




Sherbrooke  
nature urbaine

26<sup>e</sup> congrès annuel du Réseau de soins palliatifs du Québec  
L'émergence de l'approche palliative :  
en mouvement vers de nouveaux horizons





# La présence consciente de l'intervenant

L'impact du toucher dans les soins quotidiens et  
l'accompagnement de la personne malade

Par Isabelle Bujold et Sylvie Lepage

Par

# Déclaration de conflits d'intérêt réels ou potentiels

Isabelle Bujold et Sylvie Lepage



Je n'ai aucun conflit d'intérêt réels ou potentiel en lien avec le contenu de cette présentation

# Isabelle Bujold

- **Massothérapeute agréée en réadaptation**  
membre de la FQM.
- Depuis 1993, cumule plusieurs formations dont: massage suédois, instructeur de massage pour bébé, approche *Trager*, accompagnement pour personnes atteintes de cancer, drainage lymphatique Vodder.
- Enseignante titulaire massothérapie en oncologie pour Arborescence (2008)
- Œuvre en oncologie pédiatrique au centre hospitalier de Sherbrooke pour Leucan Estrie. (2001)
- Accompagne aussi des gens qui vivent diverses situations, notamment les femmes enceintes, les parkinsoniens et les personnes ayant des problèmes de santé physique et cognitive.
- Certification en cours: réadaptation motrice et sensorielle UQAT



# Sylvie Lepage

- **Massothérapeute agréée membre de la FQM (1998).**
- Enseignante en massage suédois, néo-reichien, métamorphique et accompagnement pour les personnes atteintes de Cancer par la massothérapie.
- Directrice pédagogique et enseignante titulaire pour Arborescence co-créé en 2008.
- Spécialisée en oncologie adulte auprès de l'A.C.E.Q. aux hôpitaux de Rimouski, Matane et Amqui (2012)
- À Leucan dans le service de Massothérapie à domicile (2005).
- Lymphothérapeute (2014), co-création d'un programme de prévention et autogestion du lymphoedème en collaboration avec l'A.C.E.Q..



# Arborescence Inc.

## **Accompagnement par la massothérapie Pour personnes atteintes de cancer ou maladie à issue fatale.**



Mission :

Habiliter les massothérapeutes à poser un geste de massage adéquat en fonction des techniques de travail manuel qu'ils possèdent déjà et adapté à la capacité de recevoir de la personne malade.

- En lui enseignant des connaissances de base sur le cancer, les maladies chroniques et/ou à issue fatale.
- En le sensibilisant et l'outillant à accompagner les personnes atteintes et les proches significatifs dans tout le parcours de la maladie à développer sa qualité de présence à la réalité de la personne malade et de ses proches.



**ARBORESCENCE**  
accompagnement par la massothérapie



**La massothérapie  
auprès des personnes  
atteintes de cancer, en  
soins palliatifs et fin de  
vie**





# Les massothérapeutes et les soins palliatifs au Québec

- Le touché éduqué, est un geste qui vient positionner la massothérapie en complémentarité des soins médicaux offerts dans les différents établissements.
- Notre prétention : aider à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes et de leurs proches significatifs dans le parcours de la maladie et la fin de vie.
- Une médecine douce, qui prétend à un certain bilinguisme :
  - Le langage de la globalité de l'humain et du cœur dans l'accompagnement
  - Le langage scientifique pour mieux comprendre le cancer et ses enjeux et la réalité où baigne le client atteint.

