



## La Thérapie manuelle des points trigger, Top 30 - Approche de la David G. Simons Academy

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### Premier jour

- Le syndrome myofascial douloureux: Introduction, définitions, terminologie, étiologie
- Les principes du diagnostic
- Les techniques de la palpation des points trigger
- Les techniques du traitement manuel des points trigger
- Les indications, contre-indications
- Anatomie, symptômes mécanismes d'activation, clinique et indications de traitement en théorie et en pratique des muscles du membre supérieur

#### Deuxième jour

- Histoire des points trigger
- Pathophysiologie (EBP)
- Vue globale de la recherche actuelle sur les points trigger
- Anatomie, symptômes mécanismes d'activation, clinique et indications de traitement en théorie et en pratique des muscles de la nuque et du torse

#### Troisième jour

- Anatomie, symptômes mécanismes d'activation, clinique et indications de traitement en théorie et en pratique des muscles de la tête et du membre inférieur
- Evaluation
- Conclusion
- Examen



**Daniel Bosch**

Physiothérapeute BSc (2003, Ecole de Physiothérapie de Berne en Suisse, quatre semestres propédeutiques de médecine humaine à l'Université de Berne en Suisse). Instructeur de la David G. Simons

Academy™, Thérapeute des Points Trigger et du Dry Needling DGSA®

Après des études médicales (1996 – 1999) et des études de physiothérapie (1999 – 2003) à Berne, Daniel Bösch a été diplômé comme physiothérapeute BSc PT FH. Depuis 2003, il est praticien dans son cabinet spécialisé pour la rhumatologie à Berne, capitale de la Suisse, en grande partie comme diagnostiqueur, après avoir fait des formations continues: thérapie manuelle des points trigger et du dry needling, différentes techniques manuelles (Maitland, Kaltenborn), techniques neurodynamiques (Butler) et ostéopathie. Il s'occupe de nombreux sportifs professionnels. Il a fait des expériences dans le centre suisse des paraplégiques à Nottwil, Lucerne et comme délégué spécialisé du CICR il a enseigné l'anatomie et l'anatomie palpatoire en Afrique. Depuis 2007, il est devenu officiellement instructeur du Dry Needling et de la Thérapie manuelle des points trigger de la DGSA. Actuellement, il enseigne le concept du Dry Needling et de la Thérapie manuelle des points trigger dans différents pays (Espagne, Allemagne, France, Belgique, Luxembourg, Suisse, Tunisie) en anglais, français, espagnol et allemand. Depuis 2009 il est le responsable de la David G. Simons Academy dans l'organisation des groupes spécialisés, la réunion des formations post-graduate en Suisse. Daniel Bösch est régulièrement invité pour des conférences et des ateliers pratiques à des congrès internationaux. En 2009, il participe à une étude comparative avec C. Gröbli et C. Fernández-de-las-Peñas (Prevalence of myofascial trigger points in office and manual workers: a comparative study).



**Xavier CONUS**

Physiothérapeute BSc (2007 HECV santé de Lausanne en Suisse). Instructeur de la David G. Simons Academy™, Thérapeute des Points Trigger et du Dry Needling DGSA®

Après l'obtention de son diplôme de physiothérapeute BSc HES à la HECV santé de Lausanne en 2007, Xavier Conus a travaillé au centre de réadaptation de l'hôpital Inter cantonal de la Broye, sur le site d'Estavayer-Le-Lac, durant près de 7 ans. Ses fonctions de praticien formateur pour les étudiants et de référent de site lui ont permis de se spécialiser dans les domaines du raisonnement clinique et de la pose de diagnostic physiothérapeutique.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Ces trois jours de formation traitent l'essence clinique de la thérapie manuelle des points trigger. Les bases pratiques, théoriques et le traitement des 30 muscles du corps, qui sont touchés le plus souvent par des points trigger sont enseignés. Une grande partie du cours est pratique avec une grande importance pour le travail clinique. Les participants pratiquent la thérapie manuelle des points trigger entre eux avec une supervision conséquente.

À la fin de cette formation, les participants devraient être capables :

- de comprendre la pathophysiologie du syndrome myofascial douloureux et des points trigger
- de connaître et comprendre les zones de référence des 30 muscles les plus courants
- de faire la différence entre les points trigger actif et latent selon les critères du diagnostic clinique et de juger leur importance clinique
- de pouvoir localiser les points trigger manuellement d'une manière précise
- de connaître les indications spéciales de la thérapie manuelle des points trigger et de pouvoir utiliser les techniques de façon efficace pour les 30 muscles les plus courants et de les adapter selon les patients
- de connaître toute les contre-indications de la thérapie manuelle des points trigger
- de connaître les dangers possibles de la thérapie manuelle des points trigger et de pouvoir réagir de manière adéquate si nécessaire
- d'avoir approfondi leurs connaissances anatomiques en faisant des exercices de palpation pratiques et de pouvoir employer la thérapie manuelle des points trigger chez leurs patients en toute sécurité