



# DESCRIPTIF & PROGRAMME

## Intitulé de l'action de formation

DRY NEEDLING NIVEAU 1 – Muscles principaux

## Durée et modalités de la formation

### Objectif général de la formation

EchoAcademie vous propose une formation conçue et enseignée par des cliniciens pour des cliniciens. Cette formation intégrative combine l'examen clinique, l'identification des points gâchettes musculaires et la technique de dry needling pour un traitement ciblé et efficace de la douleur musculosquelettique.

Le Niveau 1 est adapté aux débutants souhaitant acquérir les bases pratiques et théoriques du dry needling.

#### Durée totale : 39 heures

- Formation à distance (FOAD – e-learning) : 15 heures
- Formation en présentiel : 24 heures (3 jours consécutifs)

#### Délai d'accès : 14 jours

La participation au Niveau 1 Dry Needling donne accès au Niveau 2 Dry Needling sous échographie. Aucun prérequis en échographie est nécessaire pour participer au Niveau 2.

Tarif de la formation : **800€**

Prise en charge éventuelle par le **FIFPL** pour les kinésithérapeutes

## Public concerné

- Médecins
- Kinésithérapeutes

## Prérequis

- Être titulaire du diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute ou du diplôme de docteur en médecine
- Aucun prérequis technique spécifique



## Objectifs pédagogiques opérationnels

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Comprendre le concept de dry needling et la physiopathologie des points gâchettes myofasciaux
- Identifier et localiser les principaux muscles impliqués dans les syndromes myofasciaux
- Réaliser un examen clinique orienté trigger points en lien avec l'anamnèse
- Appliquer les techniques de dry needling en respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- Évaluer la réponse immédiate du patient et adapter la prise en charge thérapeutique
- Intégrer le dry needling dans un raisonnement clinique global et individualisé

## Contenu détaillé de la formation

Formation à distance – 15 heures

### Module 1 : Fondements théoriques du dry needling (4 h)

- Définition et principes du dry needling
- Différenciation dry needling / acupuncture
- Physiopathologie des points gâchettes myofasciaux
- Douleurs référées et syndrome myofascial
- Données scientifiques et recommandations actuelles

### Module 2 : Sécurité, cadre professionnel et hygiène (3 h)

- Indications et contre-indications
- Effets indésirables et conduite à tenir
- Règles d'hygiène, d'asepsie et gestion des DASRI
- Cadre légal et responsabilités professionnelles

### Module 3 : Anatomie fonctionnelle et palpatoire (5 h)

- Anatomie musculaire appliquée au dry needling
- Repères anatomiques de surface
- Identification des structures à risque (vasculo-nerveuses, pulmonaires)
- Corrélations muscles / douleurs référées

### Module 4 : Raisonnement clinique et intégration thérapeutique (3 h)

- Anamnèse orientée syndrome myofascial
- Choix du muscle cible
- Évaluation de la réponse immédiate
- Suivi et adaptation de la prise en charge



# Formation présentielle – 24 heures

## **Jour 1 : Bases pratiques et membre supérieur (8 h)**

- Rappels théoriques et règles de sécurité
- Gestes fondamentaux du dry needling
- Palpation et dry needling des muscles :
  - Trapèze supérieur
  - Deltoïde (antérieur, moyen, postérieur)
  - Infra-épineux, petit rond, grand rond, subscapulaire
  - Biceps brachial, triceps brachial, brachial antérieur
- Raisonnement clinique appliqué

## **Jour 2 : Membre inférieur (8 h)**

- Palpation et dry needling des muscles :
  - Petit, moyen et grand fessier
  - Tenseur du fascia lata
  - Quadriceps
  - Ischio-jambiers
- Gestion des zones à risque
- Raisonnement clinique appliqué

## **Jour 3 : Région cervico-céphalique et tronc (8 h)**

- Palpation et dry needling des muscles du cou et de la tête :
  - Sternocléidomastoidien
  - Élevateur de la scapula
  - Scalènes
  - Masséter
  - Temporal
- Grand pectoral, grand dorsal
- Carré des lombes, érecteurs du rachis
- Intégration clinique et études de cas
- Protocoles cliniques intégrés
- Situations spécifiques et adaptations thérapeutiques
- Évaluation finale des compétences

## **Méthodes pédagogiques**

- Méthode expositive : supports théoriques, vidéos, diaporamas commentés
- Méthode démonstrative : démonstration des techniques par le formateur
- Méthode active : travaux pratiques entre stagiaires, mises en situation
- Méthode interrogative : échanges, questionnements guidés, analyses de cas