# L'impact du toucher...

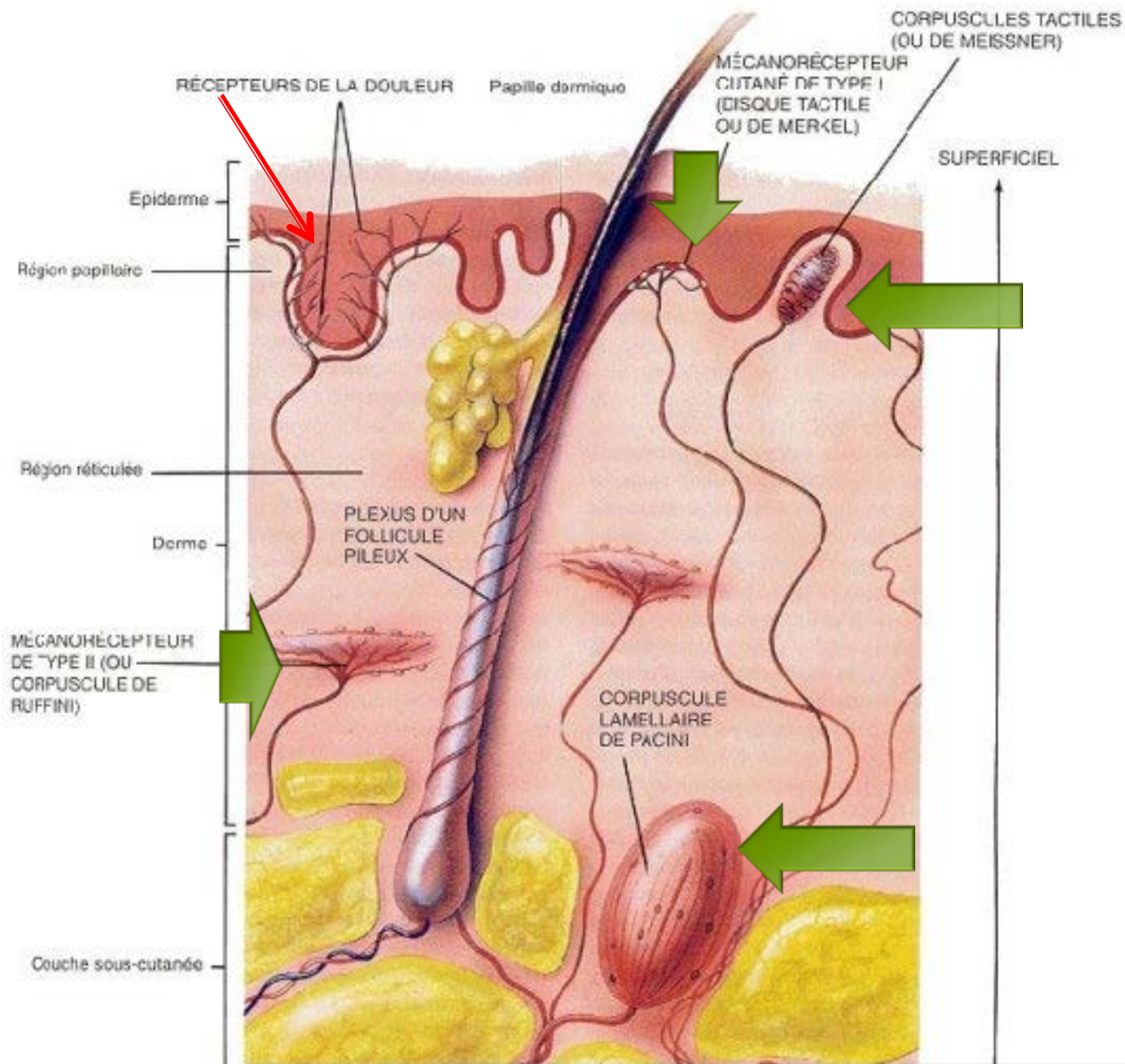


## Plan de présentation

- La peau un organe de communication
- Les effets du massage
- Étude clinique : Toucher thérapeutique ou affectif
- Courts témoignages
- La douleur
- Échange de toucher thérapeutique

**La peau** constitue l'organe le plus étendu en superficie du corps humain.

« Le premier sens à apparaître chez l'embryon et le dernier à disparaître. »  
Ashley Montagu, La peau et le toucher



## La peau = un organe de communication

La peau est le seul organe qui implique automatiquement une communication.



