

# DRY NEEDLING PUNCTURE SECHE

---

## DUREE

9 JOURS (69 heures)

## ENSEIGNANTS

Véronique DE LAERE – Physiothérapeute et Thérapeute manuelle

Jan DE LAERE – Physiothérapeute et Thérapeute manuel

## OBJECTIFS

Le programme se base sur les recommandations des experts pour le traitement des points trigger myofasciaux par le Dry needling.

- affine ses connaissances des règles d'hygiène et de bonnes pratiques ;
- puisse identifier et évaluer les dysfonctions du patient, par l'intermédiaire du bilan diagnostique kinésithérapeutique ;
- puisse planifier et mettre en œuvre une démarche thérapeutique et adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points trigger myofasciaux ;
- connaisse les dangers et maîtrise les actions appropriées face aux réactions indésirables ;
- puisse appliquer au patient les connaissances et les compétences acquises en fonction de son diagnostic.

## PRE-REQUIS : THERAPIE MANUELLE DES POINTS TRIGGER

Une session de 2 jours (15 heures) en techniques manuelles des points Trigger myofasciaux dont les objectifs pédagogiques sont que le stagiaire :

- comprenne et connaisse la pathophysiologie, l'aspect clinique des points trigger myofasciaux, les indications et les contre-indications de l'application du concept ;
- apprenne les schémas de douleur référée des muscles traités ;
- puisse mettre en œuvre un protocole d'examen et de traitement structuré et précis chez les patients souffrant d'un syndrome myofascial douloureux ;
- puisse appliquer à son patient les connaissances et les compétences acquises en fonction de son diagnostic.

## PROGRAMME

### Jour 1

#### 8h30-10h30 : Théorie

Bases théoriques du SMD (Syndrome Myofascial Douloureux) : historique - définitions - tableau clinique - syndromes canaux - chaînes myofasciales - littérature scientifique internationale

#### 10h30-12h30 : Théorie

Étiologies - facteurs contribuant au SMD

Pathogenèse

#### 13h30-15h30 : Théorie

Bilan : méthodologie - critères diagnostiques - diagnostic différentiel  
Traitement manuel : indications - contre-indications - techniques manuelles – actions-réactions

#### 15h30-17h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle trapèze supérieur** : tableau clinique, tests physiques, anatomie palpatoire - recherche du cordon musculaire, du point trigger myofascial et de la réaction de secousse musculaire localisée - techniques thérapeutiques manuelles

**Muscle élévateur de la scapula** : tableau clinique, tests physiques, anatomie palpatoire - recherche du cordon musculaire et du point trigger myofascial - techniques thérapeutiques manuelles

## Jour 2

### 8h30-10h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle piriforme** : bilan diagnostique et traitement manuel

**Muscles extenseurs radiaux du carpe** : bilan diagnostique et traitement manuel

### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle infra-épineux** : bilan diagnostique et traitement manuel

**Muscle subscapulaire** : bilan diagnostique et traitement manuel

### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles érecteurs du tronc** : bilan diagnostique et traitement manuel

**Muscle ilio-psoas** : bilan diagnostique et traitement manuel

### 15h30-16h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles gastrocnémiens** : bilan diagnostique et traitement manuel

**Muscle soléaire** : bilan diagnostique et traitement manuel

Une pratique intensive des techniques manuelles diagnostiques et thérapeutiques est recommandée suite à ce séminaire, pour préparer au mieux le séminaire DN1.

## Séminaire DN1 – MODULE INITIAL

Une session de 3 jours (23 heures), permettant d'optimiser les acquisitions basées sur les recommandations dont les **objectifs pédagogiques** sont que le stagiaire :

- connaisse les règles d'hygiène et de bonnes pratiques ;
- puisse identifier et évaluer les dysfonctions du patient, par l'intermédiaire du bilan diagnostique kinésithérapeutique ;
- puisse planifier et mettre en œuvre une démarche thérapeutique et adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points trigger myofasciaux ;
- connaisse les dangers et maîtrise les actions appropriées face aux réactions indésirables ;
- puisse appliquer au patient les connaissances et les compétences acquises en fonction de son diagnostic.

## Jour 1

### 8h30-10h30 : Théorie

Bases théoriques de la puncture sèche des Points Trigger Myofasciaux :

définition - historique - indications - actions - hygiène - précautions - complications - zones tabous - contre-indications relatives et absolues - réactions (basé sur les directives internationales pour un *Dry Needling* sécurisé restant à définir et communiquées en intégralité au participant)

Conduite à tenir devant une réaction indésirable

Cadre réglementaire

### 10h30-12h30 : Théorie, démonstration et pratique en binôme

Matériel

Méthodologie : *Dry Needling* subcutané - *Dry Needling* intramusculaires unique et multiple

*Dry Needling* et acupuncture

*Dry Needling* subcutané : pratique

### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

*Dry Needling* des Points Trigger Myofasciaux (PTrM) :

**Muscle infra-épineux** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 15h30-17h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles brachio-radial et long extenseur radial du carpe** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle trapèze supérieur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle piriforme** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

## Jour 2

### 8h30-10h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles court extenseur radial du carpe, extenseur commun des doigts et extenseur ulnaire du carpe** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle supinateur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie – pratique

### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles ischio-jambiers** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles grand rond et grand dorsal** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle soléaire** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles gastrocnémiens** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle tibial postérieur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 15h30-17h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles vaste latéral et droit fémoral** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle tenseur du fascia lata** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle petit glutéal** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

## Jour 3

### 8h30-10h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle deltoïde** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle supra-épineux** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles petit rond** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle long adducteur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle sartorius** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle grand adducteur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle gracile** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles long, court et troisième fibulaires** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle tibial antérieur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle long extenseur des orteils** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 15h30-16h30 : Démonstration et pratique en binôme

Bilan de la formation

Explication du portfolio à constituer pour le prochain séminaire

QCM et validation des compétences

Le participant devra réaliser un portfolio de 20 cas cliniques jusqu'au séminaire suivant.



