaule
- douleur postérieure
- douleur nocturne
- limitation d'amplitude
- douleur du sportif
- capsulite
- tendinopathie

Les stagiaires devront :

- réaliser le bilan
- proposer les hypothèses diagnostiques
- sélectionner les tests
- construire le traitement
- choisir les muscles à traiter
- réaliser le dry needling
- réévaluer les résultats

ÉVALUATION
Évaluation des connaissances
QCM
Analyse de cas cliniques

Évaluation pratique (en continu tout au long de la formation)
Chaque stagiaire réalise :

- un bilan clinique complet
- le raisonnement clinique
- les tests
- le repérage anatomique
- le dry needling sur les muscles enseignés
- la réévaluation

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques
- Présentation illustrée
- Démonstrations en direct
- Travaux pratiques en binômes
- Études de cas cliniques
- Échanges interactifs
- Supervision individuelle des gestes techniques

PARTIE 2 :
Dry Needling et raisonnement clinique appliqué aux douleurs de la tête, du cou, du coude, du poignet et de la main

Durée : 2 jours (16 heures)
Public : Masseurs-kinésithérapeutes diplômés d'État.
Prérequis : Avoir suivi le Niveau 1 ou justifier d'une expérience équivalente en Dry Needling.

Objectif général
À l'issue de cette formation, le participant sera capable de réaliser un bilan clinique structuré des douleurs cervico-crâniennes et du membre supérieur, d'établir un diagnostic différentiel, de sélectionner les muscles à traiter et de réaliser les techniques de Dry Needling enseignées en toute sécurité.

Objectifs pédagogiques
À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Approfondir son raisonnement clinique.
- Identifier les principales douleurs référées de la tête, du cou, du coude, du poignet et de la main.
- Différencier les pathologies musculaires, articulaires, neurologiques et tendineuses.
- Choisir les tests cliniques adaptés.
- Identifier les Trigger Points responsables de la symptomatologie.
- Réaliser les techniques de Dry Needling des muscles enseignés.
- Réévaluer les effets du traitement et adapter la prise en charge.

JOUR 1 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

1. **Raisonnement clinique appliqué aux douleurs cervico-crâniennes**

Objectifs
Construire un diagnostic différentiel devant une douleur cervicale ou une céphalée.

Contenu
Rappels neurophysiologiques
- Douleurs référées cervico-crâniennes
- Syndrome myofascial cervical
- Sensibilisation périphérique et centrale

Interrogatoire clinique
Construction d'un interrogatoire spécifique :
- localisation
- céphalées
- migraines
- vertiges
- acouphènes
- douleur mandibulaire
- irradiation
- paresthésies
- facteurs déclenchants
- sommeil
- bruxisme
- traumatisme
- chirurgie
- cicatrices

2. **Diagnostic différentiel**

Objectif
Être capable d'orienter le diagnostic avant toute intervention.

Analyse clinique des principales pathologies
- Céphalée cervicogénique
- Migraine
- Névralgie d'arnold
- Névralgie du trijumeau (principes de reconnaissance et orientation)
- Dysfonction temporo-mandibulaire
- Radiculopathie cervicale
- Syndrome du défilé thoraco-brachial
- Syndrome myofascial

Identification des Red Flags
- Céphalée brutale ("coup de tonnerre")
- Céphalée inhabituelle
- Troubles de la parole
- Diplopie
- Dysphagie
- Dysphonie
- Ataxie
- Vertiges centraux
- Perte de connaissance
- Paralysie faciale récente
- Troubles visuels
- Autres situations nécessitant une réorientation médicale

JOUR 1 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

3. **Examen clinique**

Observation
Analyse posturale
Mobilités cervicales
Tests neurologiques
Tests neurodynamiques
Palpation
Recherche des Trigger Points
Construction des hypothèses diagnostiques

4. **Dry Needling tête et cou**

Théorie

- Indications
- Contre-indications
- Précautions
- Règles d'hygiène
- Matériel
- Consentement du patient
- Anatomie de sécurité
- Complications potentielles
- Conduite à tenir en cas d'incident

Travaux pratiques
Repérage anatomique
Palpation
Technique d'introduction de l'aiguille
Manipulation
Réévaluation

Atelier pratique

- Scalène antérieur
- Scalène moyen
- Scalène postérieur (ou inférieur selon ta nomenclature)
- Élévateur de la scapula
- Sterno-cléido-mastoïdien
- Masséter
- Temporal
- Splénius
- Semi-épineux
- Multifides cervicaux
- Suboccipitaux

Pour chaque muscle :

- anatomie
- douleur référée
- indications
- contre-indications
- repérage
- anatomie de sécurité
- démonstration
- pratique supervisée

JOUR 2 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

5. **Raisonnement clinique appliqué au coude, au poignet et à la main**

Objectifs
Construire une stratégie diagnostique face aux douleurs du membre supérieur distal.