Je peux voir, sans être vue, je peux parler sans être entendue mais :

« Je ne peux toucher sans être touché moi-même. »

Et à contrario, il se peut que je ne puisse pas parler, plus entendre, plus voir, mais ma peau continue de ressentir

# Communication = influence



Du moment où l'on croise quelqu'un même d'un simple regard, il y a communication.

Qui dit communication dit donc influence.



Modes de communication:

- Parole: voix, mots, intonation.
- Corps: regards, expressions faciales, réactions corporelles.
- Peau: toucher

Communication = influence



Communiquer =

Échange de messages

Toujours influencé par une  
perception qui sera interprétée soit

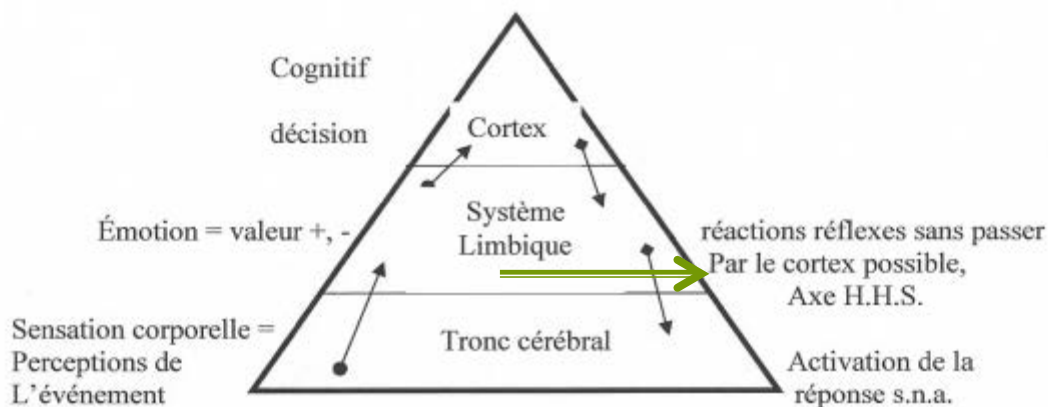
+ 😊

ou - 😞

# La p.n.e.i. communication entre les trois étages du cerveau



Les trois étages du cerveau (dessin de ma conception)



Dispositif sophistiqué qui permet de préserver l'homéostasie de l'organisme en traitant l'information, les stimulus du monde extérieur.

L'impact tu toucher fait appel à la façon dont l'information circule en soi-même



# L'impact du toucher : qualité de communication = présence



selon Larousse

« Fait d'être présent en esprit,

Être disponible à n'importe quelle sollicitation  
extérieure. »

Donc présence à soi, et présence à l'autre...



# L'impact du toucher / qualité de communication = conscience



Selon Larousse

« Représentation mentale claire de l'existence, de la réalité de telle ou telle chose. »

Si l'autre n'est plus dans cette conscience, moi je dois être conscient qu'il perçoit dans son corps et que le système limbique traite cette information...



# Impact des émotions positives



Les pensées et les émotions positives activent le cerveau droit qui stimule le système nerveux autonome parasympathique;

- les muscles se détendent,
- le rythme cardiaque ralentit,
- la respiration se calme,
- les vaisseaux se dilatent, la peau se réchauffe,
- l'énergie est utilisée pour réparer les blessures,
- le corps récupère.

Si l'intention du toucher est positive, il engendre des émotions positives et toutes les manifestations physiologiques favorables qui y sont rattachées.

# Impacts du toucher / sur les neurotransmetteurs



Un toucher qui calme, qui est rassurant, diminue les effets négatifs du stress dans le corps. Du moment que la personne est placée dans un espace de sécurité physique et affective, la perception positive de ce toucher et de ce contact fera en sorte que la production de neurotransmetteurs favorables au calme et à la détente seront produits :

La production de cortisol sera stoppée au profit des, **neurotransmetteurs** comme les **endorphines**, la **dopamine**, la **sérotonine** et la **noradrénaline** qui agissent sur l'humeur et les sensations de douleur. Ces amines biogènes améliorent la qualité de vie.

