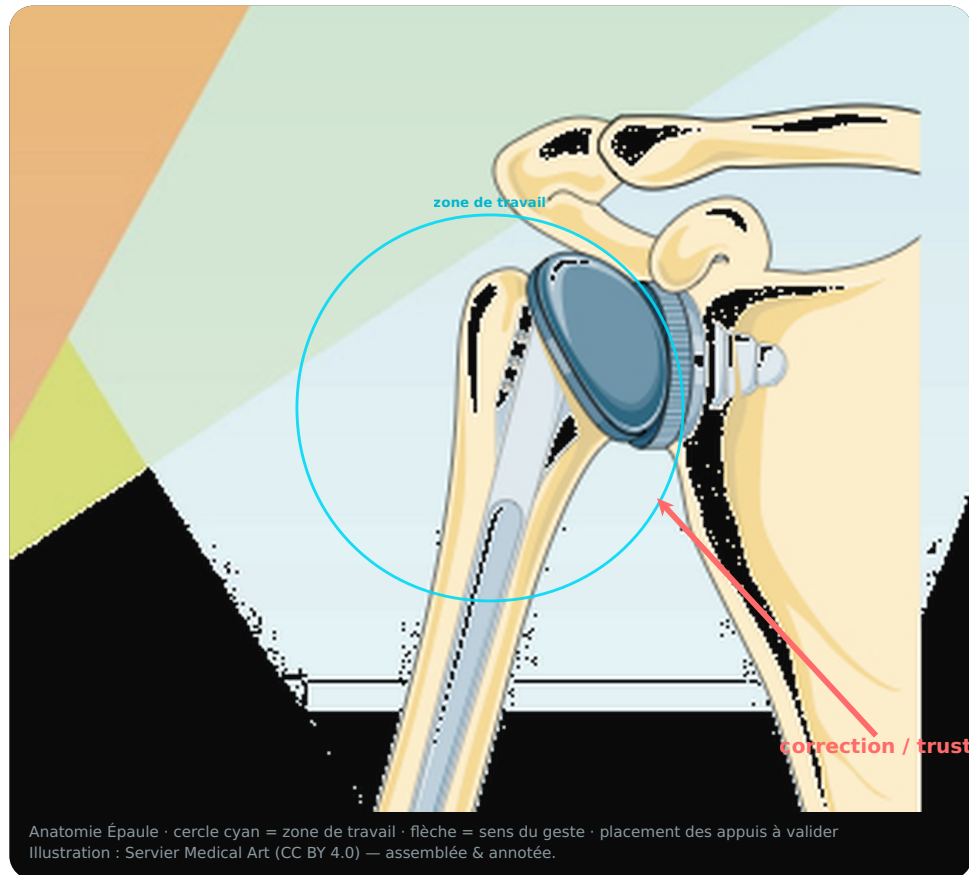


Réharmonisation globale de l'épaule par pression négative intra-capsulaire

Technique de décoaptation globale de l'épaule exploitant le principe de pression négative intra-capsulaire (« effet ventouse »).



01 Objectif **clinique**

Technique de décoaptation globale de l'épaule exploitant le principe de pression négative intra-capsulaire (« effet ventouse »).

02 Prise & **points d'appui**

- 1 Le praticien empaume la partie distale du membre supérieur, met le membre en abduction de mise en tension douce puis effectue une traction longitudinale soutenue dans l'axe humérale.
- 2 Le maintien prolongé (5-10 secondes) de la traction crée une décompression capsulaire qui libère les restrictions articulaires globales.

03 Déroulé **du geste**

1 **Prise & contacts**

Le praticien empaume la partie distale du membre supérieur, met le membre en abduction de mise en tension douce puis effectue une traction longitudinale soutenue dans l'axe humérale.

2 **Prise & contacts**

Le maintien prolongé (5-10 secondes) de la traction crée une décompression capsulaire qui libère les restrictions articulaires globales.

3 **Correction / libération**

Une libération brusque possible (cavitation).

04 Paramètres repères

1

IMPULSION (TRUST)

Fin

D'AMPLITUDE

Sur testing

INDICATION

Structurel

TYPE

05 Indications & précautions

✓ Indications

- + Restrictions globales de l'épaule
- + Complément aux techniques analytiques
- + Début de séance pour pré-mobiliser l'articulation

✗ Contre-indications / prudence

- Douleur reproduite par la mise en tension
- Pathologie inflammatoire, tumorale ou infectieuse du segment
- Traumatisme récent, fracture ou fragilité osseuse
- Signes neurologiques déficitaires

06 Erreurs & astuces

- ✗ **Trust trop ample** faible amplitude, haute vitesse — jamais un grand mouvement.
- ✗ **Tension insuffisante** mise en tension complète avant l'impulsion.
- ✗ **Sauter le testing** cibler la dysfonction avant de manipuler.
- ✓ **Astuce** relâchement (expiration) juste avant le trust.

07 À retenir

Points clés

- **Cible régionale** — épaule — Technique de décoaptation globale de l'épaule exploitant le ...
- **Type de technique** — structurelle
- **Repère à valider** — le placement fin des appuis est à confirmer avec le formateur.

✍ Mes notes & repères personnels



Voir la démonstration vidéo (1:57)

Geste complet filmé en conditions réelles sur la plateforme.

vimeo.com/showcase/12268467

Illustration anatomique : Servier Medical Art (smart.servier.com), licence CC BY 4.0 — recadrée, assemblée & annotée par Kiné Campus. Fiche pédagogique à usage des professionnels de santé diplômés ; le contenu clinique et le placement des repères constituent un repère de formation issu de la vidéo associée, à valider par le formateur référent — il ne se substitue pas au jugement clinique ni à l'examen du patient.