



PROGRAMME

Système fascial et échoscopie : voir ce que vous palpez pour mieux traiter

Formation destinée aux Masseurs-Kinésithérapeutes

Formateur : SELLAL Romain

Durée : 2 jours - 14 heures

Pré-requis : Aucun

Matériel à prévoir : un tapis + une serviette + une tenue décontractée

Contexte :

Les masseurs-kinésithérapeutes (MK) intègrent de plus en plus le tissu fascial dans leur raisonnement thérapeutique. Cependant, les concepts de "chaînes myofasciales" souffrent parfois d'un manque de précision terminologique ou de dérives ésotériques. L'évolution récente de la littérature scientifique (Stecco et al., 2025) impose une actualisation des connaissances. Parallèlement, l'essor de l'échoscopie musculo-squelettique (MSK) offre une opportunité majeure au cabinet : objectiver in vivo les interfaces fasciales, analyser les glissements de feuillets et caractériser précisément les Lésions Myo-Aponévrotiques (LMA). Cette action de DPC vise à sécuriser la prise en soin, à standardiser l'examen morpho-fonctionnel du tissu conjonctif, et à rationaliser l'utilisation de l'imagerie comme un outil purement complémentaire à la clinique.

L'action proposée est une action intégrée de formation continue combinant des apports anatomiques et neurophysiologiques fondés sur les preuves (EBP), des ateliers de manipulation technologique guidés (échographie) et des résolutions de cas cliniques multidisciplinaires (sport, respiration, périnée).

Objectifs :

Cette formation vise à comprendre le système fascial, l'observer grâce à l'échoscopie et à l'intégrer avec discernement dans le raisonnement clinique et les prises de décision thérapeutiques. La stratégie pédagogique repose sur un apprentissage progressif (« voir ce que l'on palpe ») alternant des phases d'évaluation réflexive, des ateliers gestuels d'acquisition d'images sur échographes de dernière génération, et des travaux dirigés sur cas réels.

Objectifs généraux :

- **Situer le raisonnement clinique fascial dans le cadre des données probantes et de la nomenclature internationale (Stecco, Myers).**
- **Sécuriser le recours à l'échoscopie MSK comme outil d'observation fonctionnelle exclusif, sans glissement vers le diagnostic médical.**
- **Conduire un bilan morpho-fonctionnel dynamique et adapter un protocole thérapeutique ciblé.**

Objectifs spécifiques :

- **Distinguer les caractéristiques histologiques et mécaniques des 4 organes fasciaux.**
- **Maîtriser les réglages de base d'un échographe (gain, focalisation, profondeur) et identifier les principaux artéfacts (anisotropie).**
- **Différencier à l'imagerie les différents grades d'une lésion myo-aponévrotique (classification Rodineau-Brasseur).**
- **Tracer et évaluer l'implication des 7 lignes myofasciales de Myers face à un tableau clinique.**
- **Visualiser in vivo l'excursion diaphragmatique ou l'élévation du plancher pelvien par échographie sus-pubienne.**

Compétences et connaissances visées : Le stagiaire est en capacité d'évaluer précisément l'intégrité et la dynamique du tissu fascial profond et superficiel, de manipuler un échographe pour optimiser l'imagerie des plans de glissement, de différencier une image normale d'une anomalie tissulaire de type LMA, et de concevoir un plan de traitement adapté en intégrant de manière critique le concept de lignes myofasciales.

Implication personnelle attendue des participants : Participation active à travers l'évaluation des pratiques professionnelles, la co-construction d'arbres décisionnels cliniques, la réalisation physique et répétée des ateliers de manipulation d'échographes en binômes, et l'implication dans les débats mouvants et les résolutions de cas cliniques en petits groupes.



JOUR 1

MATIN 9h00-12h30

Concepts fondamentaux, Neurophysiologie & Raisonnement clinique

THEORIE (20min) :

Objectif : Accueillir les participants, installer un climat de confiance et recueillir les attentes

(Présentation orale interactive. Activité ludo-pédagogique d'interconnaissance. Support diaporama)

- Accueil, présentation du cadre de formation et cadrage de la posture critique attendue

PRATIQUE (30min) :

Objectif : Evaluer les connaissances initiales et déboulonner les mythes épistémologiques

(Pratique réflexive. Evaluation en temps réel via outil numérique interactif (Wooclap). Debriefing guide.)

- Quiz de positionnement portant sur l'anatomie fasciale et les idées reçues. Définition consensuelle actuelle (Stecco 2025)

PRATIQUE (40min) :

Objectif : Différencier les structures anatomiques du système fascial et leurs dispositions

(Exposé interactif avec schématisation anatomopathologique. Activité ludo-pédagogique: "L'arbre des structures" (classement au tableau).)