# Impacts du toucher / sur le système nerveux via la peau



Marchand, 2009 :

La stimulation des capteurs sensitifs de la peau par le **massage** (passage répété de la main sur la peau):

- fait baisser le rythme cardiaque.
- Réduit la pression artérielle.
- Inhibe la douleur localement en provoquant la sécrétion des **endorphines** par le système nerveux via la moelle épinière.



# Harmonisation du système nerveux autonome



Si l'expérience du toucher est interprétée comme une expérience positive pour celui qui reçoit :

Le massage de la peau entraînera une activation nerveuse directe sur la partie postérieure de l'hypothalamus sans passer par le cortex, et de là, provoquera un relâchement musculaire généralisé. Le massage n'a pas donc pas besoin d'être complet pour provoquer ces effets.

Masser les pieds, les mains ou les mollets suffit à déclencher cette relaxation de tout le corps.



# Impact du toucher / qualité de présence et conscience

- Chaque fois qu'on touche quelqu'un, nous avons un impact direct sur son cerveau émotionnel.
  - Une interprétation positive du toucher ou du contact = croissance des cellules. Amélioration de la qualité de vie.
  - Une interprétation négative du toucher ou du contact = diminution de l'efficacité du système immunitaire et endocrinien
  - Une interprétation neutre, ni agréable, ni désagréable = n'aura ni un impact + ni un impact – sur les cellules. Stagnation.

Bruce Lipton. La biologie des croyances



## Circulation de l'information en soi-même

- Une communication sera donc toujours interprétée.
- ET la circulation de l'information se fera non seulement entre deux personnes, mais en soi-même, influençant tous les systèmes du corps.



# Une expérience clinique sur le toucher affectif

Étude Clinique, Boudreau et Ntetu (2006), Jonquière

Sujets ; 8 F et 2 H âgés entre 72 à 96 ans sans problèmes cognitifs. Ont reçu des touchers affectifs pendant trois jours consécutifs par des infirmières sur les mains, bras, épaules, tête ou simplement tenir la main.

- Commentaires majoritairement positifs :



- Positifs :

- ...Préfère les épaules et/ou bras.
- ...M'aide à passer au travers la maladie et même guérir.
- ...Je me sens accepté tel que je suis (bras paralysé).
- ...Comme une bonne parole, on se sent considéré
- ...j'ai ressenti de la joie
- ...une consolation
- ...comme une gâterie, un plaisir
- ...devrait être utilisé davantage avec les personnes âgées.

- Négatifs :

- ...ne devrait pas se répéter trop souvent
- ...préoccupés qu'il y avait pour certains esprits, de l'indécence dans le toucher affectif, alors que c'est un geste correct.

# Tranche de vie



Des amis très proches ont été touchés de près par la maladie. ELLE, a été hospitalisée aux soins intensifs plus de 30 jours suite à un infarctus foudroyant et une opération à cœur ouvert. Elle était sous sédation importante pendant quelques semaines pour protéger son cœur et favoriser l'énergie de guérison, branchée de partout...

LUI, partage qu'il y avait un infirmier, qui juste par son attitude, sa présence réussissait à calmer ELLE. Et cela rassurait aussi LUI, quand cet infirmier était présent.

ELLE, partage que pendant toute cette période d'inconscience:

« Je n'ai jamais décrochée, je n'étais pas là consciemment, mais mes sens étaient stimulés. »

Quand on lui mettait sa musique préférée, elle dansait dans le lit.

Elle se souvient qu'on lui massait les pieds et que ça faisait grand bien et lui procurait un sentiment de sécurité

Elle a aussi un souvenir de la présence des Docteurs clowns...

