

1er Congrès International du massage

5 et 6 juin 2010 - Palais des Congrès à DIJON

Le Massage au quotidien dans le monde du travail

**Thao Tran Dinh,
WMS (Wellness & Massage Services), Genève - Suisse**

Le massage, tel que nous le connaissons, revêt une dimension différente selon les civilisations. Si dans les pays orientaux, africains ou sud-américains, le massage est pratiqué dès le plus jeune âge et depuis la nuit des temps, il n'en n'est pas de même dans les pays occidentaux, industrialisés... hélas. Cela s'explique certainement par une vision morale différente de l'art du toucher.

Longtemps donc, le massage, ou plutôt le contact de la peau était assimilé à un acte à connotation charnelle et intime, pour ne pas dire plus. Depuis la démocratisation des voyages intercontinentaux, on assiste, encore de nos jours, à un engouement pour les massages dispensés dans les pays asiatiques, où le massage fait partie intégrante d'un art de vie. Est-ce un effet de mode ? assurément non, sinon nous ne serions pas ici pour en parler ! alors pourquoi assistons nous de nos jours à l'émergence du massage en occident ? pourquoi devons nous lutter pour la reconnaissance de la pratique du massage ? la réponse est simple : la civilisation occidentale s'affranchissant d'un tabou principalement induit par la religion judéo-chrétienne, que je respecte par ailleurs, a découvert les bénéfices du massage, tant dans le domaine du bien-être que dans celui de la prophylaxie des maladies d'origine neuro-végétatives.

Dans un contexte socio-économique tendu, plus spécialement depuis ces deux dernières années, le stress, et cela fait plusieurs années que le fait est connu, a causé des ravages, tant dans la sphère familiale, que dans celle de la société, engendrant des comportements soient agressifs ou au contraire, de découragement avec les conséquences que nous connaissons.

Dans le monde professionnel, nous assistons à une baisse de l'engagement, du dynamisme et donc de la qualité du travail des personnes démotivées trainant leur mal être, avec les conséquences économiques très importantes que cela entraîne, au point que l'Organisation Mondiale de la Santé a fait une grande enquête sur l'impact de l'absentéisme dans le monde dont je pourrai vous parler plus tard.

A cela, il convient de prendre en considération une donnée dramatique que la société ne doit pas accepter : le taux de suicides dans les entreprises qui augmente, comme cela a été dénoncé il y a quelques temps seulement dans la Poste française.

Cela étant dit, on voit quel impact positif le massage peut avoir dans le quotidien, ne serait-ce que dans une simple politique de gestion du stress pour ne citer que cet exemple, auquel nous pourrions ajouter tous les maux connexes, comme les troubles du sommeil, les céphalées, troubles de la vue, de la concentration, de la digestion et j'en passe. En France, où la consommation d'anxiolytiques ou autres calmants est la plus élevée au monde, pays où justement se déroule ce premier Congrès International de Massage, la multiplication des offres de massage de toutes sortes est une évidence, mais il

ne saurait y avoir de massage sans une garantie de qualité. En effet, dans le massage, il y a le bénéficiaire qui a une attente, voire un besoin, et le masseur, qui doit être en mesure d'y répondre par l'acquisition de toutes les qualités et connaissances tant techniques qu'humaines.

Nous avons donc vu que le massage avait un impact direct et immédiat sur le bien être de l'individu, c'est un constat que nous faisons tous quotidiennement. Plus globalement, il aura un impact dans la sphère familiale, lui rendant une couleur plus harmonieuse et équilibrée. Professionnellement, le massage bénéficie tant à l'individu qu'à l'entreprise dans laquelle il travaille.

A l'heure où la croissance économique marque le pas, il devient urgent pour les entreprises tant privées qu'étatiques, de maximaliser la productivité et le dynamisme au travail. Malheureusement, du fait de la tension économique mondiale actuelle, la santé des travailleurs se dégrade. J'en prends pour exemple des chiffres publiés en Suisse, mais qui peuvent être superposés à ceux que l'on trouverait en France, toutes proportions gardées : environ un million de personnes vivent en Suisse qui en compte 7,7 millions, ont un problème de santé. Cela représente environ 14 % de la population Suisse (chiffres 2009).

