



NOUVELLE FORMATION

Durée de la formation :

2 jours (14 heures)

Nombre de stagiaires minimum : 7

Nombre de stagiaires maximum : 20

Accessibilité : Nous contacter

Coût de la formation et prise en charge :

585€ non soumis à la TVA

Spécialités concernées :

Masseurs-Kinésithérapeutes DE

Dates, lieux, disponibilité :

Consulter notre calendrier : tminstitute.fr

Objectifs de la formation :

- La compréhension du phénomène douloureux dans sa complexité et sa singularité, vous rendra spécialiste de l'abord non médicamenteux de la douleur, via des connaissances actualisées, et notamment grâce aux neurosciences.
- L'analyse de vos pratiques au regard de ces connaissances, contribuera à optimiser vos choix de traitement, et à mettre en place une progression raisonnée. Ceci se fera en collaboration étroite avec votre patient, en respectant ses attentes, ses croyances et ses connaissances.
- À l'issue de la formation, vous serez en mesure d'aborder votre patient suivant un modèle Bio Psycho Social, de déterminer les orientations de traitement les plus adaptées, afin d'améliorer sa situation douloureuse, à court, moyen, et long terme.



Intervenant :



Laurent ROUSSEAU - MKDE - Formateur depuis 2013 - Préventeur TMS - Participe à la mise en place du Rendez Vous Préventif Santé Kiné, bilan préventif au cabinet du masseur kinésithérapeute en première intention.

Méthodologie pédagogique :

Afin d'atteindre les objectifs définis, de permettre un apprentissage efficace et durable, tout en se conformant aux recommandations de l'HAS, **plusieurs méthodes complémentaires** ont été choisies :

La méthode exposive :

Le formateur expose des contenus théoriques à travers la présentation de diaporamas et de vidéos. Son intervention est illustrée et complétée par la remise de documents aux participants sous forme de Clés USB et/ou de supports papier tels que supports de cours, bibliographie, etc.

La méthode participative, interrogative et expérientielle :

Les masseurs-kinésithérapeutes participent de manière active à la formation dans la cadre de jeux de rôle et de mises en situation, interrogation individuelle et en petits groupes de chacun sur ses propres pratiques et expériences.

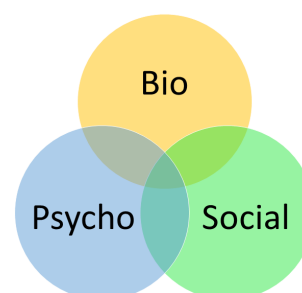
Modalités d'évaluation et de suivi :

Evaluation des connaissances réalisée à partir d'un questionnaire en début et en fin de formation.

Evaluation de la satisfaction à chaud réalisée à la fin de la formation.

Evaluation à froid réalisée à 6 mois.

Une **attestation de présence** est remise aux participants à l'issue de la formation



Programme détaillé de la formation :

Journée 1

Présentation de la formation, son histoire

Présentation du formation

Questionnaire d'évaluation des connaissances post-formation

La douleur, pourquoi comment ?

Présentation des participants, attente, motivation et Questionnaire sur la neurophysiologie de la douleur pré-formation

Présentation de la première journée

Introduction

1 Éléments de compréhension de la douleur

- 1.1 La douleur est un signal en réponse à la perception d'une menace
- 1.2 La nociception : données physiologiques
- 1.3 La sensibilisation et les applications en kinésithérapie

2 Les définitions de la douleur

- 2.1 Suivant l'origine présumée (IASP)
- 2.2 Suivant la durée
- 2.3 Les particularités selon l'âge

3 Atelier 1 : Écouter le patient

4 Discussion et proposition d'un arbre décisionnel pour la suite

- 4.1 L'écoute réflexive
- 4.2 Les critères de choix
- 4.3 Faire une première évaluation
- 4.4 L'arbre décisionnel – Synthèse de la première approche

5 Les bilans – Pourquoi Comment ?

- 5.1 Que recherche t'on ?
 - 5.1.1 L'auto-évaluation (quelle évaluation et pourquoi, intérêts et limites)
 - 5.1.1.1 *Unidimensionnelle*
 - 5.1.1.2 *Multidimensionnelle*
 - 5.1.2 Les hétéro-évaluations (analyse des modifications comportementales et physiologiques liées à la douleur (mimique, fréquence des plaintes, attitudes motrices)

6 Atelier 2 « Bilan » le patient

7 L'entretien motivationnel

- 7.1 Les grands principes
- 7.2 Les objectifs
- 7.3 Entretien motivationnel, kinésithérapie et douleur

8 L'alliance thérapeutique

- 8.1 Les grands principes
- 8.2 Les objectifs
- 8.3 Entretien motivationnel, kinésithérapie et douleur

Fin de la première journée

Programme détaillé de la formation :

Journée 2

Passer à l'action

Retour sur la journée 1 et présentation journée 2

9 Identifier les croyances et les attentes du patient

10 Atelier 3 : Mener l'entretien

- 10.1 En utilisant les principes de l'entretien motivationnel et de l'alliance thérapeutique, la première « mission » est de présenter les résultats avec un début de traitement.
- 10.2 Dans un deuxième temps et afin d'engager le patient dans son traitement, renseigner les croyances et les attentes du patient

11 Mise en place des traitements

- 11.1 Choisir et justifier de ses traitements
- 11.2 La douleur est Bio Psycho Sociale
- 11.3 La modulation
- 11.4 Co-construire le traitement
- 11.5 Adapter ses traitements

12 Atelier 4 Les traitements

- 12.1 Proposer une voie logique et argumenter au patient, pour aboutir à un traitement, tout en respectant et en valorisant son engagement et sa participation.
- 12.2 Définir les modalités de réalisation de ces exercices, au cabinet, au domicile, au travail, pendant les loisirs...