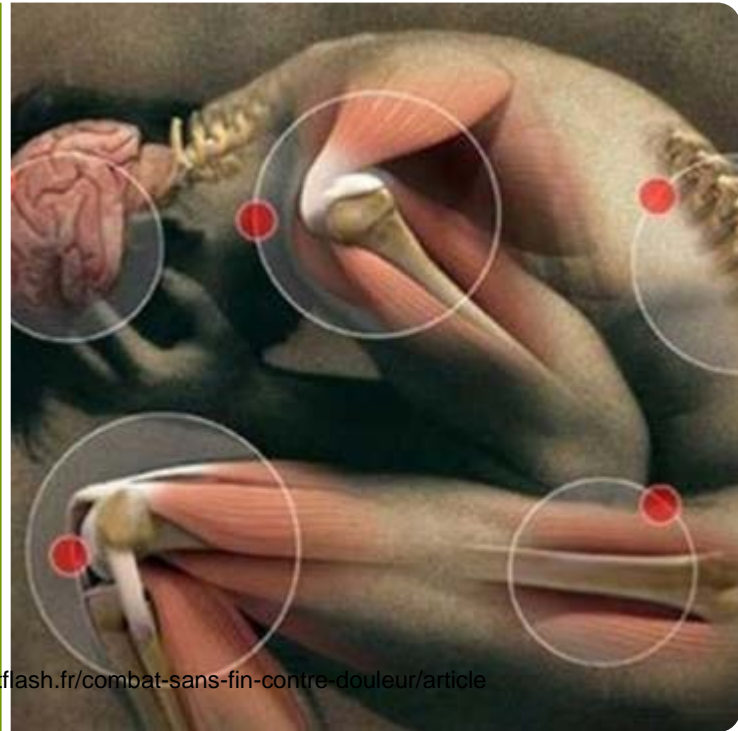
Et elle croit qu'elle a interprété les cloches et diverses sonneries des soins intensifs comme étant les carillons d'une église chère à son souvenir.