Diagnostic différentiel
- épicondylalgie latérale
- épitrochléalgie
- compression du nerf radial
- syndrome du tunnel carpien
- syndrome du canal de Guyon
- tendinopathies des extenseurs
- tendinopathies des fléchisseurs
- arthropathies
- syndrome myofascial
- douleurs projetées cervicales

Examen clinique
- mobilité
- tests orthopédiques
- tests neurologiques
- palpation
- Trigger Points

6. **Dry Needling membre supérieur**

Atelier pratique
- Triceps brachial
- Anconé
- Long extenseur radial du carpe
- Court extenseur radial du carpe
- Brachio-radial
- Extenseur commun des doigts
- Extenseur ulnaire du carpe
- Rond pronateur
- Supinateur
- Fléchisseur radial du carpe
- Addducteur du pouce
- Interosseux

Pour chaque muscle :

- anatomie fonctionnelle
- douleur référée
- indications
- repérage
- anatomie de sécurité
- démonstration
- pratique

JOUR 2 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

7. **Intégration clinique**

Études de cas
Les participants devront :

- réaliser un interrogatoire
- construire un diagnostic différentiel
- choisir les tests cliniques
- sélectionner les muscles à traiter
- réaliser le Dry Needling
- réévaluer les résultats

Cas cliniques proposés

- cervicalgie chronique
- douleur temporo-mandibulaire
- épicondylalgie
- épitrochléalgie
- syndrome du tunnel carpien

ÉVALUATION

Évaluation des connaissances

QCM

Analyse de cas cliniques

Évaluation pratique (en continu tout au long de la formation)

Chaque stagiaire réalise :

- un bilan clinique complet
- le raisonnement clinique
- les tests
- le repérage anatomique
- le dry needling sur les muscles enseignés
- la réévaluation

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques
- Présentation illustrée
- Démonstrations en direct
- Travaux pratiques en binômes
- Études de cas cliniques
- Échanges interactifs
- Supervision individuelle des gestes techniques

PARTIE 3 :
Dry Needling et raisonnement clinique appliqué au dos, à la hanche, au genou et au pied

Durée : 2 jours (16 heures)
Public : Masseurs-kinésithérapeutes diplômés d'État.
Prérequis : Avoir suivi le niveau 1

Objectif général
À l'issue de la formation, le participant sera capable de réaliser un bilan clinique structuré des douleurs du rachis lombaire et du membre inférieur, d'établir un diagnostic différentiel, d'identifier les indications et contre-indications du dry needling, de sélectionner les muscles à traiter et de réaliser les techniques enseignées dans le respect des règles de sécurité.

Objectifs pédagogiques
À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Réaliser un interrogatoire orienté.
- Construire un raisonnement clinique.
- Identifier les principales causes de douleurs du rachis lombaire et du membre inférieur.
- Différencier une atteinte musculaire, tendineuse, articulaire, neurologique ou une douleur référée.
- Sélectionner les tests cliniques pertinents.
- Identifier les Trigger Points responsables de la symptomatologie.
- Réaliser les techniques de Dry Needling enseignées.
- Réévaluer les résultats et adapter la prise en charge.

JOUR 1 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

1. **Raisonnement clinique appliqué au rachis lombaire et à la hanche**

Objectifs
Construire un diagnostic différentiel devant une lombalgie ou une douleur de hanche.

Contenu
Rappels neurophysiologiques
- Douleurs référées
- Syndrome myofascial
- Douleur chronique
- Sensibilisation centrale

Interrogatoire clinique
- localisation
- mécanisme d'apparition
- traumatisme
- douleur nocturne
- irradiation
- paresthésies
- faiblesse
- boiterie
- facteurs aggravants
- facteurs soulageants
- pratique sportive
- activité professionnelle
- antécédents
- chirurgie
- cicatrices

2. Diagnostic différentiel

Objectif
Être capable d'orienter le diagnostic avant toute intervention.