13 L'effet contextuel

- 13.1 Définition de l'effet contextuel
- 13.2 Placebo et kinésithérapie
- 13.3 Mise en place
- 13.4 Les résultats et ce que l'on peut en attendre

14 Atelier 5 Intégrer l'effet placebo

15 Les messages utiles

- 15.1 Les intérêts de ces messages
- 15.2 Les difficultés pour faire passer ces messages
- 15.3 La douleur n'est pas le reflet de la lésion
- 15.4 Les difficultés pour faire passer ces messages
- 15.5 Les croyances du patient face à ces messages
- 15.6 Métaphores et histoires au service de ces messages
- 15.7 Stratégies à envisager
- 15.8 Ce que le patient a à gagner en s'appropriant ces informations
- 15.9 Les éléments utiles dans la prise en charge de la douleur

16 L'éducation

- 16.1 Principes
- 16.2 Métaphores et histoires
- 16.3 Messages et stratégie
- 16.4 L'éducation, comment faire ?

17 Atelier 6 Faire passer les messages

18 Debrief de la formation

Questionnaire sur la neurophysiologie de la douleur post-formation et correction

Questionnaire d'évaluation des connaissances post-formation

Evaluation de la formation

Fin de la formation

Bibliographie (classée par chapitre):

Introduction

Bouhassira D, Lantéri-Minet M, Attal N, Laurent B, Touboul C. Prevalence of chronic pain with neuropathic characteristics in the general population. *Pain*. 2008 Jun;136(3):380-7. Epub 2007 Sep 20.

Breivik H, Collett B, Ventafridda V, Cohen R, Gallacher D. Survey of chronic pain in Europe: prevalence, impact on daily life, and treatment. *Eur J Pain*. 2006 May;10(4):287-333. Epub 2005 Aug 10.

L'ÉTAT DE SANTÉ DE LA POPULATION EN FRANCE SUIVI DES OBJECTIFS ANNEXÉS À LA LOI DE SANTÉ PUBLIQUE RAPPORT 2011 Sous la direction de Sandrine Danet, Directrice de la publication : Anne-Marie Brocas Coordination éditoriale: Élisabeth Hini Relecture: Lucile Olier 212-213.

LA DOULEUR CHRONIQUE : UNE MALADIE Manifeste pour améliorer l'offre de soins en France

Document élaboré par La Société Française d'Etude et de Traitement de la Douleur (SFETD)

Andrew R, Derry S, Taylor RS, Straube S, Phillips CJ. The costs and consequences of adequately managed chronic non-cancer pain and chronic neuropathic pain. *Pain Pract*. 2014 Jan;14(1):79-94. doi: 10.1111/papr.12050. Epub 2013 Mar 6.

Reid, Kim & Harker, Julie & Bala, Malgorzata & Truyers, Carla & Kellen, Eliane & Elsiene Bekkering, Geertruida & Kleijnen, Jos. (2011). Epidemiology of chronic non-cancer pain in Europe: Narrative review of prevalence, pain treatments and pain impact. *Current medical research and opinion*. 27. 449-62. 10.1185/03007995.2010.545813.

van Hecke O, Torrance N, Smith BH. Chronic pain epidemiology and its clinical relevance. *Br J Anaesth*. 2013 Jul;111(1):13-8. doi: 10.1093/bja/aet123.

Communiqué de presse, Le coût de l'impact sociétal de la douleur pour l'UE estimé à 441 milliards d'euros par an. « Des experts discutent d'une politique de santé pour aborder les coûts engendrés par la douleur chronique et l'incapacité de travail »

Enquête PainSTORY (Pain Study Tracking Ongoing Responses for a Year), septembre 2009.

Éléments de compréhension de la douleur

Melzack R. Evolution of the neuromatrix theory of pain. The Prithvi Raj Lecture: presented at the third World Congress of World Institute of Pain, Barcelona 2004. *Pain Pract*. 2005 Jun;5(2):85-94.

Melzack R. From the gate to the neuromatrix. *Pain*. 1999 Aug;Suppl 6:S121-6.

Smart KM, Blake C, Staines A, Doody C. The Discriminative validity of "nociceptive," "peripheral neuropathic," and "central sensitization" as mechanisms-based classifications of musculoskeletal pain. *Clin J Pain*. 2011 Oct;27(8):655-63. doi: 10.1097/AJP.0b013e318215f16a.

van den Broeke EN. Central sensitization and pain hypersensitivity: Some critical considerations. Version 1. *F1000Res*. 2018 Aug 21;7:1325. doi: 10.12688/f1000research.15956.1. eCollection 2018.

Laurent, B. Douleur chronique : son retentissement émotionnel et cognitif. In *Analysis* (2017), <http://dx.doi.org/10.1016/j.inan.2016.12.009>

Sprenger, Christian & May, A & Büchel, C & Gozlan, L. (2015). Douleur contre douleur : le principe des contrôles inhibiteurs diffus induits par stimulation nociceptive. *Douleur et Analgésie*. 10.1007/s11724-015-0406-3.

Fields HL. Neurophysiology of pain and pain modulation. *Am J Med*. 1984 Sep 10;77(3A):2-8.

Howard L. Fields Is there a facilitating component to central pain modulation? [https://doi.org/10.1016/1058-9139\(92\)90030-G](https://doi.org/10.1016/1058-9139(92)90030-G)

Peyron R, Laurent B, García-Larrea L. Functional imaging of brain responses to pain. A review and meta-analysis (2000). *Neurophysiol Clin*. 2000 Oct;30(5):263-88.

Iannetti GD, Mouraux A. From the neuromatrix to the pain matrix (and back). *Exp Brain Res*. 2010 Aug;205(1):1-12. doi: 10.1007/s00221-010-2340-1. Epub 2010 Jul 6.

