



Dossier de presse
Du Shiatsu pour les soignants
Soutenir les soignants pendant la pandémie de coronavirus

*Un projet de la Fédération Belge de Shiatsu,
soutenu par Gibbis et la Fondation Roi Baudouin
Février et mars 2022*

5 sites hospitaliers

Depuis son apparition en Belgique, la pandémie de coronavirus a révélé au plus grand nombre les contraintes du personnel soignants de nos institutions de soins. L'augmentation de la charge de travail et la mutation des tâches vers les soins intensifs, combinées à un absentéisme croissant, ont aggravé les conditions de travail des soignants, notamment dans les hôpitaux.

Pour toutes ces raisons, la Fédération Belge de Shiatsu (ci-après la FBS) a initié et coordonné, fin 2021/ début 2022, une action de soutien au personnel hospitalier. Du 2 février au 15 mars 2022, 136 heures de traitement de shiatsu sur chaise (soit environ 320 traitements de 15 minutes) ont été dispensées au sein de 3 institutions bruxelloises (sur 5 sites hospitaliers) : le Centre Hospitalier Jean Titeca, la Clinique Saint-Jean et l'Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola (Huderf)

Le projet a été rendu possible grâce au soutien de la fédération bruxelloise des institutions de santé « GIBBIS » et au soutien financier de la Fondation Roi Baudouin (Fondation d'Utilité Publique <https://www.kbs-frb.be/fr/nous-connaître>).

A titre informatif, plusieurs hôpitaux en Belgique, en France et dans le monde bénéficient depuis plusieurs années de la présence du shiatsu. Cela représente plusieurs milliers de traitements apportés chaque année au personnel hospitalier et aux patients.

Qu'est-ce que le shiatsu ?

Selon le ministère de la santé japonais, « le shiatsu est une forme de manipulation avec les pouces, les doigts et les paumes, dans laquelle une pression est appliquée sur la peau sans utiliser d'instruments, pour corriger des troubles internes, promouvoir ou maintenir la santé. » Le shiatsu est particulièrement indiqué pour la prévention des maux de dos et de nuque. Il est également utile pour diminuer le stress et agir sur d'autres symptômes associés, comme les insomnies ou la dépression.

Grâce à son action sur les troubles musculo-squelettiques et les risques psycho-sociaux, le shiatsu contribue à lutter contre l'absentéisme.

Habituellement, une séance de shiatsu dure environ une heure et se donne au sol, sur futon. Dans le projet, on a opté pour offrir des séances de shiatsu sur chaise, limitées à une durée de 15 minutes. Une telle durée permet au plus grand nombre de profiter d'une séance sans trop désorganiser le service, tout en offrant une rupture intéressante avec les fatigues et préoccupations journalières. Le shiatsu se donnant sur un corps habillé, il est également particulièrement bien adapté à un environnement professionnel.

Combien ça coûte ?

Le tarif habituel d'une séance de shiatsu varie entre 50 et 70 euros de l'heure, hors TVA. Pour le moment, il n'existe pas de remboursement par l'assurance maladie. Dans le projet, les prestataires ont choisi de proposer un tarif horaire de 40 euros/heure TTC, soit environ 60% de leur tarif habituel.

Grâce à son partenariat avec Gibbis (fédération bruxelloise des institutions de santé), le budget, pour un montant de 5.440 euros, a été entièrement pris en charge par la Fondation Roi Baudouin, dans le cadre d'une campagne de soutien au personnel soignant. En d'autres termes, les prestations ont pu être offertes gratuitement aux bénéficiaires (membres du personnel et institutions).

Un engagement collectif

Suite à l'appel lancé par la fédération, 15 praticiens affiliés se sont manifestés pour assurer les prestations : Marjan LEDENT, Pascal HAASS, Tanja DEN HERTOOG, Ulrike GAMST, Sandra BATTAGLIA, Françoise SIMKENS, Laure AVIRON-VIOLET, Linda TIMMERMANS, Dino STEYAERT, Jonathan VERLINDEN, Sigrid VANTHUYNE, Thierry VINCKE et Olivier de STEXHE. 13 praticiens étaient également en « réserve ».

Pour chaque hôpital, un.e responsable organisait l'accueil du prestataire et les modalités de l'intervention au sein des sites hospitaliers.

Une difficulté rencontrée était liée à l'absence de certains membres du personnel aux heures de traitement. La charge de travail en hôpital étant importante, certains participants n'ont pu se libérer à l'heure prévue malgré leur volonté de bénéficier du traitement. Pour remédier à cette problématique, une liste d'attente a été créée.

Un projet soumis à évaluation : des chiffres inquiétants, des résultats encourageants

Avant chaque traitement, un questionnaire court (une page) et anonyme était proposé aux bénéficiaires.

La première partie avait pour but d'évaluer la présence éventuelle de troubles dans les domaines suivants : psychologique, physique, qualité du sommeil et de la digestion : c'est le prestataire qui se chargeait de remplir ce volet de l'enquête au cours d'un bref entretien avec le bénéficiaire en début de séance. Pour chaque question une échelle de perception (entre 0 et 10) du trouble devait être précisée.