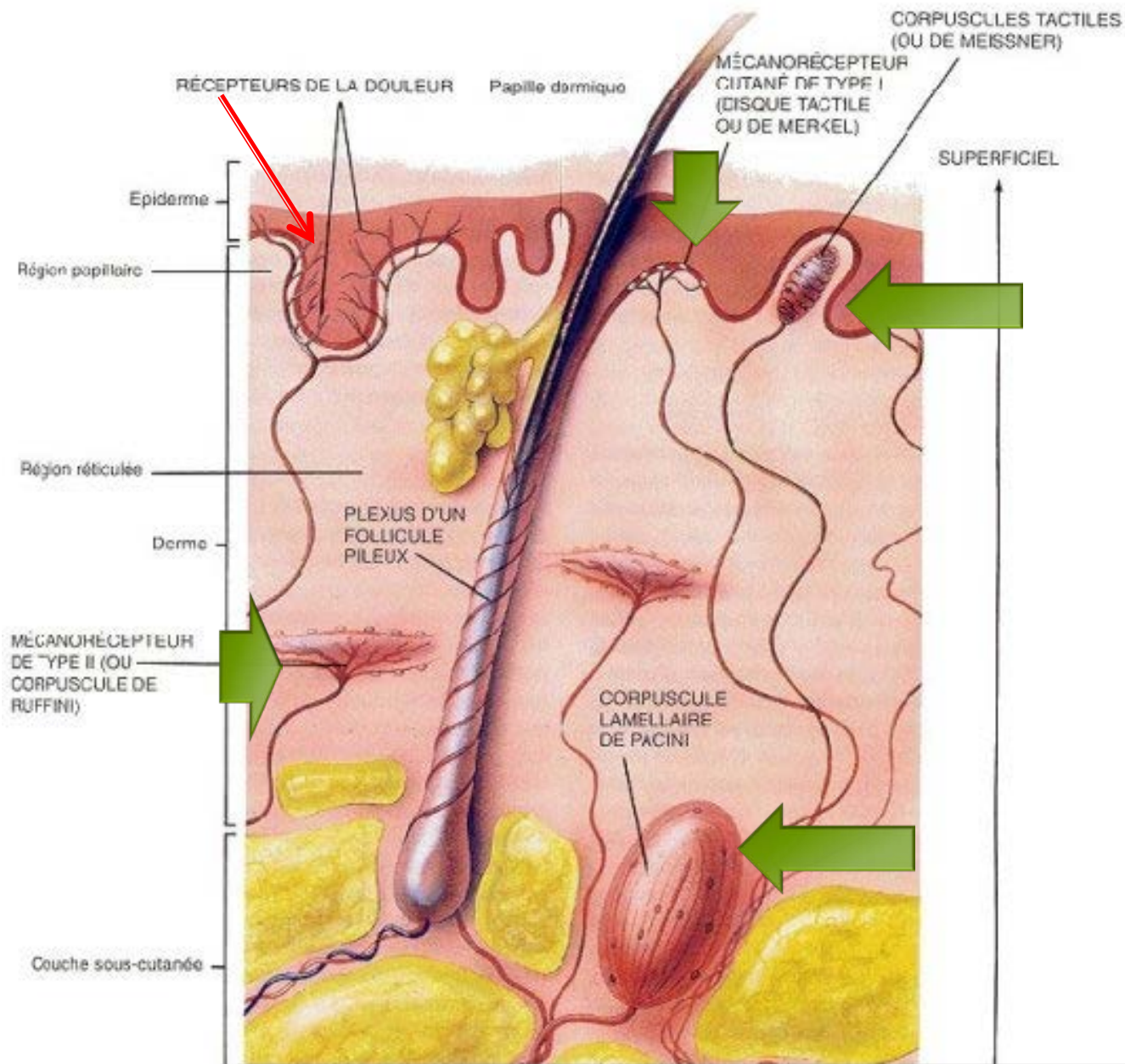
L'impact du toucher, douleur



# Toucher conscient et douleur

<http://www.rtfash.fr/combat-sans-fin-contre-douleur/article>

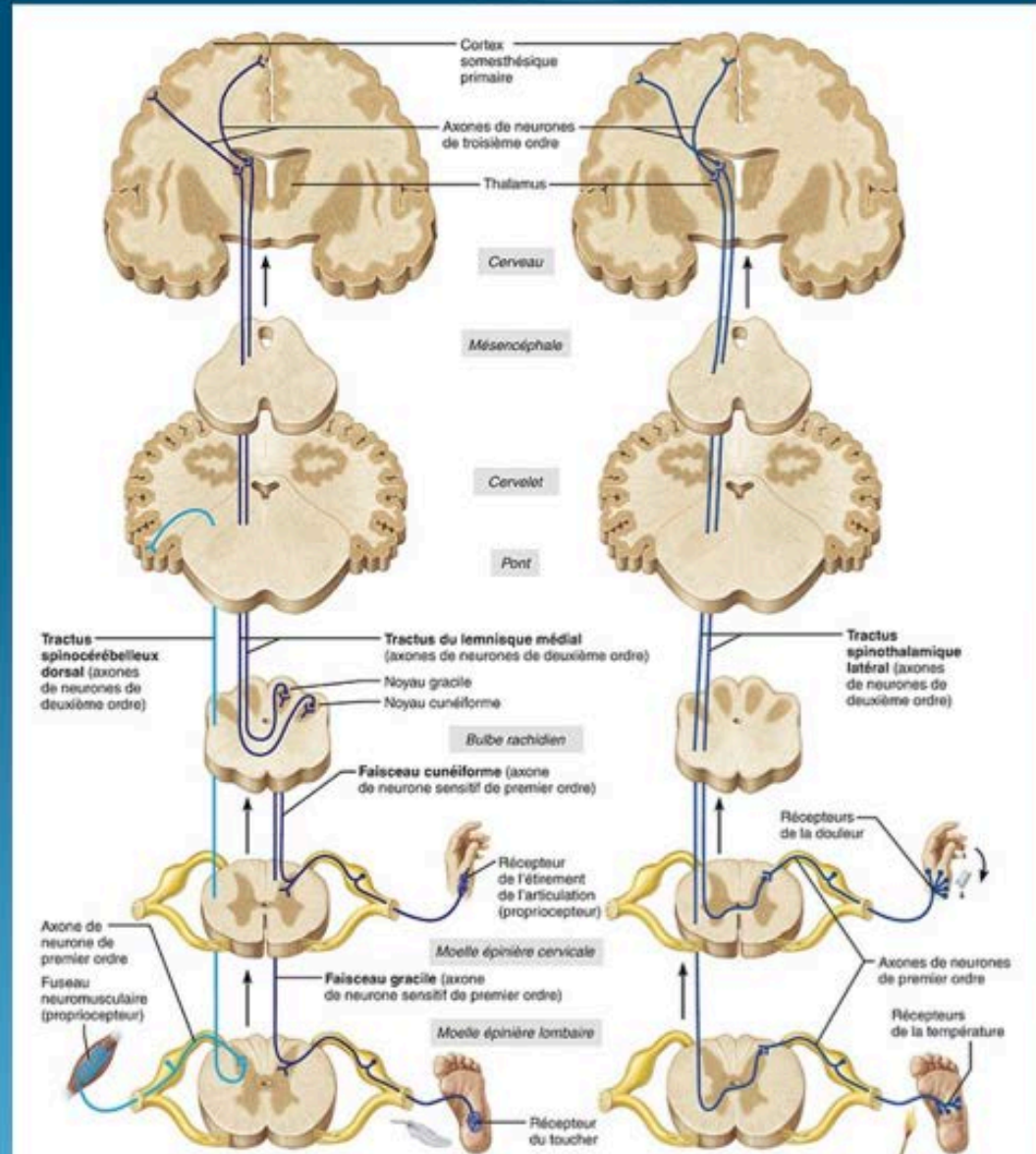






# Voies sensorielles / afférences

- 1) Récepteurs sensoriels
- 2) Fibres nerveuses
- 3) Transit moelle épinière
- 4) Projection vers l'encéphale (voies /tractus neural)