Nijss J, Apeldoorn A, Hallegraeff H, Clark J, Smeets R, Malfliet A, Girbes EL, De Koning M, Ickmans K. Low back pain: guidelines for the clinical classification of predominant neuropathic, nociceptive, or central sensitization pain. *Pain Physician*. 2015 May-Jun;18(3):E333-46.

Mira Meeus & Jo Nijss Central sensitization: a biopsychosocial explanation for chronic widespread pain in patients with fibromyalgia and chronic fatigue syndrome *Clin Rheumatol* (2007) 26:465-473 DOI 10.1007/s10067-006-0433-9

Mendell LM. Constructing and deconstructing the gate theory of pain. *Pain*. 2014 Feb;155(2):210-6. doi: 10.1016/j.pain.2013.12.010. Epub

2013 Dec 12.

Morris R, Cheung O, Stewart A, Maxwell D. Spinal dorsal horn neurone targets for nociceptive primary afferents: do single neurone morphological characteristics suggest how nociceptive information is processed at the spinal level. *Brain Res Brain Res Rev.* 2004 Oct;46(2):173-90.

D Le Bars, F Adam Nocicepteurs et médiateurs dans la douleur aiguë inflammatoire [https://doi.org/10.1016/S0750-7658\(02\)00592-0](https://doi.org/10.1016/S0750-7658(02)00592-0)

Garcia-Larrea L, Peyron R. Pain matrices and neuropathic pain matrices: a review. *Pain.* 2013 Dec;154 Suppl 1:S29-43. doi: 10.1016/j.pain.2013.09.001. Epub 2013 Sep 8.

Michel Pohl Sensibilisation nociceptive centrale : systèmes de signalisation cellulaire et moléculaire <https://doi.org/10.1016/j.douleur.2014.02.001>

Price DD. Psychological and neural mechanisms of the affective dimension of pain. *Science.* 2000 Jun 9;288(5472):1769-72.

Ewan St. John Smith Gary R. Lewin Nociceptors: a phylogenetic view *J Comp Physiol A* (2009) 195:1089–1106 DOI 10.1007/s00359-009-0482-z

Stéphanie Grégoire, Émilie Muller, Fabien Marchand. Structures et mécanismes cérébraux impliqués dans les aspects émotionnels et cognitifs de la douleur <https://doi.org/10.1016/j.douleur.2010.07.001>

Gatchel RJ, Peng YB, Peters ML, Fuchs PN, Turk DC. The biopsychosocial approach to chronic pain: scientific advances and future directions. *Psychol Bull.* 2007 Jul;133(4):581-624.

G. Lorimer Moseley, Arnoud Arntz The context of a noxious stimulus affects the pain it evokes *Pain* 133 (2007) 64–71

D. Purves, G.J. Augustine, D. Fitzpatrick, W.C. Hall, AS. La Mantia, L.E.

White, Neuroscience, Editions de Boeck 4° Edition, 2011

David Butler and G.Lorimer Moseley Explain Pain, Noigroup Publications, Adelaïde, Australia, 2003 réédité en 2013

David Butler and G.Lorimer Moseley Explain Pain Supercharged, Noigroup Publications, Adelaïde, Australia, 2017

De D. Bouhassira, B. Calvino Douleurs : physiologie, physiopathologie et pharmacologie. Rueil-Malmaison Arnette 2009

Serge Marchand. Le phénomène de la douleur 2° édition. Montréal Chenelière Éducation 2009

Les définitions de la douleur

IASP International Association for the Study of Pain, Classification of Chronic Pain, Second Edition (Revised) en ligne :

<http://www.iasp-pain.org/PublicationsNews/Content.aspx?ItemNumber=1673>

D. Bragard, C. Decruynaere Évaluation de la douleur : aspects méthodologiques et utilisation clinique In: EMC kinésithérapie- Médecine physique-Réadaptation; 2010 [26-008-A-02].

Martinez V, Attal N, Bouhassira D, Lantéri-Minet M. Les douleurs neuropathiques chroniques : diagnostic, évaluation et traitement en médecine ambulatoire. Recommandations pour la pratique clinique de la Société française d'étude et de traitement de la douleur. *Douleur Evaluat Diag Trait* 2010;11:3–21.

Attal N, Bouhassira D. Stratégies d'évaluation des douleurs neuropathiques. In: EMC Neurologie; 2010 [17-035-A-68].

Bennett RM. Pain management in fibromyalgia. *Pain Manag* 2016;6:313–6.

Smart KM, Blake C, Staines A, Doody C. The discriminative validity of "nociceptive" "peripheral neuropathic" and "central sensitization" as mechanisms-based classifications of musculoskeletal pain. *Clin J Pain* 2011;27:655–63.

Pitance L, Piraux E, Lannoy B, Meeus M, Berquin A, Eeckhout C, et al. Cross cultural adaptation, reliability and validity of the French version of the central sensitization inventory. *Man Ther* 2016;25:e57ee169.

