



## Comprendre et éduquer à la douleur : approche théorique, pratique et communicationnelle

### Le vendredi 7 novembre 2025 et le samedi 8 novembre, de 9h à 16h30

La douleur, qu'elle soit aiguë ou chronique, constitue un défi complexe pour les professionnels de santé. Cette formation est conçue pour offrir des bases solides et pratiques concernant la compréhension de la douleur, l'éducation du patient et l'amélioration de la communication thérapeutique. En adoptant une approche biopsychosociale, cette formation vous permettra d'améliorer l'alliance thérapeutique et la prise en charge des patients souffrant de douleurs aiguës ou persistantes.

#### Objectif de la formation

Comprendre la douleur : être capable de connaître les mécanismes de la douleur et de les identifier en pratique chez les patients.

#### Programme de la formation

Jour 1 :

- Rappel de la nociception ;
- Les modifications du système nociceptif lors d'une blessure et du passage à la chronicité ;
- Identification des mécanismes de douleur en clinique ;
- Utilisation du modèle biopsychosocial pour sa prise en charge ;
- Application et intégration des notions avec des cas cliniques.

Jour 2 :

- Optimiser l'alliance thérapeutique (techniques de communication et prise de décision partagée) ;
- Outils pour la création d'objectifs ;
- Éducation du patient à la douleur ;
- Exercices pratiques des concepts vus.

#### Méthodologie

La formation alternera entre théorie et pratique, avec des sessions interactives et des mises en situation :

Jeux de rôle pour renforcer les compétences en communication :

- Cas cliniques pour appliquer le modèle biopsychosocial ;
- Sessions pratiques avec démonstrations de techniques de thérapie manuelle ;
- Diaporamas et supports visuels pour illustrer les concepts théoriques.

#### Public cible

Kinésithérapeutes, ostéopathes, ergothérapeutes, infirmiers.ières.

Professionnels de santé confrontés régulièrement à des patients souffrant de douleurs aiguës ou chroniques, souhaitant développer leurs compétences en gestion de la douleur et en communication.

#### Formateur

Nicolas Martinez

Kinésithérapeute, diplômé de la HELHa en 2016, spécialisé dans la gestion de la douleur et l'accompagnement des patients souffrant de douleurs chroniques et aiguës. Il est formé en techniques neuro-musculo-squelettiques et en pédagogie de la douleur.

#### Lieu et adresse de la formation :

HELHa :  
Rue Trieu Kaisin, 136, 6061  
Montignies-sur-Sambre

#### Renseignements :

[secretariat-ceref-sante@helha.be](mailto:secretariat-ceref-sante@helha.be) - 0477/ 563 257

Inscriptions uniquement en ligne : <https://cerefsante.helha.be/>

Date limite d'inscription : Le 24 octobre 2025

Prix : 350 EUR\* – min. 12, max. 25 participants

\*Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.