## **Moyens pédagogiques et techniques**

- 1 formateur kinésithérapeute
- Salle mixte avec espace pratique et accès PMR
- 20 stagiaires maximum par formateur
- Projection de diaporama sur vidéoprojecteur ou écran TV
- Démonstration pratique sur stagiaires volontaires ou mannequins
- Support de cours papier et/ou digital fourni

## **Compétences visées**

### **Compétences théoriques :**

- Comprendre la physiopathologie des points gâchettes et du syndrome myofascial
- Intégrer le dry needling dans le raisonnement clinique
- Identifier les muscles et structures à cibler
- Connaître les contre-indications et précautions

### **Compétences pratiques :**

- Palpation précise des muscles
- Évaluation clinique des points gâchettes
- Application sécurisée des techniques de dry needling
- Évaluation de la réponse immédiate et suivi post-traitement

## **Modalités d'évaluation**

1. Évaluation initiale : avant le début de la formation
2. Évaluation finale : À la fin de la formation pour mesurer l'acquisition des compétences
3. Évaluation à posteriori : À froid, pour mesurer l'impact de la formation sur la pratique quotidienne



## Programme et temps d'étude

Cette formation vous donnera des bases solides pour pratiquer le dry needling avec confiance et sécurité, avec une approche étape par étape centrée sur le participant.

Temps d'étude (en heures)	Jour 1	Jour 2	Jour 3
<b>Théorie en e-learning</b>	<b>15h</b>		
<b>Pratique</b>	<b>8h</b>	<b>8h</b>	<b>8h</b>
<b>Temps d'étude pour la totalité de la formation :</b> Dry Needling - Niveau 1	<b>39h</b>		



# Programme

## Méthodes pédagogiques

- Méthode expositive (supports vidéo, diaporamas commentés)
- Méthode démonstrative (gestes techniques réalisés par le formateur)
- Méthode active (travaux pratiques entre stagiaires, études de cas cliniques)
- Méthode interrogative (échanges, questionnements guidés)

## Jour 1 : Bases pratiques et membre supérieur

Heure	Contenu	Méthodes pédagogiques	Compétences spécifiques	Formateur
08H30-09H00	Accueil, rappel des objectifs	Interrogative	Situer la formation	LEHOUX UNFER GOMEZ
09H00-10H00	Rappels théoriques & sécurité	Expositive	Appliquer les règles de sécurité	LEHOUX UNFER GOMEZ
10h00-12h30	Épaule et bras	Expositive, démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>PAUSE</b>				
14h00-16h00	Avant-bras et main	Expositive, démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
16h00-17h30	Intégration clinique	Expositive & interrogative	Études de cas	LEHOUX UNFER GOMEZ
17h30-18h00	Synthèse	Interrogative	Auto-évaluation	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>Durée totale de la formation hors temps de pause ( 1 journée, 8H)</b>				



## Jour 2 : Membre inférieur

Heure	Contenu	Méthodes pédagogiques	Compétences spécifiques	Formateur
08H30-09H00	Révisions	Interrogative	Consolider les acquis	LEHOUX UNFER GOMEZ
09H00-12H30	Fessiers, TFL, quadriceps	Démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>PAUSE</b>				
14h00-17h00	Ischio-jambiers, mollet, pied	Expositive, démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
16h00-18h00	Intégration clinique	Expositive & interrogative	Études de cas	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>Durée totale de la formation hors temps de pause ( 1 journée, 8H)</b>				

## Jour 3 : Région cervico-céphalique & tronc

Heure	Contenu	Méthodes pédagogiques	Compétences spécifiques	Formateur
08H30-09H00	Révisions	Interrogative	Consolider les acquis	LEHOUX UNFER GOMEZ
09H00-12H30	Cou et tête	Démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>PAUSE</b>				
14h00-16h00	Carré des lombes, érecteurs	Expositive, démonstrative & active	Réaliser un dry needling sécurisé	LEHOUX UNFER GOMEZ
16h00-17h30	Intégration clinique	Expositive & interrogative	Études de cas	LEHOUX UNFER GOMEZ
17h30-18h00	Synthèse	Interrogative	Auto-évaluation	LEHOUX UNFER GOMEZ
<b>Durée totale de la formation hors temps de pause ( 1 journée, 8H)</b>				