HAS Haute Autorité de Santé, Évaluation et suivi de la douleur chronique chez l'adulte en médecine ambulatoire en ligne : https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_540915/fr/evaluation-et-suivi-de-la-douleur-chronique-chez-l'adulte-en-medecine-ambulatoire

HAS Haute Autorité de Santé, Douleur chronique : reconnaître le syndrome douloureux chronique, l'évaluer et orienter le patient en ligne : https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_732257/fr/douleur-chronique-reconnaitre-le-syndrome-douloureux-chronique-l-evaluer-et-orienter-le-patient

Discussion et proposition d'un arbre décisionnel pour la suite

- William R. Miller, Stephen Rollnick. L'entretien motivationnel : Aider la personne à engager le changement- 2e édition. Paris : Inter Édition ; 2013,
- Antonia Csillika, Céline Paillot. L'écoute réflexive : un nouvel usage en psychothérapie, spécificités de l'entretien motivationnel. Journal de thérapie comportementale et cognitive (2013) 23, 181—187
- Golay; G. Lagger, A. Giordan. Comment motiver le patient à changer? Paris : Maloine 2009
- Christine Mirabel-Sarron, Luis Vera. L'entretien en thérapie comportementale et cognitive, Collection: Les ateliers du praticien, Paris éditions DUNOD 2014 –
- Charles Cungi, L'alliance thérapeutique, Paris éditions Retz, 2006
- Dominique SIMON, Pierre-Yves Traynard, François Bourdillon, Rémi Gagnayre, André Grimaldi. Éducation thérapeutique Prévention et maladies chroniques 3ème édition. Issy-les-Moulineaux Elsevier Masson 2013

Les bilans en lien avec la douleur

- Boureau F, Luu M. Les méthodes d'évaluation des douleurs cliniques. Doul et anal 1988;1:65–73.
- Katz J, Melzack R. Measurement of pain. Surg J North Am 1999;79:231–52.
- Marty M, Blotman F, Avouac B, Rozenberg S, et al. Validation de la version française de l'échelle de Dallas chez les patients lombalgiques chroniques. Rev Rhum 1998;65:139–47.
- Sullivan MJ, Bishop SR, Pivik J. The pain catastrophizing scale: development and validation. Psychol Assess 1995;7:524.
- Dansie EJ, Turk DC. Assessment of patients with chronic pain. Br J Anaesth 2013;111:19–25.
- Breivik H, Borchgrevink PC, Allen SM, Rosseland LA, Romundstad L, Breivik Hals EK, et al. Assessment of pain. Br J Anaesth 2008;101:17–24.
- Pergolizzi J, Ahlbeck K, Aldington D, Alon E, Coluzzi F, Dahan A, et al. The development of chronic pain: physiological CHANGE necessitates a multidisciplinary approach to treatment. Cur Med Res Opin 2013;29:1127–35.
- Traeger AC, Henschke N, Hübscher M, Williams CM, Kamper SJ, Maher CG, et al. Estimating the risk of chronic pain: development and validation of a prognostic model (PICKUP) for patients with acute low back pain. PLOS Med 2016;13:e1002019. Site Pick Up Tool : <http://pickuptool.neura.edu.au/>
- Nonclercq O, Berquin A. Predicting chronicity in acute back pain: validation of a French translation of the Örebro Musculoskeletal Pain Screening Questionnaire. Ann Phys Rehabil Med. 2012 May;55(4):263-78. doi: 10.1016/j.rehab.2012.03.002. Epub 2012 Mar 27.
- Trudelle, Pierre. (2010). L'échelle fonctionnelle spécifique au patient, un vrai couteau suisse du praticien pressé. Kinésithérapie, la Revue. 10.1016/S1779-0123(10)74956-1.
- Agence Nationale d'Accréditation et d'Évaluation en Santé (ANAES) Évaluation et suivi de la douleur chronique chez l'adulte en médecine ambulatoire en ligne : https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_540915/fr/evaluation-et-suivi-de-la-douleur-chronique-chez-l-adulte-en-medecine-ambulatoire
- Yvanes-Thomas M, Calmels P, Béthoux F, Richard A, Nayme P, Payre D, Laurent B. Validity of the French-language version of the Quebec back pain disability scale in low back pain patients in France. Joint Bone Spine. 2002 Jun;69(4):397-405.
- Karen Hudes, The Tampa Scale of Kinesiophobia and neck pain, disability and range of motion: a narrative review of the literature. J Can Chiropr Assoc. 2011;55(3):222-32.
- Chaory K, Fayad F, Rannou F, Lefèvre-Colau MM, Fermanian J, Revel M, Poiraudeau S. Validation of the French version of the fear avoidance belief questionnaire. Spine (Phila Pa 1976). 2004 Apr 15;29(8):908-13.
- J. French, Douglas & Noël, Marc & Vigneau, François & A. French, Julie & P. Cyr, Chantal & Thomas Evans, R. (2005). L'Échelle de dramatisation face à la douleur PCS-CF: Adaptation canadienne en langue française de l'échelle Pain Catastrophizing Scale. Revue canadienne des sciences du comportement. 37. 181-192. 10.1037/h0087255.
- Fritz JM, George SZ, Delitto A. The role of fear-avoidance beliefs in acute low back pain: relationships with current and future disability and work status. Pain 2001;94:7–15.
- Nicholas MK, Linton SJ, Watson PJ, Main CJ, Group the "Decade of the FW". Early identification and management of psychological risk factors ("Yellow Flags") in patients with low back pain: a reappraisal. Phys Ther 2011;91:737–53.

Pincus T, Vogel S, Burton AK, Santos R, Field AP. Fear avoidance and prognosis in back pain: a systematic review and synthesis of current evidence. *Arthritis Rheum* 2006;54:3999–4010.

Williams CM, Hancock MJ, Maher CG, McAuley JH, Lin CWC, Latimer J. Predicting rapid recovery from acute low back pain based on the intensity, duration and history of pain: a validation study: validation of a prediction rule for low back pain. *Eur J Pain* 2014;18:1182–9.

Hill JC, Dunn KM, Lewis M, Mullis R, Main CJ, Foster NE, et al. A primary care back pain screening tool: identifying patient subgroups for initial treatment. *Arthritis Rheum* 2008;59:632–41.

Hill JC, Whitehurst DGT, Lewis M, Bryan S, Dunn KM, Foster NE, et al. Comparison of stratified primary care management for low back pain with current best practice (STarT Back): a randomised controlled trial. *Lancet* 2011;378:1560–71.

