

Méthode alternative

La réflexologie, pour quoi faire ?

La défense de l'ancien secrétaire d'État à la Fonction publique, Georges Tron, qui est accusé d'agressions sexuelles*, évoque l'attrait « insolite » de son client pour la réflexologie et les médecines douces. Non conventionnelle, la réflexologie est encadrée par deux fédérations.

« *LORSQUE L'ON touche aux pieds, on touche à l'âme* », indiquerait un proverbe chinois. La réflexologie plantaire repose sur le postulat selon lequel chaque organe du corps correspond à une zone sur les pieds, lesquels possèderaient pas moins de 7 200 terminaisons nerveuses. « *On ne peut pas vraiment parler de massage* », complète Michèle Rigolage, praticienne en région parisienne. « *Il s'agit plutôt d'un toucher spécifique sur les zones réflexes du pied* » afin de localiser les tensions et « *de rétablir l'équilibre du corps* ». L'objectif est de libérer « *les facultés d'autogénération du corps* ». Outre le fait qu'elle peut se pratiquer également sur la surface des mains, la réflexologie comprend trois principales méthodes : chinoise, américaine et sud-africaine.

Michèle Rigolage, qui pratique depuis octobre, a choisi d'effectuer une formation d'un an, axée sur la « *réflexologie d'après l'énergétique chinoise* », qui est « *autant psychique que physique* ». « *Il existe plusieurs formations, mais toutes ne sont pas bonnes. Il faut se renseigner* », souligne-t-elle.



Une action sur le bien-être

« *La réflexologie n'étant pas reconnue en France, il n'existe pas de diplôme d'État* », précise Serge Baldy, praticien et formateur. Pour autant, être réflexologue ne s'improvise pas, et « *son parcours doit être reconnu par nos deux fédérations* », l'historique Fédération française des réflexologues (FFR) et la dissidente Fédération francophone des praticiens et des enseignants de la réflexologie (FFPER).

Prévention. Concrètement, le réflexologue commence la séance par des techniques de bien-être (prise en main, déverrouillage articulaire, pétrissage) puis il effectue des mouvements de massage avec le pouce qui divergent plus ou moins selon sa spécialité. « *Nous ne sommes pas des médecins mais nous venons en soutien de la médecine moderne. Nous faisons de la thérapie alternative* », estime Michèle Rigolage,

qui insiste le côté préventif de la réflexologie. « *Beaucoup de maux sont dus au stress. Nous agissons sur le bien-être et le moral des gens* », rappelle-t-elle, en évoquant toutefois certaines contre-indications de principe comme les personnes récemment opérées, celles souffrant d'une phlébite ou d'une inflammation du pied, les femmes enceintes de trois mois ou plus.

La praticienne, qui est déjà intervenue dans les maisons de retraite, espère que la réflexologie puisse trouver également sa place à l'hôpital, pour « *aider le patient à être plus zen* ». « *C'est une pratique très courante dans les pays de l'Est et du Nord. Elle commence juste à se faire connaître en France* ». Avec l'affaire Georges Tron, elle est en tout cas fortement médiatisée. Les deux anciennes employées de la mairie de Draveil (Essonne) qui accusent l'ancien secrétaire d'État à la Fonction publique d'agressions sexuelles ont, en effet, évoqué l'utilisation de la réflexologie plantaire. L'avocat de Georges Tron a défendu l'attrait « *insolite* » de son client pour la réflexologie et pour les médecines alternatives. Il est d'ailleurs cofondateur de l'Association pour l'alternative médicale (APAM) avec le pédiatre Pierre Popowski, actuellement président. En novembre 1999, il en animait le 1^{er} forum, à Draveil.

> STÉPHANIE HASENDHAL