Analyse clinique des principales pathologies

- lombalgie commune
- hernie discale
- syndrome facettaire
- dysfonction sacro-iliaque
- syndrome myofascial
- tendinopathies glutéales
- conflit fémoro-acétabulaire
- coxarthrose
- syndrome du piriforme
- syndrome du moyen fessier
- autres douleurs référées

Identification des Red Flags
Reconnaître les situations nécessitant une orientation médicale.

Red Flags rachis

- syndrome de la queue de cheval
- déficit moteur évolutif
- troubles sphinctériens
- anesthésie en selle
- suspicion de fracture
- cancer
- infection
- douleur inflammatoire sévère
- perte de poids inexpliquée
- fièvre
- douleur nocturne permanente
- situations nécessitant une réorientation médicale

Red Flags hanche

- fracture
- arthrite septique
- ostéonécrose
- douleur aiguë avec impotence fonctionnelle
- infection
- suspicion tumorale
- situations nécessitant une réorientation médicale

JOUR 1 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

3. **Examen clinique**

Observation
Analyse de la marche
Mobilité
- lombaire
- hanche

Tests neurologiques
Tests neurodynamiques
Tests orthopédiques
Palpation
Recherche des Trigger Points
Construction des hypothèses diagnostiques

4. **Dry Needling rachis et hanche**

Théorie
- Indications
- Contre-indications
- Précautions
- Règles d'hygiène
- Matériel
- Consentement du patient
- Anatomie de sécurité
- Complications potentielles
- Conduite à tenir en cas d'incident

Travaux pratiques
Repérage anatomique
Palpation
Technique d'introduction de l'aiguille
Manipulation
Réévaluation

Atelier pratique

- Carré des lombes
- Longissimus
- Iliopsoas
- Grand fessier, Moyen fessier, Petit fessier
- Piriforme
- Tenseur du fascia lata
- Grand Adducteur
- Long Adducteur
- Ischio-jambiers

Pour chaque muscle :

- anatomie
- douleur référée
- indications
- contre-indications
- repérage
- anatomie de sécurité
- démonstration
- pratique supervisée

JOUR 2 MATIN

Horaires
8h-12h (4 heures)

5. **Raisonnement clinique appliqué au genou, à la jambe et au pied**

Objectifs
Construire une stratégie diagnostique face aux douleurs du membre supérieur distal.

Diagnostic différentiel
- tendinopathie rotulienne
- tendinopathie quadricipitale
- syndrome fémoro-patellaire
- syndrome de la bandelette ilio-tibiale
- lésions méniscales
- arthrose
- tendinopathie des ischio-jambiers
- tendinopathie d'Achille
- fasciite plantaire
- syndrome du tunnel tarsien
- syndrome myofascial
- radiculopathie
- douleurs référées

Examen clinique
- mobilité
- tests ligamentaires
- tests méniscaux
- tests neurologiques
- palpation
- Trigger Points

6. **Dry Needling membre inférieur**

Atelier pratique

- Droit fémoral
- Vaste médial, vaste latéral
- Poplité
- Gastrocnémien médial
- Gastrocnémien latéral
- Soléaire
- Tibial antérieur
- Long fibulaire, court fibulaire
- Long flechisseur de l’hallux
- Carré plantaire
- Court extenseur des orteils
- Abducteur de l'hallux
- Interosseux du pied

Pour chaque muscle :

- anatomie
- douleur référée
- repérage
- sécurité
- démonstration
- pratique

JOUR 2 APRÈS-MIDI

Horaires
13h30-17h30 (4 heures)

7. **Intégration clinique**

Les stagiaires devront :

- réaliser un interrogatoire
- construire un diagnostic différentiel
- sélectionner les tests cliniques
- choisir les muscles à traiter
- réaliser le Dry Needling
- réévaluer les résultats

Cas cliniques

- lombalgie aiguë
- lombalgie chronique
- sciatique
- syndrome du piriforme
- tendinopathie glutéale
- syndrome fémoro-patellaire
- tendinopathie rotulienne
- tendinopathie d'Achille
- fasciite plantaire

ÉVALUATION
Évaluation des connaissances
QCM
Analyse de cas cliniques

Évaluation pratique (en continu tout au long de la formation)
Chaque stagiaire réalise :

- un bilan clinique complet
- le raisonnement clinique
- les tests
- le repérage anatomique
- le dry needling sur les muscles enseignés
- la réévaluation

Moyens pédagogiques

- Apports théoriques
- Présentation illustrée
- Démonstrations en direct
- Travaux pratiques en binômes
- Études de cas cliniques
- Échanges interactifs
- Supervision individuelle des gestes techniques