Pincus T, Smeets RJE, Simmonds MJ, Sullivan MJL. The fear avoidance model disentangled: improving the clinical utility of the fear avoidance model. *Clin J Pain* 2010;26:739–46.

L'entretien motivationnel et l'alliance thérapeutique

Prochaska JO, Velicer WF. The transtheoretical model of health behavior change. *Am J Health Promot.* 1997 Sep-Oct;12(1):38-48.

Prochaska JO, DiClemente CC. Stages of change in the modification of problem behaviors. *Prog Behav Modif.* 1992;28:183-218.

Littell, Julia & Girvin, Heather. (2002). Stages of change. A critique. *Behavior modification.* 26. 223-73. 10.1177/0145445502026002006.

William R. Miller, Stephen Rollnick. *L'entretien motivationnel : Aider la personne à engager le changement*- 2e édition. Paris : Inter Édition ; 2013,

Antonia Csillika, Céline Paillot. *L'écoute réflexive : un nouvel usage en psychothérapie, spécificités de l'entretien motivationnel.* *Journal de thérapie comportementale et cognitive* (2013) 23, 181—187

Golay; G. Lagger, A. Giordan. *Comment motiver le patient à changer?* Paris : Maloine 2009

Christine Mirabel-Sarron, Luis Vera. *L'entretien en thérapie comportementale et cognitive*, Collection: Les ateliers du praticien, Paris éditions DUNOD 2014 –

Charles Cungi, *L'alliance thérapeutique*, Paris éditions Retz, 2006

Dominique SIMON, Pierre-Yves Traynard, François Bourdillon, Rémi Gagnayre, André Grimaldi. *Éducation thérapeutique Prévention et maladies chroniques* 3ème édition. Issy-les-Moulineaux Elsevier Masson 2013

Aguerre C, Bridou M, Laroche F, Csillik A, Jensen M. Spécificités de l'entretien motivationnel dans le cadre d'une prise en charge cognitivo-comportementale de la douleur chronique. *Encephale* 2014;41:1-6.

Mise en place des traitements

Leboeuf-Yde C, Lanlo O, Walker BF. How to proceed when evidence-based practice is required but very little evidence available? *Chiropr Man Therap* 2013;21–4.

Mills S, Torrance N, Smith BH. Identification and management of chronic pain in primary care: a review. *Curr Psychiatry Rep* 2016;18:22.

Nijs J, Lluch Girbès E, Lundberg M, Malfliet A, Sterling M, Lluch Girbès E, et al. Exercise therapy for chronic musculoskeletal pain: innovation by altering pain memories. *Man Ther* 2015;20:216–20.

Lluch Girbès E, Meeus M, Baert I, Nijs J. Balancing "hands-on" with "hands-off" physical therapy interventions for the treatment of central sensitization pain in osteoarthritis. *Man Ther* 2015;20:349–52.

Boersma K, Linton SJ. Expectancy, fear and pain in the prediction of chronic pain and disability: a prospective analysis. *Eur J Pain* 2006;10:551.

Heneweer H, Staes F, Aufdemkampe G, Van Rijn M, Vanhees L. Physical activity and low back pain: a systematic review of recent literature. *Eur Spine J* 2011;20:826–45.

Steiger F, Wirth B, De Bruin ED, Mannion AF. Is a positive clinical outcome after exercise therapy for chronic non-specific low back pain contingent upon a corresponding improvement in the targeted aspect(s) of performance? A systematic review. *Eur Spine J* 2012;21:575–98.

Heneweer H, Picavet HSJ, Staes F, Kiers H, Vanhees L. Physical fitness, rather than self-reported physical activities, is more strongly associated with low back pain: evidence from a working population. *Eur Spine J* 2012;21:1265–72.

Lunde LK, Koch M, Hanvold TN, Waersted M, Veiersted KB. Low back pain and physical activity – a 6.5 year follow-up among young adults in

their transition from school to working life. BMC Public Health 2015;15:1115.

Hayden J, van Tulder MW, Malmivaara A, Koes BW. Exercise therapy for treatment of non-specific low back pain. Cochrane Database Syst Rev 2005;20:CD000335.

Macedo LG, Saragiotto BT, Yamato TP, Costa LOP, Menezes Costa LC, Ostelo RWJG, et al. Motor control exercise for acute non-specific low back pain. Cochrane Database of Syst Rev 2016.

Dahm KT, Jamtvedt G, Hagen KB, Brurberg KG. Advice to rest in bed versus advice to stay active for acute low-back pain and sciatica. Cochrane Database Syst Rev 2010;16:CD007612.

Olaya-Contreras P, Styf J, Arvidsson D, Frennered K, Hansson T. The effect of the stay active advice on physical activity and on the course of acute severe low back pain. BMC Sports Sci Med Rehabil 2015;7:19.

Choi BKL, Verbeek JH, Wai-San Tam W, Jiang JY. Exercises for prevention of recurrences of low-back pain (Review). Cochrane Database Syst Rev 2010;20:CD006555.

Kroll HR. Exercise therapy for chronic pain. Phys Med Rehabil Clin N Am 2015;26:263–81.

Meeus M, Hermans L, Ickmans K, Struyf F, Van Cauwenbergh D, Bronckaerts L, et al. Endogenous pain modulation in response to exercise in patients with rheumatoid arthritis, patients with chronic fatigue syndrome and comorbid fibromyalgia, and healthy controls: a double-blind randomized controlled trial. Pain Pract 2014;15:98–106.

Nijs J, Kosek E, Van Oosterwijck J, Meeus M. Dysfunctional endogenous analgesia during exercise in patients with chronic pain: to exercise or not to exercise? Pain Physician 2012;15: ES205–13.

