



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 vendredi 27 mars 2026

Nombre d'heures de formation : 28 h sur 4 jour(s) (3 session)

Pré requis et public visé : Kinésithérapeutes, Sages-femmes, Médecins, autre profession nous contacter!

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, vulvodynies, 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 2 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 traumatisques.

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.

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'