- Anatomie des 4 organes fasciaux (superficiel, profond, viscéral, neural). Zoom sur l'exosquelette

THEORIE / PRATIQUE (40min) :

Objectif : Relier la composition histologique aux propriétés de transmission des forces

(Exposé théorique appuyé sur les données probantes. Analyse en sous-groupes de mini extraits d'articles scientifiques.)

- Propriétés mécaniques : collagène, élastine, fibroblastes
- Mecanotransduction. Limites scientifiques des modèles de « chaînes » simplistes

THEORIE (40min) :

Objectif : Expliquer le rôle du fascia dans la nociception sans surinterprétation clinique

(Présentation interactive magistrale avec schémas de cascades neuro-chimiques. Questions-réponses au fil de l'eau)

- Neurophysiologie : mécanorécepteurs (Ruffini, Pacini) et nocicepteurs (fibres Aδ et C). Sensibilisation périphérique et inflammation tissulaire

THEORIE / PRATIQUE (20min) :

Objectif : Amorcer le passage de la théorie pure au raisonnement clinique de premier niveau

(Travail collaboratif en binômes sur document écrit. Identification des structures et mécanismes potentiels)

- Analyse clinique d'une vignette courte (ex : lombalgie chronique / raideur postérieure)

THEORIE (20min) :

Objectif : Synthétiser les acquis du matin et introduire la classification des lésions tissulaires

(Séance de remue-méninges (brainstorming) Construction d'une carte mentale sur tableau blanc.)

- Mind-map collectif des notions clés
- Introduction à la classification des Lésions Myo-Aponévrotiques (LMA, grades 0 à 4)

APRES-MIDI 14h00-17h30

Apprentissage technologique & Échoscopie pratique

THEORIE (30min) :

Objectif : Identifier la sémologie échographique élémentaire et lire une image stratifiée

(Méthode active de lecture d'imagerie. Projection sur écran de coupes anatomiques réelles et repérage collectif interactif)

- Physique des ultrasons, impédances acoustiques, terminologie (anéchoïque, hypo/hyperéchoïque)
- Lecture de la peau au fascia profond

THEORIE / PRATIQUE (40min) :

Objectif : Manipuler la sonde et maîtriser les réglages primordiaux d'optimisation de l'image

(Démonstration pratique par le formateur, puis manipulation libre directe en binômes sur échographe (zone poignet/avant-bras).)

- Choix des sondes (linéaire vs convexe)
- Réglages : Gain, Profondeur (règle des 2/3), Focalisation sur le plan fascial

THEORIE / PRATIQUE (30min) :

Objectif : Reconnaître, provoquer et corriger les artefacts physiques pour éviter les faux diagnostics

(Atelier technique en binôme : provoquer délibérément un phénomène d'anisotropie et le corriger par angulation de la sonde)

- L'anisotropie du tissu fibrillaire directionnel.
- Ombre acoustique vs renforcement postérieur. Différence entre artefact et lésion réelle

PRATIQUE (40min) :

Objectif : Réaliser un protocole d'examen échoscopie statique et dynamique ciblé

(Pratique guidée en binômes. Application d'un protocole d'examen précis avec mise en mouvement contrôlée du modèle (flexion du tronc).)

- Mesure d'épaisseur, évaluation de la continuité tissulaire, observation des glissements interfeuillets et variations à la contraction (Fascia thoraco-lombaire)

THEORIE / PRATIQUE (40min) :

Objectif : Caractériser une lésion myo-aponévrotique (LMA) sous le prisme échographique

(Etude de cas sur banque d'images réelles anonymisées. Atelier "Détection d'images" en petits groupes)

- Signes de LMA à l'écho (hypertrophie, plage hypoéchoïque, décollement, rupture)
- Classification Rodineau-Brasseur

THEORIE / PRATIQUE (30min) :

Objectif : Mesurer l'ancrage des compétences de la première journée

(Quiz de fin de journée écrit ou numérique (type Kahoot/Quizizz) suivi d'un débriefing ouvert)

- Réactivation globale des concepts d'anatomie, de neurophysiologie et de physique échographique



JOUR 2

MATIN 9h00-12h30

Continuités myofasciales & Lignes de Myers

THEORIE (20min) :

Objectif : Vérifier la bonne assimilation des notions techniques et histologiques du jour 1

(Quiz oral interactif avec boîtiers de vote ou questions flash projetées)

- **Réactivation J1** : terminologie écho, artefacts, organes fasciaux

THEORIE / PRATIQUE (30min) :

Objectif : Cartographier les trajets anatomiques précis des lignes myofasciales

(Exposé illustre. Atelier de cartographie manuelle : trace des lignes aux feutres dermatologiques sur silhouettes ou sur le binôme)

