

PROGRAMME 2026

CONTEXTE

La douleur lombaire est la principale cause d'incapacité dans le monde. Elle est complexe, peut être accablante, et soyons clairs, la plupart des cliniciens peuvent souvent offrir peu d'aide face aux plaintes chroniques. Mais pourquoi sommes-nous si mauvais dans le traitement de la lombalgie ?

Ce ne sont pas seulement nos actions et nos techniques qui comptent, mais aussi nos mots, qui jouent un rôle crucial. Il est temps de repenser la manière dont nous traitons efficacement les patients souffrant de lombalgies. L'élaboration d'un profil multidimensionnel de votre patient serait une meilleure option. L'importance de la communication, des approches centrées sur le patient et de l'adaptation des objectifs contribue à établir une meilleure relation thérapeutique, augmentant ainsi l'adhésion aux conseils et aux rendez-vous, tout en améliorant les résultats pour le patient.

Lors de cette formation, nous ne nous limiterons donc pas au débat entre traitements hands-on et hands-off. Nous mettrons l'accent sur l'utilisation équilibrée des deux dans une approche cognitive, individuelle et fonctionnelle.

Ce cours combine simplicité et précision, humour et éducation, efficacité et attention aux détails, afin que vous puissiez appliquer dès le lendemain de ce que vous avez appris à la formation.

PROFIL DU FORMATEUR

Wilfried Simon est kinésithérapeute et ostéopathe, spécialisé dans les douleurs lombaires. Français installé à Anvers, il y a fondé son cabinet, Recovery Lab Antwerp, et exerce en complément à l'hôpital au sein d'une équipe pluridisciplinaire. Un large public de soignants le suit sur Instagram sous le nom the.spine.physio.

Sa pratique combine sciences de la douleur, neuropathies périphériques et thérapie cognitive fonctionnelle, une approche qu'il transmet en formation en Belgique et à l'étranger, notamment chez KYMO Formation sur la prise en charge des douleurs lombaires.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Établir un vrai diagnostic patient-centré.
2. Cibler la thérapie grâce à la triade communication-exercice-thérapie manuelle.
3. Augmenter l'efficacité et la rapidité de l'examen clinique.
4. Savoir prendre une décision de traiter ou référer selon les drapeaux rouges.
5. Classifier son patient selon un profil multidimensionnel.
6. Changer la vision traditionnelle du traitement des lombalgies.

LISTE DES PUBLICS CIBLES

Kinésithérapeutes, ostéopathes, chiropracteurs.

PRÉ-REQUIS

Complément mais non prérequis : e-books « Pathologies lombaires sérieuses » et « Diagnostic différentiel irradiation jambe ».

MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée de la formation : 15 heures (8 heures le 1er jour, 7 heures le 2e jour)

Effectif maximum : 24 participants

Modalité : Présentiel

Accréditations : PQK 24 UFC ; QPP Th. manuelle 32 pts

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
Jour 1				
9h00 – 10h00	Introduction : présentation des deux jours de formation, des objectifs, généralités sur les lombaires et la douleur.	Cours magistral sourcé	Diapositives	Échanges interactifs en direct du discours du formateur
10h00 – 10h45	Pilier 1 : communication. Généralités sur les principes d'une communication dynamique, efficace, empathique comme base de toute alliance thérapeutique.	Cours magistral sourcé	Diapositives et vidéos	Échanges interactifs en direct du discours du formateur
10h45 – 11h00	Pause			
11h00 – 12h30	Fondation : diagnostic. Mise en place d'un profil multidimensionnel répondant à une approche patient-centrée.	Cours magistral sourcé	Diapositives et tableau blanc	Échanges interactifs et quiz
12h30 – 13h30	Pause déjeuner			
13h30 – 15h00	BPS : examination (partie 1). Pratique sur l'anamnèse et l'examen clinique d'un patient lombalgique selon une approche biopsychosociale.	Pratique en binôme ou en groupe de 4	Diapositives, tableau blanc, tables de massage (1 table par groupe de 2 ou 4)	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions
15h00 – 15h15	Pause			
15h15 – 16h30	BPS : examination (partie 2). Pratique sur l'anamnèse et l'examen clinique d'un patient lombalgique selon une approche biopsychosociale.	Pratique en binôme ou en groupe de 4	Diapositives, tableau blanc, tables de massage (1 table par groupe de 2 ou 4)	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions
16h30 – 17h00	Questions-réponses : les élèves posent leurs questions en lien avec la journée 1 ou leur expérience personnelle.	Échanges		Le formateur répond de façon concise aux questions des élèves
Sous-total	8 heures de formation			
Jour 2				
9h00 – 10h00	Pilier 1 : communication. Théorie et jeux de rôle pour répondre aux questions et fausses croyances des patients (explications autour des examens complémentaires, « misconceptions » autour de la douleur et du dos).	Théorie et jeux de rôle	Diapositives	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions
10h00 – 10h45	Pilier 2 : thérapie manuelle. Théorie et pratique autour du choix et de la mise en place de techniques de thérapie manuelle.	Théorie et pratique	Diapositives	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
10h45 – 11h00	Pause			
11h00 – 12h00	Pilier 3 : exercices. Théorie et pratique autour du choix d'exercices en fonction du profil du patient.	Théorie et pratique	Diapositives	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions
12h00 – 13h00	Pause déjeuner			
13h00 – 15h30	Cas cliniques : pratique regroupant toutes les notions acquises durant les deux jours de formation, combinant la triade communication-exercice-thérapie manuelle.	Pratique en binôme ou en groupe de 4	Diapositives, tableau blanc, tables de massage (1 table par groupe de 2 ou 4)	Le formateur passe parmi les élèves pour corriger et répondre aux questions
15h30 – 16h00	Questions-réponses : les élèves posent leurs questions en lien avec les deux journées de formation ou leur expérience personnelle.	Échanges		Le formateur répond de façon concise aux questions des élèves
Sous-total	7 heures de formation			
Total	15 heures de formation			