Ellingson LD, Koltyn KF, Kim JS, Cook DB. Does exercise induce hypoalgesia through conditioned pain modulation? Psychophysiology 2014;51:267–76.

Koltyn KF, Brellenthin AG, Cook DB, Sehgal N, Hillard C. Mechanisms of exercise-induced hypoalgesia. J Pain 2014;15:1–11.

Douleur Chronique et Thérapies comportementales et cognitives, Françoise Laroche et Philippe Roussel, éditions In Press 2012

Morley S, Williams A. New developments in the psychological management of chronic pain. Can J Psychiatry 2015;60:168–75.

Hunot V, Moore TH, Caldwell DM, Furukawa TA, Davies P, Jones H, et al. "Third wave" cognitive and behavioural therapies versus other psychological therapies for depression. Cochrane Database Syst Rev 2013;10:CD008696.

Richmond H, Hall AM, Copsey B, Hansen Z, Williamson E, Hoxey-Thomas N, et al. The effectiveness of cognitive behavioural treatment for non-specific low back pain: a systematic review and meta-analysis. PLoS One 2015;10:1–20.

Eccleston C, Palermo TM, Williams AC, Lewandowski A, Morley S, Fisher E, et al. Psychological therapies for the management of chronic and recurrent pain in children and adolescents. Cochrane Database of Syst Rev 2014.

Williams A, Eccleston C, Morley S, Williams ACDC, Eccleston C, Morley S. Psychological therapies for the management of chronic pain (excluding headache) in adults. Cochrane Database of Syst Rev 2012.

Monticone M, Cedraschi C, Ambrosini E, Rocca B, Fiorentini R, Restelli M, et al. Cognitive-behavioural treatment for sub-acute and chronic neck pain. Cochrane Database Syst Rev 2015.

Henschke N, Rwigyira O, Mwambi V, Morley S, Wjv A, et al. Behavioural treatment for chronic low-back pain. Cochrane Database Syst Rev 2010.

Eccleston C, Hearn L, Acdc W. Psychological therapies for the management of chronic neuropathic pain in adults. Cochrane Database of Syst Rev 2015.

Vlaeyen JWS, Linton SJ. Fear-avoidance model of chronic musculoskeletal pain: 12 years on. Pain 2012;153:1144–7.

López-de-Uralde-Villanueva I, Muñoz-García D, Gil-Martínez A, Pardo-Montero J, Muñoz-Plata R, Angulo-Díaz-Parreño S, et al. A systematic review and meta-analysis on the effectiveness of graded activity and graded exposure for chronic non-specific low back pain. Pain Med 2016;17:172–88.

Hanscom DA, Brox JI, Bunnage R. Defining the role of cognitive behavioral therapy in treating chronic low back pain: an overview. Glob Spine J 2015;5:496–504.

Rösner S, Willutzki R, Zgierska A. Mindfulness-based interventions for substance use disorders (Protocol). Cochrane Database of Syst Rev 2015.

Zgierska AE, Burzinski CA, Cox J, Kloke J, Singles J, Mirgain S, et al. Mindfulness meditation-based intervention is feasible, acceptable, and safe

for chronic low back pain requiring long- term daily opioid therapy. *J Altern Complement Med* 2016;22:610–20.

Dionne F, Blais M-C, Monestès J-L. Mieux vivre avec la douleur chronique grâce à la thérapie d'acceptation et d'engagement. *Sante Ment Que* 2013;38:131.

Scott W, Hann KEJ, McCracken LM. A comprehensive examination of changes in psychological flexibility following acceptance and commitment therapy for chronic pain. *J Contemp Psychother* 2016;46:1–10.

McCracken LM, Morley S. The psychological flexibility model: a basis for integration and progress in psychological approaches to chronic pain management. *J Pain* 2014;15:221–34.

Evans DW. Mechanisms and effects of spinal high-velocity, low-amplitude thrust manipulation: previous theories. *J Manipulative Physiol Ther* 2002;25:251–62.

Pickar JG. Neurophysiological effects of spinal manipulation. *Spine J* 2002;2:357–71.

Bialosky JE, Bishop MD, Price DD, Robinson ME, George SZ. The mechanisms of manual therapy in the treatment of musculoskeletal pain: a comprehensive model. *Man Ther* 2009;14:531–8.

Childs JD. A clinical prediction rule to identify patients with low back pain most likely to benefit from spinal manipulation: a validation study. *Ann Intern Med* 2004;141:920.

Vigotsky AD, Bruhns RP. The role of descending modulation in manual therapy and its analgesic implications: a narrative review. *Pain Res Treat* 2015;2015:1–11.

Bowering KJ, O'Connell NE, Tabor A, Catley MJ, Leake HB, Moseley GL, et al. The effects of graded motor imagery and its components on chronic pain: a systematic review and meta-analysis. *J Pain* 2013;14:3–13.

Linder M, Michaelson P, Røijezon U. Laterality judgments in people with low back pain – a cross-sectional observational and test-retest reliability study. *Man Ther* 2016;21:128–33.

Fardo F, Allen M, Jegindo EME, Angrilli A, Roepstorff A. Neurocognitive evidence for mental imagery-driven hypoalgesic and hyperalgesic pain regulation. *Neuroimage* 2015;120:350–61.

de Souza NS, Martins ACG, Bastos VHDV, Orsini M, Leite MAA, Teixeira S, et al. Motor imagery and its effect on complex regional pain syndrome: an integrative review. *Neurol Int* 2015;7:58–61.

Walz AD, Usichenko T, Moseley GL, Lotze M. Graded motor imagery and the impact on pain processing in a case of CRPS. *Clin J Pain* 2013;29:276–9.

Boesch E, Bellan V, Moseley GL, Stanton TR. The effect of bodily illusions on clinical pain: a systematic review and meta-analysis. *Pain* 2016;157:516–29.

