

Objectifs :

Cette formation a pour objectif de permettre aux professionnels de santé et du sport d'intégrer l'utilisation des ventouses dans leur pratique clinique. Au cours de cette journée, les participants apprendront à utiliser de manière sécurisée et efficace différents types de ventouses, notamment les ventouses coréennes à pompe et les ventouses traditionnelles en verre avec technique au feu.

La formation alterne apports théoriques et pratique afin de comprendre les effets physiologiques des ventouses, leurs indications et leurs limites, tout en développant des compétences concrètes d'application.

Formateur



Uriel Attias

Ostéopathe

Public :

Coachs sportifs

Prérequis :

Copie du diplôme OU Preuve d'enregistrement au répertoire ADELI OU Copie de carte professionnelle

Évaluation des compétences :

Ateliers de mise en pratique

Questions orales ou écrites, QCM

Questionnaires d'évaluation des stagiaires en début et fin de formation.

Programme :

6H

1) Fondamentaux & sécurité (1h15)

- Principes, mécanismes proposés (circulation locale, nociception, tissus mous, modulation)
- Hygiène, peau, matériel, désinfection, traçabilité
- Contre-indications / précautions / populations à risque
- “Mythes” fréquents : toxines, “drainage”, explications non-scientifiques (comment les recadrer)

2) Ventouses coréennes en plastique (2h00) – pratique guidée

- Prise en main : choix taille, zones, dosage de succion
- Pose statique : repères, durée, tolérance, dépose
- Technique glissée : lubrification, trajectoires, vitesse, objectifs cliniques
- Erreurs fréquentes + corrections individualisées

3) Pause (15 min)

4) Ventouses chinoises en verre (1h30) – pratique + sécurité

- Mise en place du vide (méthode) : protocole sécurisé
- Prévention des brûlures / gestion du risque
- Pose, retrait, gestion du patient (peau, douleur, marques)

5) Protocoles cliniques & intégration (45 min)

- Douleurs myofasciales / raideur : quand ventouses vs autres options
- Récupération du sportif : ce qui est raisonnable / ce qui ne l'est pas
- Combinaisons : cupping + mobilisation + exercice + éducation

6) Questions / réponses + évaluation finale (15 min)

- Q/R
- Évaluation des acquis + questionnaire satisfaction

Animation et pédagogie :

- Documents supports de formation (PDF : sécurité, indications, protocoles, checklists)
- Ateliers de mise en pratique (démonstrations, binômes, supervision)
- Études de cas cliniques + mises en situation
- Questionnaires d'évaluation et de satisfaction des stagiaires en fin de formation
- Chaque participant repart avec sa mallette professionnelle de ventouses pour pouvoir appliquer immédiatement les techniques apprises en cabinet.

Durée :

La formation aura lieu sur 1 jours pour une durée de 6h.

Date et lieu :

Le Dimanche 31 Mai 2026
Locaux de Brain it - 70 boulevard de Picpus 75012 Paris

Tarif :

350€

Délais d'accès :

Jusqu'à 1 semaine avant le début de la formation.

Justificatif professionnel obligatoire pour valider l'inscription : copie du diplôme ou preuve d'enregistrement répertoire ADELI ou copie de carte professionnelle.