SPORT SUD SANTÉ

Magazine

#3
Hiver 2017

SPORT SUD SANTE
Offert
MAGAZINE GRATUIT

MAGAZINE GRATUIT
100 % SPORT ET SANTÉ
EN RÉGION OCCITANIE

LA MICROKINESITHERAPIE
C'est quoi ?

Encore confidentielle auprès du grand public, la microkinésithérapie est pourtant trentenaire. Cette technique a été élaborée dans les années 80 par deux masseurs-kinésithérapeutes français (Daniel Grosjean et Patrice Bénini) qui ont associé la pratique de l'ostéopathie aux connaissances d'embryologie et de phylogénèse. Technique manuelle de soin qui vise à relancer les mécanismes naturels d'auto-réparation, cette méthode nous aide à éliminer naturellement les mémoires qui affaiblissent notre organisme. De nombreux sportifs y ont désormais recours, Céline Gautier microkinésithérapeute à Mauguio dans l'Hérault nous éclaire sur le sujet.

AUTOREPARATION

Le corps humain (comme tout organisme vivant) est conçu pour s'adapter, se défendre et s'auto-corriger face aux agressions venant de l'extérieur.

Au quotidien face aux agressions d'origines virales, environnementales, traumatiques ou émotionnelles, un phénomène naturel d'autoréparation ou auto-guérison s'effectue en silence sans même que nous nous en apercevions. Les plaies se cicatrisent, les os se ressoudent, les agents infectieux sont détruits, les chocs émotionnels sont évacués.

Mais parfois l'agression est trop forte ou mal identifiée par l'organisme, celui-ci n'est plus capable de trouver la solution.

MICROPALPATION

Le microkinésithérapeute (par une palpation spécifique) est en mesure d'évaluer l'état de fonctionnement et le degré de vitalité des tissus.

En effet, les tissus de notre corps sont animés d'un rythme particulier appelé « mouvement respiratoire primaire » (MRP) en ostéopathie ou « manifestation rythmique palpatoire » en microkinésithérapie.

Une cicatrice se manifeste par la perte du rythme vital naturel du tissu. Le microkinésithérapeute va percevoir une sensation de restriction entre ses mains.

MÉMOIRE TISSULAIRE

Lorsque l'agression est supérieure aux possibilités de défense de l'organisme, la vitalité du tissu corporel concerné va être altérée et laisser apparaitre une « cicatrice », sorte de mémoire de l'évènement.

L'accumulation de ces mémoires va faire apparaitre un jour un symptôme, une douleur voire une maladie.

Comment se passe une séance ?

Après avoir signalé les motifs de sa consultation, la personne s'allonge sur la table de massage en restant habillée. Le thérapeute l'ausculte avec ses mains à la recherche des étiologies responsables du désordre observé, c'est la mise en évidence des cicatrices pathogènes.
Le thérapeute va ensuite chercher le symptôme qui en découle et sa localisation dans le corps. Le microkinésithérapeute va pouvoir déclencher les mécanismes d'autocorrection en stimulant la cicatrice pathogène par rapport à son étiologie.
Il fait reconnaitre par voie palpatoire l'agresseur pour lequel l'organisme n'avait pas su se défendre. Cette micropalpation agit comme une sorte de correction homéopathique.

La microkiné pour qui ?

La microkinésithérapie s'adresse à tous patients quelque soit leur âge, du nourrisson au 3ème âge, pour des séances thérapeutiques en curatif ou en préventif. Il n'y a pas de contre-indication puisqu'il n'y a pas de manipulation.
La microkinésithérapie se révèle d'une réelle efficacité dans le traitement des désordres liés à l'appareil musculo-osseux (entorse, luxation, tendinite, fracture, lumbago, rhumatisme…).
En considérant que la mémoire tissulaire conserve toutes les traces d'agression, la microkinésithérapie se révèle précieuse pour aider le corps à corriger les chocs psychologiques ou émotionnels (frustration, conflit, deuil …) qui dérèglent les circuits nerveux. Les traumatismes toxiques (aliments, métaux lourds, pollution…) peuvent affecter les tissus muqueux et endocriniens.
Une à deux séances à quelques semaines d'intervalle suffisent habituellement pour venir à bout d'un symptôme précis. La microkinésithérapie n'entre pas dans les soins conventionnés de la sécurité sociale, il n'y a pas besoin d'ordonnance. Le tarif de la séance est fixé par le praticien, en général affiché entre 50 et 80 €uros. Certaines mutuelles prennent en charge ces séances au même titre que l'acupuncture ou l'ostéopathie.