Moseley GL, Gallace A, Spence C. Is mirror therapy all it is cracked up to be? Current evidence and future directions. *Pain* 2008;138:7–10.

Buccino G, Solodkin A, Small SL. Functions of the mirror neuron system: implications for neurorehabilitation. *Cogn Behav Neurol* 2006;19:55–63.

Moseley GL. Graded motor imagery is effective for long-standing complex regional pain syndrome: a randomised controlled trial. *Pain* 2004;108:192–8.

Smart KM, Wand BM, O'Connell NE. Physiotherapy for pain and disability in adults with complex regional pain syndrome (CRPS) types I and II. *Cochrane Database Syst Rev* 2016;2016.

Vrana A, Hotz-Boendermaker S, Stämpfli P, Hänggi J, Seifritz E, Humphreys BK, et al. Differential neural processing during motor imagery of daily activities in chronic low back pain patients. *PLoS One* 2015;10:1–18.

Bowering KJ, Butler DS, Fulton IJ, Moseley GL. Motor imagery in people with a history of back pain, current back pain, both, or neither. *Clin J Pain* 2014;30:1–19.

The Graded Motor Imagery Handbook, G. Lorimer Moseley, Davis S Butler, Timothy B. Beames, Thomas J. Giles Noigroup Publications, Adelaide, Australia, 2012

L'effet contextuel

Effet Placebo, Mécanismes neurobiologiques et intérêts thérapeutiques Données actuelles, à partir d'une revue de la littérature, Iena Messica, éditions Universitaires Européennes 2011

Benedetti F. Placebo and the new physiology of the doctor-patient relationship. *Physiol Rev* 2013;93:1207–46.

Fabrizio Benedetti, Elisa Carlino and Antonella Pollo. How Placebos Change the Patient's Brain. *Neuropsychopharmacology REVIEWS* (2011) 36, 339–354

David A. Stonea,b, William B. Stasonb, Ted J. Kaptchuka, Peter Goldmana. Do medical devices have enhanced placebo effects? *Journal of Clinical Epidemiology* 53 (2000) 786–792

Kaptchuk TJ, Friedlander E, Kelley JM, Sanchez MN, Kokkotou E, Singer JP, Kowalczykowski M, Miller FG, Kirsch I, Lembo AJ. Placebos without deception: a randomized controlled trial in irritable bowel syndrome. *PLoS One*. 2010 Dec 22;5(12):e15591. doi: 10.1371/journal.pone.0015591.

Kaptchuk TJ, Miller FG. Placebo Effects in Medicine. *N Engl J Med*. 2015 Jul 2;373(1):8-9. doi: 10.1056/NEJMp1504023.

FANGET G.L'effet placebo en kinésithérapie, les connaissances actuelles et leurs répercussions sur la pratique. *Kinésithér Scient* 2018;594:23-34

Fabrizio Benedetti, Helen S. Mayberg, Tor D. Wager, Christian S. Stohler, and Jon-Kar Zubieta. Neurobiological Mechanisms of the Placebo Effect. *The Journal of Neuroscience*, November 9, 2005 • 25(45):10390–10402

Bialosky JE, Bishop MD, George SZ, Robinson ME. Placebo response to manual therapy: something out of nothing? *J Man Manip Ther*. 2011 Feb;19(1):11-9. doi: 10.1179/2042618610Y.0000000001.

Steve E Hartman. Why do ineffective treatments seem helpful? A brief review. *Chiropractic & Osteopathy* 2009, 17:10 doi:10.1186/1746-1340-17-10

Fabrizio Benedetti PLACEBO AND THE NEW PHYSIOLOGY OF THE DOCTOR-PATIENT

RELATIONSHIP *Physiol Rev* 93: 1207–1246, 2013 doi:10.1152/physrev.00043.2012

Identifier les croyances et les attentes du patient

Maaik Leeuw, Mariëlle E. J. B. Goossens, Steven J. Linton, Geert Crombez, Katja Boersma, and Johan W. S. Vlaeyen, The Fear-Avoidance Model of Musculoskeletal Pain: Current State of Scientific Evidence *Journal of Behavioral Medicine*, Vol. 30, No. 1, February 2006 DOI: 10.1007/s10865-006-9085-0

Marc Corbière, Sara Zaniboni, Marie-France Coutu, Renée-Louise Franche, Jaime Guzman, Karlene Dawson, Annalee Yassi, Evaluation of the fear-avoidance model with health care workers experiencing acute/subacute pain, *PAIN* 152 (2011) 2543–2548

Vlaeyen JW, Linton SJ: Fear-avoidance and its consequences in chronic musculoskeletal pain: A state of the art. *Pain* 85: 317-32

Johan W.S. Vlaeyen, Steven J. Linton Fear-avoidance model of chronic musculoskeletal pain: 12 years on *PAIN* 153 (2012) 1144–1147

Bénézech, Jean-Pierre. (2015). La douleur : un modèle biopsychosocial pour tous les malades. *Douleurs : Evaluation - Diagnostic - Traitement*. 16. 10.1016/j.douler.2015.06.007.

V. Morel · G. Pickering Impact de la douleur sur les processus cognitifs chez l'homme *Douleur analg.* (2013) 26:11-16

ROBERT J. GATCHEL, PhD, ABPP, RANDY NEBLETT, MA, LPC, BCB, NANCY KISHINO, OTR/L, CVE, CHRISTOPHER T. RAY, PhD, ATC, CSCS Fear-Avoidance Beliefs and Chronic Pain *J Orthop Sports Phys Ther* 2016;46(2):38-43.

