

## Programme DRY NEEDLING Puncture sèche

### Séminaire DN1 – MODULE INITIAL : 3 jours – 23 heures

#### Jour 1

##### **8h30-10h30 : Théorie**

Conduite à tenir devant une réaction indésirable Cadre réglementaire

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

*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**

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

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)

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

**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

**Muscles ischio-jambiers** : 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

**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 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

**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

**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

Bilan de la formation

Explication du portfolio à constituer pour le prochain séminaire

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

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

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

## Jour 3

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

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

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

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

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

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

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

QCM et validation des compétences

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

## Séminaire DN2 – MODULE AVANCE : 2 jours – 16 heures

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

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

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

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

**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**

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

**15h30-17h30 : Théorie**

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.

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

**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

## Séminaire DN3 – MODULE AVANCE : 2 jours – 15 heures

### Jour 1

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

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

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

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

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

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

## Jour 2

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

**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.

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

**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 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

**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

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

### **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.