# Les systèmes endogènes de contrôle de la DLR



**Centres supérieurs**

**Descendants**

**Local**





Relaxation visualisation  
méditation/ hypnose  
biofeedback +- 20 min

## Centres supérieurs

## Descendants

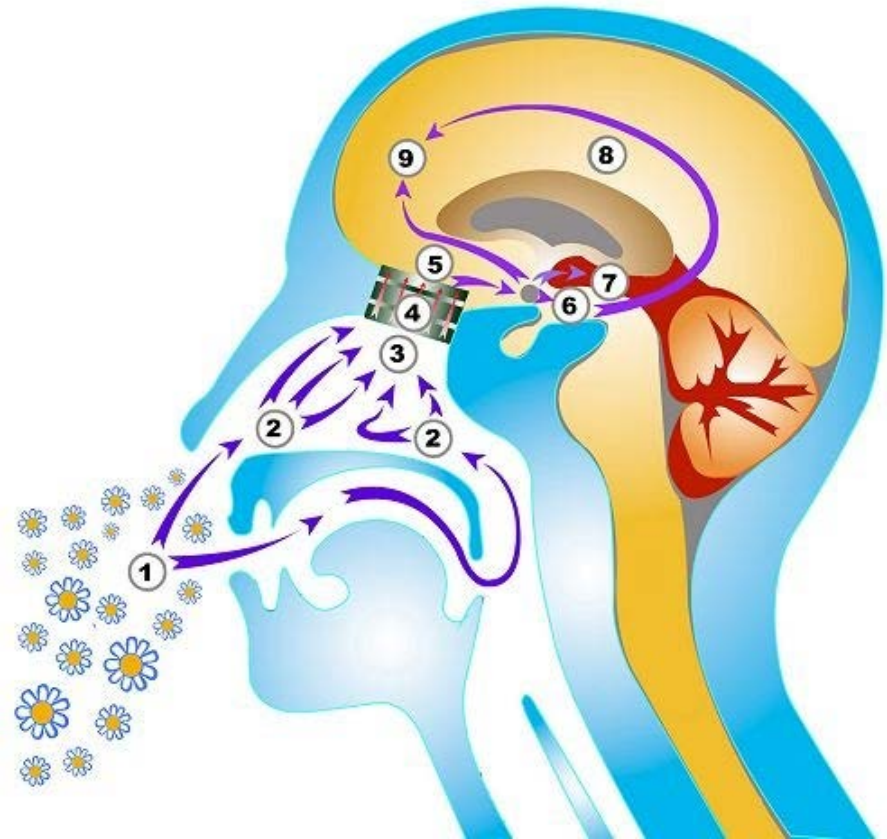
Massage profond, Triger  
points,  
accuponcture.  
Tens-accuponcture,

