

Traitement des chaînes musculaires par bandes adhésives en kinésithérapie

OBJECTIF DE LA FORMATION :

- Acquérir les techniques d'application de Taping souple dans le cadre de la kinésithérapie.
- Améliorer la fonction musculaire et le soutien articulaire par contention élastique en tant que thérapie holistique, préconisé pour réduire la douleur et améliorer le transport lymphatique sur plusieurs jours.
- Maîtriser l'application dans de nombreux domaines de kinésithérapie sportive et classique, tels le soin post-opératoire, la prévention, l'entraînement et le soutien.

PUBLIC CONCERNÉ :

Ostéopathes.

PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES POUR SUIVRE LA FORMATION :

Posséder le diplôme du public concerné.

MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir de notre site par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du Contrat de formation signé.

MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas cliniques.

TEMPS DE FORMATION :

3 jours - 21 heures

FORMATEUR POUR KINÉ FORMATIONS :

Aurélien GODARD, masseur-kinésithérapeute.

KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart

08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

Tél. : 01 42 22 63 50

www.kine-formations.com

Déclaration activité : 21 08 00367 08

Contenu de la formation

Jour 1

8h30 à 9h30 :

- Présentation du Centre de Formation
- Présentation des participants et de l'intervenant
- Présentation de la méthode de Sport Taping (histoire, développement, applications).

9h30 à 12h00 :

- Apprentissage de la technique d'application musculaire (notamment sur le trapèze, le biceps, le deltoïde ...)
- Suite de la technique d'application musculaire (sous-épineux, premier radial, pectoraux, iliaque, adducteurs, quadriceps, grand fessier, long dorsal et autres).

13h00 à 16h30 :

- Apprentissage de la technique d'application ligamentaire :
- Spacetape (sur points douloureux) - Ligaments collatéraux (genou et cheville) - Application sur tendon (rotule, achille).

16h30 à 17h30 :

- Suite de la technique d'application ligamentaire
- Tape sur cicatrice.

Jour 2

8h30 à 9h30 :

- Questions-réponses
- Combinaison des techniques apprises au jour 1 (épicondylite, entorse de la cheville).

9h30 à 12h00 :

- Apprentissage de la technique de correction
- Correction de la rotule
- Scoliose - Épine dorsale
- Révision, puis application pour coup du lapin.

14h00 à 17h00 :

- Apprentissage de la technique de correction de fascias (par exemple pour le tenseur du fascia lata, tendinite du biceps, irritation de la patte d'oie, déchirement musculaire, mal de tête frontal, instabilité antérieure de l'épaule, hallux valgus)
- Apprentissage des applications en combinaison (migraine, acouphène, syndrome du défilé thoraco-brachial, lombalgie, articulation temporo-mandibulaire, syndrome du canal carpien, contusion du doigt, stabilisation du poignet, arthrose du genou, pied plat, incontinence urinaire, règles douloureuses, abaissement de l'utérus).

17h00 à 17h30 :

- Courte démonstration du Cross-Tape.

Jour 3

8h30 à 9h30 :

- Révisions et suite du jour 2
- Application sur nerf (sciatique, médian, radial, ulnaire).

9h30 à 12h00 :

- Présentation de la méthode d'application lymphatique - Théorie du système lymphatique
- Apprentissage de la technique sur chaîne lymphatique intacte ou endommagée - drainage du bras et de la main (et signe Stemmer) - drainage de la cuisse et du pied (signe de Stemmer).

13h00 à 15h30 :

- Drainage du tronc - drainage du visage - drainage articulaire du genou et de l'épaule - fibrose / Hématome - algodystrophie.

Nature de l'action définie à l'article L.6313-1 du code du travail : Actions d'adaptation et de développement des compétences.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.
- **Méthode expérientielle** : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- **Méthode démonstrative** : le formateur fait une démonstration pratique sur un stagiaire ou sur un modèle anatomique, devant les participants lors des TP.
- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- Vidéo projecteur
- Tables de massage pour la mise en pratique des techniques.

Supports fournis par le sous-traitant :

- Fascicule couleur spécifique «Ostéo taping»
- Power Point
- 4 rouleaux de tape - 1 boîte de Cross Tape Mix - 1 ciseau
- Présentation de 4 marques de rouleaux de tape

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- 1) Questionnaire pré-formation
- 2) Évaluation à chaud : le formateur remettra à chacun des stagiaires une fiche d'évaluation de formation en fin de stage, qui lui sera restituée. Elle permettra au formateur de valider ou non les acquis des stagiaires. Une attestation de fin de formation sera remise aux stagiaires.

