

## Approche intégrative des douleurs pelviennes féminines.

**Formateur(s)** : WRZESINSKI Alexa, Ostéopathe D.O.

**Lieu et date** : Résid'Hotel Pont du Gard, 47 Av. du Pont du Gard 30210 Remoulins,  
En distanciel à partir du vendredi 06 février (VIDEOS à visionner avant le live!) et  
En distanciel LIVE le lundi 02 mars 2026 et  
En présentiel du jeudi 26 mars au samedi 28 mars 2026  
**Nombre d'heures de formation** : 36 h sur 5 jour(s) (3 session)  
**Pré requis et public visé** : Ostéopathes

### PROGRAMME :

#### **PARTIE DISTANCIELLE "VIDEOS"**

**Environ 6 heures à visionner à son rythme avant la partie "VISIOCONFERENCE".**

Ces vidéos poseront les bases théoriques indispensables, libérant le temps en direct pour l'interaction et la pratique.

#### **Anatomie & Neuro-Anatomie du bassin féminin.**

Plancher pelvien, organes pelviens, nerfs pudendal, fémoro-cutané, plexus hypogastrique...

#### **Physiologie de la douleur pelvienne.**

Nociception, sensibilisation centrale, inflammation, neuropathies, douleur nociplastique...

#### **Sémiologie & Diagnostic.**

Endométriose, vulvodynie, dyspareunie, névralgies, syndrome de la vessie douloureuse, red flags...

#### **Approche Bio-psycho-sociale (BPS).**

Facteurs de chronicisation, relation thérapeutique, posture d'écoute.

## **Violences faites aux femmes.**

Dépistage, outils pratiques (MIPROF), définitions, ressources.

## **Psychosomatique & Médecine narrative.**

Introduction à la lecture corps-esprit dans la douleur chronique.

## **PARTIE DISTANCIELLE en "VISIOCONFERENCE"**

Cette journée visioconférence en "live" sera dédiée à l'exploration des dimensions plus délicates et interactives, permettant aux participants d'échanger et de poser leurs questions.

### **Questions/Réponses sur les vidéos.**

Clarification des points clés en anatomie, physiologie de la douleur et diagnostic.

Échanges pour lever les doutes et partager les premières impressions.

### **Violences faites aux femmes et douleur pelvienne.**

**Impact** des violences sexuelles et intrafamiliales sur la chronicisation des douleurs.

Compréhension des **mécanismes du trauma complexe** (dissociation, hypervigilance).

**Cas cliniques** en groupes pour identifier **les signes d'alerte** et adapter l'approche.

**Réflexion éthique** : créer un espace sûr et sans jugement.

### **Approches psychosomatiques et psychocorporelles.**

**Influence** des émotions, stress et anxiété sur la douleur pelvienne.

Présentation de la pleine conscience, sophrologie, yoga thérapeutique.

**Témoignages** patientes et **discussion** sur l'intégration de ces méthodes en pratique.

### **Douleurs pelviennes, endométriose et infertilité.**

**Lien** entre douleurs chroniques, endométriose et parcours PMA.

**Impact psychologique et conséquences** sur la sexualité.

Rôle de **l'ostéopathie et approches complémentaires**.

## **PARTIE PRESENTIELLE en 3 jours**

Cette partie en présentiel favorise l'intégration pratique, la posture réflexive et l'élaboration de stratégies de prise en charge complètes et respectueuses.

### **Jour 1 : Douleur, hormones & sexualité.**

**Neurophysiologie** approfondie des douleurs neuropathiques pelviennes : diagnostic, tests cliniques, collaboration pluridisciplinaire.

Hormones, cycle, contraception et ménopause : **impact sur la douleur** et adaptation des prises en charge manuelles.

Techniques spécifiques pour l'**endométriose**, avec approche douce adaptée aux antécédents traumatiques.

**Sexualité et douleurs pelviennes** : dyspareunie, vaginisme, pistes de réflexion et conseils.

**Atelier pratique** : exercices de pleine conscience, régulation du stress et auto-gestion de la douleur.

## Jour 2 : Intégration & posture thérapeutique.

**Violences, dissociation et impacts corporels** : lecture de cas et auto-régulation du thérapeute.

Entretien simulé pour créer un espace sécurisant et pratiquer la clinique informée par le trauma.

Construction de **plans de soin personnalisés en équipe pluridisciplinaire**.

**Réflexion éthique** sur le consentement, limites de compétences et prévention du burn-out.

## Jour 3 : Techniques ostéopathiques & examen clinique.

Cette journée est accessible uniquement aux ostéopathes inscrits à la formation.

Ce jour en présentiel sera axé sur l'intégration des connaissances via l'examen clinique, la palpation et l'initiation **aux techniques ostéopathiques spécifiques**.

**Anamnèse approfondie** avec repérage des signaux d'alerte liés aux traumatismes.

**Palpation** du bassin féminin : os, ligaments, muscles (plancher pelvien, psoas, piriforme...).

**Pratique supervisée** des mobilités articulaires et techniques ostéopathiques viscérales et fasciales.

**Adaptation** des techniques selon l'histoire et la plainte de la patiente.

Discussion de **cas cliniques** pour intégrer les approches dans un plan global.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

????- Approfondir vos connaissances en anatomie, neurophysiologie et sémiologie des douleurs pelviennes.

- Comprendre l'impact des traumas (notamment des violences sexuelles) sur le corps et le vécu douloureux.
- Acquérir des outils d'évaluation et d'accompagnement thérapeutique adaptés, respectueux et efficaces.
- Développer une posture clinique ajustée face à la complexité et à la vulnérabilité de ces patientes.
- Intégrer la dimension interdisciplinaire et construire un réseau de prise en charge cohérent.

## MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Cours magistral et enseignement pratique, vidéoprojecteur, tables de manipulation selon les formations, paperboard... Les documents administratifs et supports de formation sont transmis au préalable par mail : fichier PDF, articles, textes...

## ÉVALUATIONS ET ACCOMPAGNEMENT DU STAGIAIRE :

Avant la formation :

un questionnaire est communiqué à l'ensemble des stagiaires afin de faire un état des lieux des connaissances dans le domaine étudié et apprécier les attentes / besoins.

Au cours de la formation :

des évaluations sont mises en place sous forme de quizz, des questions / réponses, cas cliniques...

En fin de formation :

un questionnaire est partagé à l'ensemble des stagiaires pour apprécier les acquis de chacun lors de la formation.

## ÉVALUATIONS DE L'ORGANISME DE FORMATION :

En fin de formation :

les stagiaires sont invités à nous faire part de leurs avis et commentaires à travers une fiche d'évaluation avec des critères pédagogiques, organisationnels, de satisfaction personnelle, du formateur(s)...

3 mois après la formation :

dans un soucis d'amélioration continue, nous sollicitons les stagiaires à nous faire part de leurs avis et commentaires sur les apports et limites.

Une fiche de présence est présentée en début de chaque demi-journée.

A l'issue de la formation une ATTESTATION DE FORMATION est délivrée au stagiaire ayant participé à l'ensemble de la formation.

Nos formations sont accessibles aux situations de handicap.

Merci de nous contacter pour préciser si vous êtes en situation de handicap et pour connaître l'accessibilité à la formation en fonction de vos besoins.

Fait à Uzès, le 26/01/2026

Coralie BASCOU, responsable de Formations BerlioZ'

formations  
**BERLIOZ'**

SIRET 87818894500017  
NDA 76300454030 DIRECCTE OCCITANIE  
8 bis rue Docteur Gardès - 30700 UZES