- **Les 7 lignes fondamentales de Thomas Myers (SBL, SFL, LL, SPL, Lignes de bras, Lignes fonctionnelles, DFL)**
- **Trajets et fonctions mécaniques**

THEORIE / PRATIQUE (30min) :

Objectif : Objectiver par l'imagerie les zones de transition des lignes de force

(Travail pratique sur échographe en binômes. Guidage étape par étape pour suivre le glissement conjonctif d'une structure à une autre)

- **Repérage échographique des interfaces : jonction fascia plantaire-tendon d'Achille (SBL), continuité TLF-grand dorsal (SPL)**

THEORIE / PRATIQUE (30min) :

Objectif : Examiner spécifiquement les structures profondes de la Ligne Profonde Antérieure (DFL)

(Palpation clinique guidée des repères anatomiques de surface combinée à une exploration échoscopie (sonde convexe pour le diaphragme).)

- **La DFL : carrefour du plancher pelvien, du psoas et du diaphragme. Rôle postural et ventilatoire majeur**

THEORIE (30min) :

Objectif : Développer un sens critique aiguise face aux concepts cliniques fasciaux

(Méthode réflexive active : Debat mouvant. Séparation physique de la pièce en deux rives : "Outil clinique valide" vs "Croyance non prouvée".)

- **Analyse de la littérature scientifique récente**
- **Concordance anatomique vs absence de preuves de causalité clinique directe**
- **Modèles alternatifs**

THEORIE / PRATIQUE (35min) :

Objectif : Mobiliser les concepts de lignes comme une grille de lecture diagnostique rationnelle

(Travail en sous-groupes de 3. Analyse des contraintes à distance et rédaction d'une hypothèse de traitement fascial argumentée)

- **Résolution de mini-vignettes cliniques complexes (ex : tendinopathies récidivantes, syndromes de l'essui-glace)**

THEORIE / PRATIQUE (35min) :

Objectif : Corréler de façon synthétique la structure théorique et son application concrète

(Séance de brainstorming collectif guidée au tableau par le formateur. Remplissage collaboratif d'un support vierge distribuable)

- **Co-construction du tableau récapitulatif croisé (7 lignes / trajets / expressions pathologiques)**

APRES-MIDI 14h00-17h30

Pratique clinique & Résolution de cas complexes

CAS + PRATIQUE (1h10) :

Objectif : CAS 1 - SPORT : Intégrer l'échoscopie et le concept SBL/SPL pour planifier la reprise après une LMA des Ischio-Jambiers

(Apprentissage par problème (Clinical Case Study). Raisonnement clinique en sous-groupes, suivi d'un atelier pratique sur échographe (balayage dynamique des ischios sous contraction).)

- **Analyse d'un cas réel (footballeur, 26 ans)**
- **Visualisation de la jonction myoaponévrotique en dynamique**
- **Construction d'une progression excentrique guidée par imagerie**

PRATIQUE (30min) :

Objectif : CAS 1 (Suite) : Maîtriser le traitement manuel et instrumental des interfaces cicatricielles

(Pratique manuelle en binômes (crochetage, techniques de glissement tissulaire manuel sous contrôle écho direct).)

- **Techniques de mobilisation des plans de glissement adjacents à la lésion. Respect des délais de cicatrisation biologique**

CAS + PRATIQUE (45min) :

Objectif : CAS 2 - RESPIRATION : Prendre en charge une dyspnée fonctionnelle par biofeedback diaphragmatique échoscopie

(Étude de cas en grand groupe, puis atelier pratique sur table : mesure écho de l'excursion diaphragmatique (sonde convexe) pendant les manœuvres de libération manuelle)

- **Analyse du cas (chanteuse, 34 ans)**
- **Exploration de la ligne DFL (continuité diaphragme/psoas)**
- **Mesure de l'excursion et de l'épaisseur diaphragmatique**

CAS + PRATIQUE (45min) :

Objectif : CAS 3 - PERINEE : Analyser et guider les synergies posturales et périnéales post-partum (DFL/SBL)

(Modélisation clinique. Atelier pratique : mesure de l'élévation du plancher pelvien à l'écho en temps réel lors de variations posturales et ventilatoires)

- **Analyse du cas (dyspareunie, 31 ans)**
- **Echographie transabdominale sus-pubienne fonctionnelle**
- **Synchronisation respiration-périnée-posture**

THEORIE / PRATIQUE (20min) :

Objectif : Evaluer l'impact global de l'action et acter le transfert des compétences vers le cabinet

- **Bilan général, synthèse, QCM, formulaire individuel d'engagement de changement de pratiques professionnelles, administratif**