BIBLIOGRAPHIE :

HAS - Recommandations et Guide :

- HAS : Recommandation de bonne pratique : Rééducation de l'entorse externe de la cheville – janvier 2000.
- HAS : Recommandation de bonne pratique : Dispositifs de compression / contention médicale à usage individuel – utilisation en orthopédie / rhumatologie / traumatologie – Rapport d'évaluation de la CNEDIMTS, 10 octobre 2012.
- HAS : Recommandation de bonne pratique : Masso-kinésithérapie dans les cervicalgies communes et dans le cadre du «coup du lapin» ou whiplash, mai 2013.

Articles :

- Host HH. Scapular Taping in the treatment of anterior shoulder impingement. *Phys Ther* 1995 ; 75(9):803-12.
- Alexander CM, Styles S, Thomas A, Lewis J, Harrison PJ. Does tape facilitate or inhibit the lower fibres of trapezius ? *Man Ther* 2003 ; 8(1):37-41.
- Andersen LL, Hansen K, Mortensen OS, Zebis MK. Prevalence and anatomical location of muscle tenderness in adults with nonspecific neck/shoulder pain. *BMC musculoskelet Disord* 2011 ; 12(1):169.
- Corey B, Simon, Trevor A, Lentz, Mark D, Bishop, et al. Comparative associations of working memory and pain, catastrophizing with chronic low back pain intensity. *Physical Therapy* - vol 96/7 (juin 2016)
- Delaplace J, Castaing J, Place de la rééducation proprioceptive dans les instabilités musculo ligamentaires externes de la cheville. *Ann Med Phys (Lille)* 1975 ; 18:605-17.
- Woo SL, Gomez MA, Woo YK, Akeson W H. Mechanical properties of tendons and ligaments. The relationships of immobilization and exercises of tissue remodelling. *Biorheologie* 1982 ; 19:397-408
- Terreau Jérôme, Face à la douleur, *Kiné Actualité* n°1221, 20 janvier 2011.
- Robin JC, Rupture de LCA, Mises en évidence cliniques des conséquences biomécaniques, *Kiné Actualité* n° 1263, 19 janvier 2012.
- Liebergesell Lusann, *Textile Drainage*, physiopraxis ISSN 1439-023X.61504, juin/aout 2010.
- Grand JM, Intérêts du taping et du strapping dans la rééducation de l'épaule instable ou conflictuelle, *Profession Kiné* sept/oct 2016.
- Rolland Jocelyne, Pommarel Elsa, Intérêts du taping dans la prise en charge kinésithérapique des suites du cancer du sein. *Kiné Actualité* n° 1518, mars 2018.
- Anna Lipińska, Zbigniew Śliwiński, Wojciech Kiezbak, Tomasz Senderek, Janusz Kirenko FP 2007 ; The influence of kinesiology taping applications on lymphoedema of an upper limb in women after mastectomy, 7(3):258-269.
- Białoszewski D, Woźniak W, Zarek S. Clinical efficacy of kinesiology taping in reducing edema of the lower limbs in patients treated with the ilizarov method - preliminary report. *Ortop Traumatol Rehabil.* 2009 Jan- Feb ; 11(1):46-54.
- Han-Ju Tsai, Hsiu-Chuan Hung, Jing-Lan Yang, Chiun-Sheng Huang, Jau-Yih Tsauo : Could Kinesiology tape replace the bandage in decongestive lymphatic therapy for breast-cancer - related lymphedema ? A pilot study. Received : 14 November 2008/Accepted : 26 January 2009, Springer-Verlag 2009
- Yasukawa A, Patel P, Sisung C. : Pilot study : investigating the effects of Kinesiology Taping in an acute pediatric rehabilitation setting. PMID : 16541989 [PubMed - indexed for MEDLINE], *Am J Occup Ther.* 2006 Jan- Feb ; 60(1):104-10.
- Simşek TT, Türkücüoğlu B, Cokal N, Ustünbaş G, Simşek IE : The effects of Kinesiology taping on sitting posture, functional independence and gross motor function in children with cerebral palsy. *Disabil Rehabil.* 2011 Mar 14.
