

# Drainage Lymphatique

## Méthode Tommaso Orlando

### Formation continue

(16 h)

---

Le drainage lymphatique manuel est une technique de massage douce et rythmée, développée dans les années 1930 par le Dr Emil Vodder. Initialement conçue pour traiter les sinusites chroniques, cette méthode s'est rapidement révélée efficace pour améliorer le flux lymphatique. Ce processus est essentiel au bon fonctionnement du système immunitaire et à l'élimination des toxines accumulées dans l'organisme.

Le système lymphatique, composé d'un réseau de vaisseaux et de ganglions, transporte la lymphe, un fluide riche en globules blancs et en déchets cellulaires. Contrairement au sang, qui est pompé par le cœur, la circulation lymphatique repose sur les mouvements musculaires et corporels. Lorsqu'elle est perturbée, cela peut entraîner des œdèmes, des infections répétées ou une accumulation de toxines dans les tissus. Le drainage lymphatique permet de réactiver et de rééquilibrer ce flux vital, favorisant ainsi un état de santé global.

La méthode Tommaso Orlando se distingue par une approche holistique qui intègre le corps, l'esprit et les émotions. Elle s'appuie sur des mouvements doux, précis et ciblés, respectant la fragilité des tissus pour optimiser la circulation lymphatique. Ce soin agit en profondeur, en combinant des techniques spécifiques pour réduire les gonflements, apaiser les tensions nerveuses et rétablir une harmonie énergétique. Grâce à une stimulation subtile, cette méthode active également le système parasympathique, procurant une détente profonde et durable.

La méthode Tommaso Orlando s'articule autour de trois niveaux de profondeur dans le toucher et la stimulation :

#### **Niveau superficiel**

Ce niveau concerne principalement la peau et les vaisseaux lymphatiques sous-cutanés. Il est essentiel d'utiliser des mouvements légers et doux, car les vaisseaux lymphatiques sont situés juste sous la surface de la peau. À ce stade, on active les premières couches de la circulation lymphatique, facilitant l'élimination des toxines superficielles et réduisant les gonflements.

#### **Niveau moyen**

Ici, on cible les fascias et les couches plus profondes des tissus. Les fascias sont des membranes fibreuses qui entourent les muscles et d'autres organes, jouant un rôle crucial dans la circulation des fluides. Le toucher à ce niveau doit rester doux mais un peu plus appuyé pour stimuler la circulation lymphatique dans les zones où les tissus sont plus denses.

#### **Niveau profond**

Enfin, le dernier niveau consiste à travailler en profondeur, en stimulant les ganglions lymphatiques et en favorisant la circulation interne. Ce travail est particulièrement efficace pour drainer les fluides des organes et pour stimuler le système parasympathique, qui favorise la relaxation et la récupération.

## Diplôme délivré

Certificat de 16 heures  
de formation

## Formateur

**Tommaso Orlando**  
Thérapeute en drainage  
lymphatique  
Masseur thérapeutique  
Formateur d'adulte FSEA M1

## Prix de la formation

CHF 550- / 550 €  
(support de cours inclus)

## Contact

Guillaume Nouvel  
École TCMA  
Rue du Prieuré 23  
1207 Genève

T: +41 76 441 12 79  
E: info@ecole-tcma.ch

## Drainage Lymphatique

### Méthode Tommaso Orlando

### Formation continue (16 h)

#### Programme

##### Formation théorique

- \* Présentation de la méthodologie Tommaso Orlando
- \* Les points clés de cette méthodologie
- \* Niveau superficiel
- \* Niveau moyen
- \* Niveau profond
- \* Les bases du toucher avec la méthodologie Tommaso Orlando
- \* Les points stratégiques de cette méthode
- \* La stimulation du système parasympathique
- \* Les cas particuliers et les adaptations des soins
- \* Les effets psychologiques et émotionnels du drainage Tommaso Orlando
- \* Les bienfaits globaux du drainage

##### Formation pratique

- \* Démonstration d'un traitement de la méthodologie Tommaso Orlando
- \* Les premiers essais et pratique des élèves
- \* Les traitements spécifiques

#### Public cible

Pour toutes personnes désirant compléter ou optimiser les techniques spécifiques de drainage lymphatique.

#### Objectifs généraux de la formation

- \* Intégrer une approche holistique en appliquant les principes de l'approche corps-esprit pour associer soin physique et soutien émotionnel, favorisant une détente profonde et un rééquilibrage énergétique.
- \* Travailler sur les trois niveaux de profondeur en maîtrisant les techniques spécifiques pour agir à différents niveaux: superficiel, moyen (fascias) et profond (ganglions lymphatiques), en fonction des besoins du client.
- \* Traiter des problématiques spécifiques en identifiant et répondant aux besoins particuliers des clients, comme la gestion des œdèmes, des douleurs musculaires ou des tensions nerveuses, à travers des protocoles adaptés.
- \* Stimuler le système parasympathique en apprenant à utiliser des gestes précis pour activer les mécanismes de relaxation et de régénération, offrant ainsi une sensation de bien-être immédiat
- \* Développer des compétences pratiques et applicables en intégrant les techniques de drainage lymphatique à une pratique professionnelle existante pour enrichir et diversifier l'offre de soins.