

## LES DYSFONCTIONS DE L'ILIO PSOAS DANS LES TROUBLES DE LA SPHÈRE LOMBAIRE ET PELVIENNE

Massages, étirements, postures, normalisations

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Maîtriser l'anatomie de l'ilio-psyas
- Connaître les liens avec les structures voisines
- Savoir palper les deux muscles (iliacus et psyas)
- Être en mesure d'évaluer l'état de l'ilio-psyas
- Adapter le traitement de l'ilio-psyas
- Savoir donner des conseils adaptés à chaque personne en fonction de sa situation

### PUBLIC CONCERNÉ :

Ostéopathes, podologues, médecins.

### 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.

### TECHNIQUES PROPOSÉES :

Étirements spécifiques, postures, inhibitions, normalisations.

### TEMPS DE FORMATION :

Première partie en ligne.  
Deuxième partie en présentiel : 1 journée, soit 8 heures.

### FORMATEURS POUR KINÉ FORMATIONS :

Thierry BLAIN, Kinésithérapeute, Ostéopathe (pour la Réunion).

David BULLE, Masseur Kinésithérapeute, Ostéopathe.

### RÉSUMÉ DE LA FORMATION :

Pour les kinésithérapeutes désireux d'ajouter à leur pratique des techniques thérapeutiques simples et efficaces, permettant de soulager les troubles de la sphère lombaire et abdomino-pelvienne liés aux dysfonctions directes ou indirectes du muscle psyas iliaque.

Cette formation vous permettra de faire les liens et de comprendre les intrications entre douleurs et/ou limitations lombo-pelviennes et diverses dysfonctions du contenu abdominal-pelvien ; de repérer les structures impliquées ; de tester et de traiter ces dysfonctions directes ou à distance par les techniques suivantes : étirements spécifiques, postures, inhibitions, normalisations.

## Contenu de la formation

**8h30** : évaluation :

- différentes zones de palpation
- extensibilité, tests cliniques
- postures adaptatives (debout, au lit, sur la table)

**10h30** : adaptation vertébrale et boiterie

**12h30** : repas

**14h00** : traitements :

- de l'ilio-psyas
- tendinite
- lumbago
- psyoïtis

**16h00** : traitement des structures environnantes :

- diaphragme
- carré des lombes
- piriforme
- coxo-fémorales

**17h00** : auto-traitements et auto-postures

**18h00** : fin de la formation.

### KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart  
08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES  
Tél. : 01 42 22 63 50  
[www.kine-formations.com](http://www.kine-formations.com)

Déclaration activité : 21 08 00367 08

## BIBLIOGRAPHIE :

- Penning L. Spine stabilization by psoas muscle during walking and running. Eur Spine J. 2002 Feb;11.
- Neumann DA, Garceau LR. A proposed novel function of the psoas minor revealed through cadaver dissection. Clin Anat. 2015 Mar. Contribution Anatomy Links. Psoas Links. [www.patreon.com](http://www.patreon.com)
- McKean M. Dépistage postural à l'aide du test Thomas, partie 1. Bulletin australien des tireurs de pistolets.
- Gabbe BJ, Bennell KL, Wajswelner H, Finch CF. Fiabilité des tests de dépistage musculo-squelettiques courants des membres inférieurs. Physiothérapie dans le sport.
- Clapis PA, Davis SM, Davis RO. Fiabilité des mesures inclinométriques et goniométriques de la flexibilité de l'extension de la hanche à l'aide du test Thomas modifié. Théorie et pratique de la physiothérapie.
- Peeler J, Anderson JE. Fiabilité du test Thomas pour évaluer l'amplitude des mouvements autour de la hanche. Physiothérapie dans le sport.
- Psoas muscle and lumbar spine stability: a concept uniting existing controversies. Critical review and hypothesis, L. Penning.
- Lésions du muscle iliopsoas en traumatologie sportive Dr Josselin Lafond.
- Fibrous configuration of the fascia iliaca compartment : An epoxy sheet plastination and confocal microscopy study Zhaoyang Xu<sup>1,2</sup>, Bin Mei<sup>3</sup>, Ming Liu<sup>4</sup>, Lili tu<sup>1</sup>, Han Zhang<sup>5</sup> & Ming Zhang<sup>2</sup>.  
Le caisson abdominal : Blandine Calais Germain. Anatomie pour le mouvement T1 Paris, Desiris, 2013, 5e Ed (1er Ed 1984).
- Abdominaux ; «Arrêtez le massacre» : Bernadette de Gasquet. Méthode Adologie de Gasquet. Paris. Marabout 2009.  
Douleurs musculaires-articulaires.fr : Calais German Blandine. Anatomy of mvt. Seattle East Land press.  
Méthode Abdologie de Gasquet, Paris, Marabout, 2009.
- Approche pragmatique en thérapie manuelle du muscle ilio-psoas à travers l'utilisation des techniques neuro musculaires : Fadi Dahouh, Robert Nicault. Kinésithér.
- Les étirements : méthode, intérêts et limites : Ph. Marquaire.
- Lésions du muscle Ilio Psoas en traumatologie sportive : Dr Josselin Laffond. DESC Médecine du Sport 2ème année.
- Guide pratique des étirements : Ch. Geoffroy.
- Le psoas, muscle vital : Jo Ann Stangaard-jones.
- Atlas d'anatomie humaine : Franck Netter.
- Physiologie articulaire : Kapandji.
- «Originalité de la méthode Mézières», Maloinés 1984.37.
- \* Simon B, Gouilly P, Peverelly G. Synthèse de 12 actions musculaires. Kinésithérapie. La Revue 2001, vol1.
- Duffour M, Le Roy A, Peninou G, Pierron G, kinésithérapie membre inférieur : bilans, techniques passives et actives. Flammarion, Paris, 1992.
- Péninou G, Salzard JC. Possibilité mécanique du psoas et incidence thérapeutique. Ann Kinésithér, 1974.
- Péninou G. Étude, possibilité mécanique du psoas au niveau du rachis lombaire. Journée de rééducation, 1976.



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

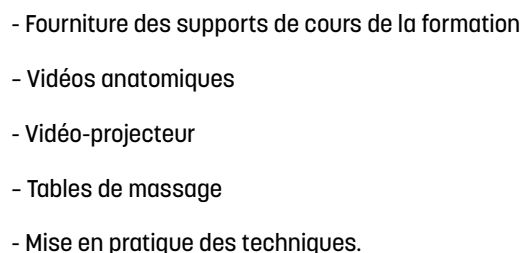
- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.

- **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 modèle anatomique, devant les participants lors des TP.

- **Méthode active** : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- 
- Fourniture des supports de cours de la formation
  - Vidéos anatomiques
  - Vidéo-projecteur
  - Tables de massage
  - Mise en pratique des techniques.



## MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE



## 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.

**NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE**

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



