



# Utilisation du Taping pour moduler la douleur

MAJ le 29/11/2024

## PROGRAMME du e-learning

*Le programme de formation en ligne intitulé « Utilisation du taping pour moduler la douleur » a été conçu pour toutes personnes désireuses de s'initier ou d'approfondir ses connaissances sur l'utilisation du taping dermo neuro musculaire comme outil efficace dans la prise en charge de la douleur musculo-squelettique. Au cours de ce programme, nous explorerons les bases neurophysiologiques du taping, ses techniques d'application, et comment déterminer le montage de taping en fonction des mécanismes neurophysiologiques impliqués dans la douleur.*

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- 1. Acquérir les bases neurophysiologiques du taping*
- 2. Maitriser les caractéristiques des bandes de taping*
- 3. Maitriser les caractéristiques théoriques des différentes techniques de taping dermo neuro musculaire*

### LISTE DES PUBLICS CIBLES

*Tout professionnel désireux de s'initier ou d'approfondir ses connaissances sur l'utilisation du taping pour moduler la douleur.*

### PRÉ-REQUIS

Afin de vous assurer une expérience d'apprentissage fluide et efficace, veuillez-vous assurer de répondre aux exigences techniques suivantes avant de commencer le cours :

Navigation Internet Basique : Vous devez être à l'aise avec la navigation sur internet, y compris savoir utiliser les onglets et les menus des navigateurs web.

Connexion Internet : Une connexion Internet stable pour le streaming vidéo sans interruption.

Matériel Informatique : Un ordinateur, un téléphone ou une tablette capable de lire des vidéos en haute définition.

Logiciel : Adobe Reader ou Google Chrome pour accéder aux documents PDF fournis durant le cours.

Accès aux Vidéos : Notre plateforme utilise des vidéos hébergées sur Wix. Assurez-vous que les paramètres de votre navigateur autorisent le contenu multimédia.

En répondant à ces prérequis, vous maximiserez votre capacité à suivre le cours sans problèmes techniques et à profiter pleinement des matériaux pédagogiques proposés.

## **DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION**

La durée totale de l'e-learning est de **4 heures** de cours asynchrone en distanciel

### **Décomposé ainsi :**

- Vidéos : 3 heures, 01 minutes et 17 secondes.
- Quizz : 10 minutes
- Lecture d'article : 1,5 heures

Les supports pédagogiques sont nombreux et variés : vidéos pédagogiques, texte, infographies, vidéos démonstratives des gestes techniques et photos.

Accessibilité : situation de handicap ([consultez notre politique d'accessibilité](#))

"Il est possible de s'inscrire jusqu'au dernier jour d'ouverture des inscriptions"

Plateforme de formation en ligne accessible depuis ordinateur, tablette et téléphone.

Formation accessible 24H/24, 7J/7.

Votre formateur disponible pour répondre à toutes vos questions sur le sujet via un groupe dédié.

Assistance technique et pédagogique disponible 7/7 (réponse sous 48h max).

Accès à la communauté dédiée à votre formation pour échanger quand vous le souhaitez avec vos confrères.

Formation accessible 24H/24, 7J/7.

## **PROFIL DU FORMATEUR**

**Geoffrey Delas**, kinésithérapeute - Ostéopathe , voir CV

## **CONTENU DU E LEARNING**

### **Introduction**

Présentation du programme

Questionnaires de présentation et auto-évaluation des compétences

Tutoriels pour accéder aux supports pédagogiques et techniques

### **Chapitre 1 : Apport théorique autour du taping**

1.1 Matériel, concept et démythification (6'44)

1.2 Effets physiologiques supposés (6'32)

1.3 Preuves d'efficacité sur la douleur (6'31)

1.4 Apport du tape dans la perturbation musculaire (2'18)

1.5 La méthode (9'48)

1.6 Précautions, contre-indications, principes (7'53)

1.7 Le matériel nécessaire pour pratiquer (1'41)

### **Chapitre 2 : La pratique en vidéo**

#### **2.1 Applications musculaires :**

- Méthodologie de l'application musculaire (3'34)
- Rappel de tension : exemple sur le muscle soléaire (3'27)
- Application tibial antérieur (3'10)
- Application abducteur de l'hallux (3'22)
- Applications vaste latéral et vaste médial (5'00)
- Application infra épineux (2'42)
- Application petit pectoral (1'55)
- Application rhomboid (1'50)

#### **2.2 Applications EDF (douleurs neurogènes et syndromes myofasciaux) :**

- la technique EDF (1'52)
- la découpe en web cut EDF (2'06)

- Méthodologie d'application du web cut EDF (2'17)

- Application piriforme, moyen glutéal et EDF (9'22)

## **2.3 Applications circulatoire**

- description et méthodologie de la pose (8'41)

## **2.4 Applications antalgique (0'35) :**

- Space web cut (3'04)

- Space en étoile (3'30)

- Space Donut Hole (1'22)

## **2.5 Applications fascia**

- description (2'14)

- long and short (3'27)

- Méthodologie d'application (1'30)

## **2.6 Applications mécanique (1'47) :**

- Application sur la rotule (10'28)

- Application sur la voute plantaire (3'13)

- Application sur l'épaule (2'12)

## **2.7 Applications fonctionnelle (0'43) :**

- Application sur la cheville (4'16)

## **2.8 Applications ligamentaire et tendineuse (0'21) :**

- Application ligamentaire (2'36)

- Application tendineuse (4'55)

## **Chapitre 3 : Les applications recettes**

3.1 Douleur patellaire (3'35)

3.2 Tendinite de la patte d'oie (3'34)

3.3 Tendinite du TFL (4'14)

3.4 Aponévrosite plantaire (6'26)

3.5 Maladie de Morton (5'43)

3.6 Névralgie cervico brachiale (1'37)

3.7 Cervicalgie (1'43)

3.8 Epaule douloureuse (4'16)

3.9 Epicondylalgie latérale du coude (3'21)

#### **Chapitre 4 : Les scripts de modulations antalgiques**

- Comment déterminer le choix de la technique ? (10'25)

#### **Conclusion :**

Questionnaire de satisfaction et quizz des connaissances

#### **MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

Questionnaires en ligne à remplir par les stagiaires en début de session puis en fin de sessions.

Permettant d'évaluer les connaissances et compétences concernant le thème de la formation en amont puis en aval, et permettant aussi d'évaluer le degré de satisfaction des stagiaires et les points à améliorer.

Méthodes affirmatives : le formateur transmet son savoir au travers de diaporama et de vidéos sous forme de cours magistral (cours asynchrone en distanciel), pendant 4 heures, selon les points du programme indiqués ci-dessus.

**Assistance pédagogique disponible 7/7 (réponse sous 48h max)**

#### **MOYENS TECHNIQUES**

Plateforme de visionnage

Groupe en ligne dédié pour le e-learning

Mise à disposition en ligne de documents supports (articles scientifiques)

**Assistance technique disponible 7/7 (réponse sous 48h max)**

#### **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

1. Un « questionnaire de préformation » est à compléter en amont de la session sur lequel l'apprenant doit s'auto-évaluer sur chacun des objectifs du programme de la formation
2. Un « questionnaire de satisfaction » est à compléter à la fin de la session sur lequel l'apprenant doit s'auto-évaluer sur chacun des objectifs du programme de la formation
3. Un quizz de fin : Questionnaire sur les connaissances acquises.
4. Le « questionnaire de satisfaction » « à chaud », en fin de formation, permettra d'évaluer l'appréciation de l'organisation et du contenu de la formation.
5. **Attestation de fin de formation, avec évaluation des acquis de la formation par rapport aux objectifs**