La deuxième partie devait être complétée par le bénéficiaire après le traitement au moment qui lui convenait le mieux (le formulaire complet lui était remis) : il lui était demandé d'évaluer l'évolution de son état, notamment en tenant compte des éléments complétés dans le

premier volet. Le bénéficiaire était alors invité à renvoyer son formulaire complété au siège de la fédération. La plupart des répondants l'ont fait le jour-même ; certains l'ont renvoyé le jour d'après.

Les données ci-après reflètent les résultats de 70 questionnaires exploitables.

Des symptômes très répandus.

D'après les données publiées par l'institut de santé publique Sciensano, en septembre 2021, 28,2% des soignants envisageaient d'abandonner la profession, contre 9,5% avant le covid ; 55% se sentaient sous pression/ stressés, contre 34% avant le covid.

Ces chiffres concordent avec les données de l'enquête.

Dans les facteurs psychologiques, 37 personnes (52,9%) déclarent souffrir de stress, 21 personnes (30%) d'épuisement et 8 personnes (11,4%) d'angoisse.

Au niveau corporel, 40 personnes (57,1%) déclarent souffrir de douleurs dorsales, et 7 personnes (10%) de problèmes aux jambes/ pieds.

Si 37 personnes (52,9%) indiquent avoir un sommeil correct, elles sont 26 (37,1%) à déclarer souffrir d'insomnies.

Les problèmes liés à la digestion et au transit intestinal seraient moins présents (55 personnes indiquent ne pas être concernées, soit 78,6%).

Plus grave encore, sur les 70 personnes interrogées, 27 % cumulent trois perturbations et 38 % en cumulent deux :

- Nombre de personnes cumulant 4 critères : 10/70
- Nombre de personnes cumulant 3 critères : 19/70
- Nombre de personnes cumulant 2 critères : 27/70
- Nombre de personnes cumulant 1 critères : 11/70
- Nombre de personnes sans critère : 03/70

Des résultats encourageants.

65 personnes ont déclaré se sentir « mieux » après le traitement, précisant en général une amélioration des perturbations mentionnées dans le premier volet de l'enquête, avec un niveau d'amélioration de 1/10 pour 24 personnes (34,8%) et un niveau égal ou supérieur à 7/10 chez 39 personnes (56,5%): « soulagement », « moins stressé », « plus détendu » ; allègement voire disparition du niveau de douleur.

Seules 5 personnes (soit 7,1%) ont déclaré un état inchangé.

La plupart ne connaissaient pas le shiatsu et ont été enchanté.es de cette découverte et des effets bénéfiques perçus.

Le projet a également atteint ses objectifs de façon gratifiante à travers les témoignages et l'enthousiasme du personnel hospitalier, comme en témoignent ici, auprès de la fédération, deux responsables des hôpitaux ayant participé au projet :

Bonjour Monsieur (...),

Nos membres du personnel étaient très heureux avec le massage sur chaise Shiatsu. Nous avons eu que du feedback positif.

(...)

Bonjour,

« Je voulais vous remercier pour cette initiative, qui m'a fait beaucoup de bien. Le praticien était super, cela m'a bien détendue. »

Voici un feedback reçu d'une participante au (...). Je tenais à vous transmettre le message et à vous remercier !

(...)

Cher Monsieur (...),

Je vous remercie pour votre mail. J'en profite pour remercier à nouveau votre équipe pour l'efficacité et la magie de leurs doigts auprès de notre personnel durant les sessions de Shiatsu.

Le résultat de votre enquête est très intéressant et confirme l'effet positif qu'apporte cette pratique.

(...)

To be continued

Pour la FBS, l'opération « Du shiatsu pour les soignants » est un succès :

- Un grand nombre de membres du personnel d'institutions de soins de santé aux premières loges de la lutte contre le coronavirus ont pu bénéficier d'une pause bien-être au sein même de leur établissement ; nous avons rempli notre objectif de contribuer à renforcer des équipes de soins parfois « au bout du rouleau ».
- Un nombre de personnes significatif a pu goûter aux bénéfices d'une pratique qu'elles ne connaissaient pas ; nous avons rempli notre mission de faire connaître le shiatsu dans la société, et notamment auprès de personnes directement impliquées dans les soins de santé.
- Le rôle d'initiative et de coordination joué par la fédération a permis de faciliter le travail de gestion des institutions, qui peuvent dorénavant compter sur un partenaire fiable, qui garantit la qualité des prestations et évalue les résultats ; nous avons rempli notre mission d'organe représentatif de la profession.
- Le rôle de coordination joué par la fédération permet de faciliter et améliorer en temps réel l'organisation du travail d'une équipe de prestataires affiliés enthousiastes et directement opérationnels ; nous avons rempli notre rôle d'acteur de cohésion professionnelle.

Compte tenu des résultats du projets, l'un des 3 hôpitaux a déjà pris la décision de pérenniser notre action sur fonds propres à travers une commande de 100 prestations supplémentaires.

La FBS reste disponible pour répondre, de la même manière, à la demande de toute autre institution.

La Fédération Belge de Shiatsu (FBS) regroupe 230 praticiens certifiés et une vingtaine de centres de formation. Elle favorise l'accès des citoyens à une pratique de qualité en travaillant à une meilleure visibilité et reconnaissance.