- Jaraczewska E, Long C. : Kinesio taping in stroke : improving functional use of the upper extremity in hemiplegia. *Top Stroke Rehabil.* 2006 Summer ; 13(3):31-42. PMID : 16987790 [PubMed - indexed for MEDLINE]
- Heather M. Murray, PhD, PT : Kinesiology Taping, Muscle Strength and ROM after ACL Repair. Murray, H. (2000). *Journal of Orthopedic and Sports Physical Therapy*, 30, 1.
- Mark D. Thelen, James A. Dauber, Paul D. Stoneman : The Clinical Efficacy of Kinesiology Tape for Shoulder Pain : A Randomized, DoubleBlinded, Clinical Trial. DOI: 10.2519/jospt.2008.2791. *J Orthop Sports Phys Ther.* 2008 ; 38(7):389-395, published online 29 May 2008. doi:10.2519/jospt.2008.2791
- Paoloni M, Bernetti A, Fratocchi G, Mangone M, Parrinello L, Del Pilar Cooper M, Sesto L, Di Sante L, Santilli V. : Kinesiology Taping applied to lumbar muscles influences clinical and electromyographic characteristics in chronic low back pain patients. *Eur J Phys Rehabil Med.* 2011 Jun ; 47(2):237-43. Epub 2011 Mar 24.
- Williams S, Whatman C, Hume PA, Sheerin K. : Kinesiology taping in treatment and prevention of sports injuries : a meta-analysis of the evidence for its effectiveness. *Sports Med.* 2012 Feb 1 ; 42(2):153-64. doi : 10.2165/11594960-000000000-00000.
- Abián-Vicén J, Alegre LM, Fernández-Rodríguez JM, Aguado X. : Prophylactic ankle taping : elastic versus inelastic taping. *Foot Ankle Int.* 2009 Mar ; 30(3):218-25.
- Lee, C.R., Lee, D.Y., Jeong, H.S., Lee, M.H. : The effects of Kinesiology taping on VMO and VL EMG activities during stair ascent and descent by persons with patellofemoral pain : A preliminary study. *Journal of Physical Therapy Science* Volume 24, Issue 2, March 2012, Pages 153-156
- Szczegieliński, J., Łuniewski, J., Bogacz, K., Śliwiński, Z. : The use of Kinesiology Taping for physiotherapy of patients with rheumatoid hand - Pilot study. *Ortopedia Traumatologia Rehabilitacja* Volume 14, Issue 1, 2012, Pages 23-30
- Ferrari FJ, Choukou MA, De Ru E, Boyer FC, Trenchard H, Tair R : Does Kinesio Taping influence dynamic standing balance ? *International Journal Series in Multidisciplinary Research (IJSMR)* ISSN : 2455-2461, Vol.2, No1, 2015,1-10
- Białoszewski D, Woźniak W, Zarek S. Clinical efficacy of kinesiology taping in reducing edema of the lower limbs in patients treated with the ilizarov method - preliminary report. *Ortop Traumatol Rehabil.* 2009 Jan-Feb ; 11(1):46-54.

Livres :

- Kumbrink B, K-Taping, 2e édition 2016, Édition LSS
- Kumbrink B, K-Taping in der Lymphologie, Édition Springer 2016
- Kumbrink B, K-Taping bei Kindern, Édition Springer 2014
- Langendoen J, Taping im Sport, Édition Trias, 2014
- Péninou G, Tixa S, Les tensions musculaires : du diagnostic au traitement. Masson 2009.
- Kapandji AI, Physiologie articulaire, Tome 1, Maloine SA Éditeur, 1980.
- Kapandji AI, Anatomie fonctionnelle Tomes 1-3, Éditions Maloine.
- Netter F, Atlas d'anatomie humaine, 5e édition 2011, Édition Elsevier
- A. Quesnot, J.C. Chanussot, R.G. Danowski - Rééducation de l'appareil locomoteur Tome 1 Membre inférieur, 2ème édition, Paris, Édition Elsevier Masson
- A. Quesnot, J.C. Chanussot, R.G. Danowski - Rééducation de l'appareil locomoteur Tome 2 Membre supérieur, 2ème édition, Paris, Édition Elsevier Masson

NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE

Pour aller plus loin, [rendez-vous sur notre site](#)