Massage léger, tens  
conventionnel

## Local

L'impact du toucher, douleur

## Le rôle insoupçonné des odeurs l'humeur et la douleur



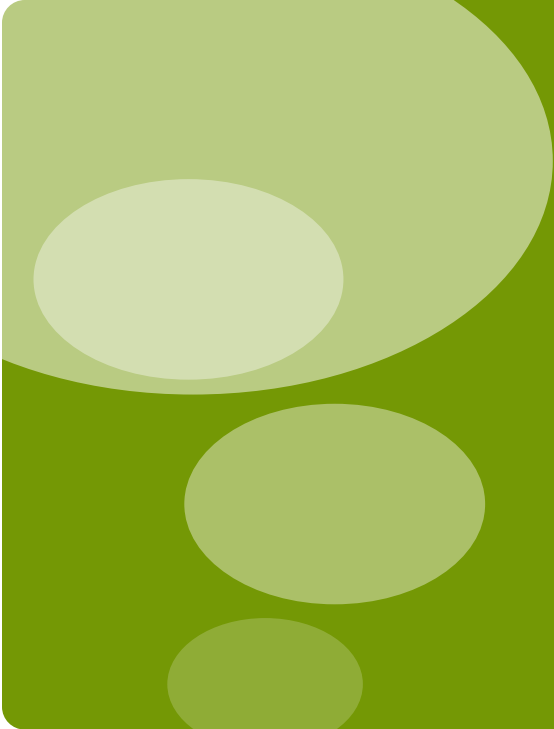
## L'impact du toucher, douleur



Les bulbes olfactifs sont directement reliés au système limbique, et le cerveau traduit cette information en émotion.

Une étude du Doc Serge Marchand et Pierre Arseneault démontre que la perception d'une odeur agréable diminue la perception de la douleur.



- 
- Atelier d'auto  
massage

Échange de  
massage en dyade



## Références:

Marchand, S. (2009). *Le phénomène de la douleur* (2<sup>e</sup> éd.). Montréal: Chenelière Éducation.

Torora, G. J. et Dierricson, B. (2007). *Principes d'anatomie et de physiologie*. (Trad. Forest, M. et Martin, L.). St-Laurent : Édition du Renouveau pédagogique.

Bear, MF. Connors BW. Paradisco, MA. *Neurosciences à la découverte du cerveau* (3<sup>e</sup> éd) Édition Pradel

Montague Ashley (1979). *La peau et le toucher*. Éditions du Seuil

Angelard Christine. (2010) . *La médecine soigne, l'amour guérit*. Éditions Fides.

Cours : communication, intervention et éthique UQAT Département des sciences de la santé



Kriegel Maurice.(1999). Le chemin de la sensation. Le souffle d'or.

Trager M,Guadagno-Hammond C.(1994). À mon corps, je dis oui les mouvements du Dr TRAGER. Le souffle d'or

JANSSEN, Thierry, (2006) La Solution Intérieure, « réveillez le potentiel de guérison qui est en vous », ed. Fayard,

Le Massager Vol.27 n°2 / août 2010

Le Massager Vol.27 n°3 / novembre 2010