La durée moyenne des arrêts de travail s'élève à 9 jours par an et par personne active. Les troubles musculo-squelettiques que j'ai mentionné précédemment représente 26% des arrêts de travail, ce qui est énorme.

Compte tenu du recul de l'âge de la retraite annoncée, et donc d'un vieillissement de la population active ainsi que d'un mode de vie qui se sédentarise de plus en plus, on est en droit de penser que ces chiffres vont rapidement augmenter avec comme conséquence une influence néfaste sur la qualité de vie professionnelle et de la capacité productive des actifs.

Ces chiffres montrent clairement qu'une grande partie des personnes en âge de travailler sont ou seront directement affectés par des maladies liées au stress et aux troubles musculo-squelettiques dans les années à venir. Cela peut avoir de très sérieuses conséquences sociales, économiques pour les intéressés et leur famille, gêner la productivité de l'ensemble des actifs et de certains secteurs de l'industrie, et grever les ressources à la fois du système de santé et du régime des prestations sociales.

Dans le contexte de l'Union Européenne, la Commission Européenne et les partenaires sociaux se soucient de plus en plus depuis quelques années, de la prévalence et de l'impact des troubles musculo-squelettiques liés au travail puisqu'elle estime à 100 millions le nombre de personnes affectés par ces troubles qui représentent 49% des absences professionnelles de trois jours ou plus. Cela coûte à la société entre 0,5 et 2% du PIB

A contrario, la santé et le bien être des actifs constituent, avec les aptitudes, la formation et les qualifications, un des facteurs les plus importants pour la productivité du travail. Le psychologue américain Maslow a démontré, dans les années quarante, qu'il y avait une hiérarchisation des besoins dans le monde du travail, qui fait partie de notre quotidien -je le rappelle pour recoller au thème de cette présentation-.

A la base de cette hiérarchisation, le premier pallier consiste à assurer les besoins financiers primordiaux. Ensuite, cet objectif atteint, le second pallier va s'attacher au besoin d'assurer la sécurité, qu'elle soit physique, psychologique, morale, affective, familiale ou économique. Ensuite vient le besoin de la reconnaissance et de l'estime. C'est ce qui manque dans le monde du travail dans une société où la réussite socio-économique est devenue une priorité. L'installation d'un service de massage en entreprise constitue un des moyens de répondre à cette demande, non seulement à cette étape de la théorie de Maslow, mais à tous les étages de cette pyramide. Elle peut constituer un moyen de reconnaissance de la part de l'employeur et surtout de permettre l'application d'une politique de prophylaxie des TMS, du stress et des conséquences qui en découlent.

Le massage en Entreprise permet donc de :

- remotiver et dynamiser l'employé
- donner un moyen à l'employeur d'exprimer une certaine reconnaissance
- d'agir en amont sur l'apparition de TMS
- de générer une meilleure ambiance de travail.

Voilà, cette présentation ne prétend faire du massage la solution unique pour la lutte contre les troubles musculo-squelettiques, mais illustrer un aspect des bienfaits du massage dans un domaine de notre quotidien qu'est le travail en entreprise.

Conclusion

Bien entendu, tous les aspects de l'impact du massage pourraient être développés, mais tel n'est pas le but dans cette respectable assemblée où nous en connaissons toutes et tous les réponses.

Ce que je voudrais dire, c'est qu'il est grand temps que les responsables gouvernementaux en charge de la Santé publique considèrent le massage comme étant un acteur incontournable dans une politique de Santé clairvoyante et responsable.

Pour cela, nous devons, dans le cadre de ce premier congrès international de massage, leur envoyer un signal clair, dans un souci de responsabilité en terme de santé publique, et leur faire comprendre l'importance du massage. Afin d'être entendus, nous nous devons bien entendu, leur donner l'assurance d'une profession adulte et responsable.

Nos amis kinésithérapeutes, dans leur domaine, ont mis des années pour y arriver, et ont encore affaire à la défiance du monde médical.

Nous devons nous identifier clairement comme des partenaires de santé fiables, et pour cela, leur donner des garanties de qualité. C'est pourquoi je me permets, chers collègues, de vous inviter à profiter de l'occasion qui nous est donnée aujourd'hui, pour poser les bases d'une définition précise et sérieuse de ce que devrait être la profession de masseur dans les sociétés occidentales, et que l'occident rejoigne l'orient, dans une même philosophie : l'écoute et le partage.