



# PLP FORMATION

134, Rue DE SEZE  
69006 LYON  
TEL : 04.37.43.16.21

Site Internet : [plpformation.fr](http://plpformation.fr)

E-mail : [plpformation@gmail.com](mailto:plpformation@gmail.com)

Siret : 493.457.303.00029

Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.094.14.69 « Cet enregistrement ne vaut agrément de l'Etat »

## Technique d'inhibition musculaire par raccourcissement :

### Le rachis

**2 jours soit 14 Heures**

#### Les objectifs pédagogiques :

Apprendre aux thérapeutes de prôner le raccourcissement musculaire et non l'étirement comme solution au relâchement musculaire, et au retour à la normale de l'articulation au niveau du rachis.

Ces techniques sont clairement codifiées et très souvent pratiquées chez le thérapeute manuel anglo-saxon (« approches de type strain-counterstrain »). Elles peuvent être réalisées par le patient lui-même, après un apprentissage précis basé sur le diagnostic, il sera capable d'utiliser des techniques d'inhibition par raccourcissement tout à fait en rapport avec l'éducation thérapeutique du Patient (ETP).

#### Les intérêts professionnels :

Technique douce, passive, fonctionnelle qui permet de soulager de très nombreuses pathologies même au stade aigue. Ce stage comprend les techniques musculaires pour les muscles du rachis.

#### Orientation :

Prévention et prise en charge des pathologies neuro-musculosquelettiques du rachis.

Il s'agit d'acquérir une nouvelle gestuelle, une nouvelle approche de ces douleurs et un traitement adapté et une méthodologie sécuritaire sur des techniques demandant une bonne dextérité manuelle. Une proposition de démarche bilan type EBP avec les objectifs et contexte du patient, les connaissances factuelles et l'expérience du thérapeute est enseignée durant le stage.

#### **Au début et en fin de formation :**

**Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation (pré-test).

et également **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.

### **Pendant la formation :**

Le temps de formation doit être présentiel et cognitif. La formation est **démonstrative** (par les formateurs) et **active** (simulation et reproduction des gestes).

### **Les intervenants formateurs**

1. **M. JACQUEMIN Vincent**, ostéopathe, masseur-kinésithérapeute DE, chargé de cours à la faculté