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71  
[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 1175 116 30 75



## Séminaire DN2 – MODULE AVANCE

Une session de 2 jours (16 heures), permettant d'optimiser les acquisitions basées sur les recommandations dont les **objectifs pédagogiques** sont que le stagiaire :

- affine ses connaissances des règles d'hygiène et de bonnes pratiques ;
- puisse identifier et évaluer les dysfonctions du patient, par l'intermédiaire du bilan diagnostique kinésithérapeutique ;
- puisse planifier et mettre en œuvre une démarche thérapeutique et adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points trigger myofasciaux ;
- connaisse les dangers et maîtrise les actions appropriées face aux réactions indésirables ;
- puisse appliquer au patient les connaissances et les compétences acquises en fonction de son diagnostic.

### Jour 1

#### 8h30-10h30 : Théorie

Discussion et questions sur les cas cliniques représentatifs des portfolios  
Présentation des études récentes dans le domaine du *Dry Needling* : interprétation - critiques - répercussions cliniques

#### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle grand glutéal** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle moyen glutéal** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle vaste médial** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle trapèze moyen et inférieur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles rhomboïdes** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle petit pectoral** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### 15h30-17h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle élévateur de la scapula** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle SCOM** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### Jour 2

#### 8h30-10h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles de l'appareil mandicateur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles intrinsèques de la main** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### 13h30-15h30 : Théorie, démonstration et pratique en binôme

**Muscles intrinsèques de la main** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Dry Needling des tendons et des insertions** : généralités, études scientifiques récentes et protocole de traitement

**Tendon calcanéen et insertion** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Insertions humérales des muscles supra-épineux et CERC** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### 15h30-16h30 : Théorie

Bilan de la formation

Explication du portfolio à constituer pour le prochain séminaire

QCM et validation des compétences



DEVIENT



Le participant devra réaliser un portfolio de 20 cas cliniques jusqu'au séminaire suivant.

### Séminaire DN3 – MODULE AVANCE

Une session de 2 jours (15 heures), permettant d'optimiser les acquisitions basées sur les recommandations dont les **objectifs pédagogiques** sont que le stagiaire :

- affine ses connaissances des règles d'hygiène et de bonnes pratiques ;
- puisse identifier et évaluer les dysfonctions du patient, par l'intermédiaire du bilan diagnostique kinésithérapeutique ;
- puisse planifier et mettre en œuvre une démarche thérapeutique et adapter des techniques de rééducation appropriée dans le domaine du traitement des points trigger myofasciaux ;
- connaisse les dangers et maîtrise les actions appropriées face aux réactions indésirables ;
- puisse appliquer au patient les connaissances et les compétences acquises en fonction de son diagnostic.

#### Jour 1

##### 8h30-10h30 : Théorie, démonstration et pratique en binôme

Discussion et questions sur les cas cliniques représentatifs des portfolios  
Présentation des études récentes dans le domaine du *Dry Needling* : interprétation - critiques - répercussions cliniques

**Muscles érecteurs du rachis et carré des lombes** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

##### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle rond pronateur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle fléchisseur radial du carpe** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles long palmaire et fléchisseur ulnaire du carpe** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle dentelé antérieur** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

##### 13h30-15h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle triceps brachial** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles brachial et coraco-brachial** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscles biceps brachial** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

##### 15h30-17h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscle grand pectoral** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle subscapulaire** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle ilio-psoas** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

#### Jour 2

##### 8h30-10h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles intrinsèques du pied** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Muscle poplité** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

##### 10h30-12h30 : Démonstration et pratique en binôme

**Muscles de la face** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71  
[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 1175 116 30 75



Bureau Veritas Certification / ISO 9001 Paris-la Défense Cedex  
Disponible sur demande



### 13h30-15h30 : Théorie – Démonstration et pratique en binôme

**Tendons et insertions para-patellaires** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

**Aponévrose plantaire et ses insertions** : structures à ne pas puncturer - repérage anatomique et palpation - méthodologie - pratique

### 15h30-16h30 : Théorie

Questions – réponses de fin de séminaire  
QCM et validation des compétences

Une attestation d'exercice valable pendant 4 ans, après le début de la formation sera délivrée pour cette pratique, au participant ayant validé le QCM et n'ayant pas été absent plus d'une demi-journée.

---

À l'issue de la formation complète (pré requis, DN1, DN2 et DN3), le participant pourra se présenter à un examen de certification, réalisé de façon indépendante des organismes de formation, pour une validation pleine et entière de la capacité à pratiquer le traitement des points trigger myofasciaux par Dry Needling. Cet examen devra être réalisé dans un délai maximum de 4 ans après le début de la formation.



DEVIENT