Après la séance ?

Le corps entame un travail d'auto réparation qui peut entrainer une fatigue voire une exacerbation des symptômes. Il est préférable de prévoir un temps de repos après la séance (pas de dépense physique importante, pas de long trajet en voiture). Afin que cette fatigue soit minimale il est conseillé de boire 1,5 à 2 litres d'eau par jour dans les deux jours qui suivent pour faciliter le travail d'élimination.

De nombreuses évaluations avec des protocoles rigoureux ont été réalisées depuis, notamment en milieu hospitalier. La technique est aujourd'hui pratiquée à travers le monde (Belgique, Allemagne, Portugal, Brésil …) et enseignée en faculté de médecine en Pologne.
En France, l'ordre National des masseurs-kinésithérapeutes a émis des réserves sur la pratique de la microkinésithérapie et demande des évaluations scientifiques complémentaires pour sa reconnaissance.

Qui pratique la microkiné ?

L'exercice de la microkinésithérapie est réservé à des professionnels de santé (kinésithérapeutes ou médecins) ayant suivi une formation de deux ans, aboutissant à un certificat de compétence. Les microkinésithérapeutes s'engagent à respecter un code d'exercice strict et ils sont bien entendu tenus au secret professionnel.

La microkinésithérapie ne s'oppose pas à la médecine conventionnelle mais la complète harmonieusement et s'inscrit en complément.

Le listing des thérapeutes certifiés est consultable sur : www.acdmicrokinésithérapie.fr

Retrouvez plus d'information sur :
www.microkinesitherapie.com

INTERVIEW

Bonjour Céline, vous êtes microkinésithérapeute à Mauguio dans l'Hérault, pouvez-nous nous parler de votre choix professionnel ?

Comme d'autres confrères kinésithérapeutes, j'ai recherché une formation complémentaire pour améliorer mes résultats au cabinet.

Je me suis intéressée à la microkinésithérapie car cette technique s'intéresse au patient dans sa globalité, on recherche avant tout les causes du symptôme pour le corriger. De plus, c'est une technique douce, non invasive et respectueuse du fonctionnement naturel du corps.

Nous avons rencontré les 2 raseteurs, Laurent Estève et Ziko Katif, vous intervenez pour des soins très variés ?

Je suis ces 2 sportifs et d'autres depuis plusieurs années. Dans le milieu du sport, la microkinésithérapie est précieuse puisqu'elle permet de réduire le temps de récupération après des chocs sans oublier l'effet bénéfique qu'elle apporte sur la préparation mentale des sportifs.

La variété des patients qui viennent me consulter est l'une des raisons pour lesquelles j'adore mon métier. Je suis sollicitée dans la même journée pour des coliques du nourrisson, des troubles musculo- squelettique, des troubles du sommeil, des états d'anxiété, des problèmes de stérilité, des intolérances alimentaires ...

J'ai maintenant également le plaisir d'intervenir dans des entreprises dans le cadre du bien-être des employés au travail.

Comment la microkinésithérapie a modifié votre façon de travailler ?

Cette technique a bouleversé ma carrière professionnelle car c'est devenu une véritable passion.

Chaque nouveau patient est pour moi l'occasion de découvrir comment l'organisme a abouti à un symptôme et je reste émerveillée par la capacité naturelle du corps à réparer ses cicatrices par des stimulations douces mais orientées.

Diriez-vous qu'il y a eu un avant et un après microkinésithérapie ?

Oui aujourd'hui, la microkinésithérapie représente la totalité de mon activité. Nous sommes au Cabinet désormais trois praticiens à pratiquer la microkinésithérapie.

Je transmets également cette passion, puisque j'enseigne la technique au sein du Centre de Formation à la Microkinésithérapie.