Françoise Laroche, Les mots, les pensées et les comportements-pièges des patients et de leurs médecins *Revue du Rhumatisme* 76 (2009) 522–528

O'Keeffe, Mary & Cullinane, Paul & Hurley, John & Leahy, Irene & Bunzli, Samantha & O'Sullivan, Peter & O'Sullivan, Kieran. (2015). What Influences Patient-Therapist Interactions in Musculoskeletal Physical Therapy? *Qualitative Systematic Review and Meta-Synthesis. Physical therapy*. 96. 10.2522/ptj.20150240.

Christine Cedraschi Quels facteurs psychologiques faut-il identifier dans la prise en charge des patients souffrant de lombalgies ? Qu'en est-il de l'anxiété et de la dépression ? Quelles peurs et quelles représentations constituent-elles des écueils ? *Revue du Rhumatisme* 78 (2011) S70-S74

Vowles, Kevin & Mccracken, Lance & Eccleston, Christopher. (2008). Patient Functioning and Catastrophizing in Chronic Pain: The Mediating Effects of Acceptance. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*. 27. S136-43. 10.1037/0278-6133.27.2(Suppl.).S136.

Sullivan MJ, Thorn B, Haythornthwaite JA, Keefe F, Martin M, Bradley LA, Lefebvre JC. Theoretical perspectives on the relation between catastrophizing and pain. *Clin J Pain*. 2001 Mar;17(1):52-64.

Zusman, Max. (2013). Belief Reinforcement: One Reason Why Costs for Low Back Pain Have Not Decreased. *Journal of multidisciplinary healthcare*. 6. 197-204. 10.2147/JMDH.S44117.

Cedraschi, C., Piguët, V., Luthy, C. et al. Douleur et culture : quelques questions de méthode liées à la mesure de la dimension culturelle Douleur et analg. (2004) 17: 77.

Ch. Cedraschi A.F. Allaz et V. Piguët, Le rôle des représentations de la maladie et de la douleur dans la relation patient-thérapeute, *Doul. et Analg.* 2, 91-95, 1998

Cedraschi · V. Piguët · A.-F. Allaz Réponse placebo : l'alliance thérapeutique au risque des attentes et des expériences Douleur analg. (2014) 27:221-224

Les messages utiles et L'éducation

G. Lorimer Moseley, *Painful Yarns Metaphors and stories to help understand the biology of pain* Noigroup Publications, Adelaïde, Australia, 2010

Adriaan Louw, Emilio Puentedura, *Therapeutic Neuroscience Education*, 2013 International Spine and Pain Institut (USA)

Adriaan Louw, *Why do I Hurt ?* 2013 International Spine and Pain Institut (USA)

Laura Gallagher, BSc (OT), James McAuley, PhD, and G. Lorimer Moseley, A Randomized-controlled Trial of Using a Book of Metaphors to Reconceptualize Pain and Decrease Catastrophizing in People With Chronic Pain –*Clin J Pain*. 2013 Jan;29(1):20-25. doi: 10.1097/AJP.0b013e3182465cf7.

Nijs J, Paul van Wilgen C, Van Oosterwijck J, van Ittersum M, Meeus M. How to explain central sensitization to patients with "unexplained" chronic musculoskeletal pain: practice guidelines. *Man Ther* 2011;16:413-8.

Miller J, MacDermid JC, Walton DM, Richardson J. Chronic pain self-management support with pain science education and exercise (COMMENCE): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials* 2015;16:462.

Engers AJ, Jellema P, Wensing M, van der Windt DAWM, Grol R, van Tulder MW. Individual patient education for low back pain. *Cochrane Database of Syst Rev* 2008.

Louw A, Diener I, Butler DS, Puentedura EJ. The effect of neuroscience education on pain, disability, anxiety, and stress in chronic musculoskeletal pain. *Arch Phys Med Rehabil* 2011;92:2041-56.

Miller J, MacDermid JC, Walton DM, Richardson J. Chronic pain self-management support with pain science education and exercise (COMMENCE): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials* 2015;16:462.

Engers AJ, Jellema P, Wensing M, van der Windt DAWM, Grol R, van Tulder MW. Individual patient education for low back pain. *Cochrane Database of Syst Rev* 2008.

Dupeyron A, Ribinik P, Gélis A, Genty M, Claus D, Hérisson C, et al. Education in the management of low back pain: literature review and recall of key recommendations for practice. *Ann Phys Rehabil Med* 2011;54:319-35.

Moseley GL, Butler DS. Fifteen years of explaining pain: the past, present, and future. *J Pain* 2015;16:807-13.

Traeger AC, Moseley GL, Hübscher M, Lee H, Skinner IW, Nicholas MK, et al. Pain education to prevent chronic low back pain: a study protocol for a randomised controlled trial. *BMJ Open* 2014;4:e005505.

Gross A, Forget M, St George K, Fraser MHM, Graham N, Perry L, et al. Patient education for neck pain. *Cochrane Database Syst Rev* 2012;4.

Geneen LJ, Martin DJ, Adams N, Clarke C, Dunbar M, Jones D, et al. Effects of education to facilitate knowledge about chronic pain for adults: a systematic review with meta-analysis. *Syst Rev* 2015;4:132.

Louw A, Zimney K, O'Hotto C, Hilton S. The clinical application of teaching people about pain. *Physiother Theory Pract* 2016;32:385-95.

Louw A, Zimney K, Puentedura EJ, Diener I. The efficacy of pain neuroscience education on musculoskeletal pain: a systematic review of the literature. *Physiother Theory Pract* 2016;32:3985:1-24.

Ramond-Roquin A, Bouton C, Gobin-Tempereau AS, Airagnes G, Richard I, Roquelaure Y, et al. Interventions focusing on psychosocial risk factors for patients with non-chronic low back pain in primary care – a systematic review. *Fam Pract* 2014;31:379-88.

Chou R. Reassuring patients about lowback pain. *JAMA Intern Med* 2015;314:23-4.