

Expérience de terrain · Médecine du travail

La symbionie® à l'hôpital : quand le personnel soignant prend soin de lui-même

*Une expérience pilote au Centre Hospitalier Saint-Charles de Toul,
prolongée au CHRU de Nancy-Brabois*

Marie Brust — Infirmière Anesthésiste, Praticienne de santé en psychonomie®
En collaboration avec ses homologues M. Boffy, R. Cadel, G. Gery

The image shows a flyer for 'JOURNEES BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL'. At the top is the MNH logo. Below it, the title 'JOURNEES BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL' is written in large black letters. Underneath is the 'PSYCHONOMIE' logo, which includes the text 'LE CENTRE EUROPEEN DE RECHERCHE ET D'ENSEIGNEMENT POUR LA PRATIQUE DE SANTE EN PSYCHONOMIE'. The flyer is split into two columns. The left column is for 'Mars 2017' at 'CENTRE HOSPITALIER TOUL' and features a photograph of a large, multi-story hospital building. The right column is for 'Février 2018' at 'Centre Hospitalier Régional et Universitaire BRABOIS' and features a photograph of a modern hospital building with a sign that reads 'HOPITAUX DE BRABOIS'.

Illustration 1. Affiche des Journées Bien-Être au Travail organisées en partenariat entre la MNH et le C.E.S. Psychonomie (Toul 2017 / Brabois 2018).

MNH	« La Mutuelle Nationale des Hospitaliers a renouvelé son partenariat avec le C.E.S. Psychonomie lors de 3 journées bien-être au travail organisées au CHRU Brabois, suite aux retombées positives d'une manifestation menée à l'identique au Centre Hospitalier de Toul en 2017. »
------------	--

RÉSUMÉ

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) et les risques psychosociaux (RPS) représentent la première cause d'arrêt de travail dans les établissements hospitaliers français. Entre 2017 et 2018, une équipe de praticiens en psychonomie® a dispensé plus d'une centaine de soins en symbionie® au personnel de deux établissements publics. Le suivi longitudinal à j0, j+7 et j+21 démontre une réduction significative et durable de l'intensité douloureuse, avec 80 % de satisfaction à trois semaines.

Contexte : les soignants, grands oubliés du soin

En France, un tiers des accidents du travail des personnels soignants est lié à la manutention. Les TMS représentent le principal problème de santé déclaré par le personnel hospitalier, avec une prévalence nationale de 56,4 %. Au Centre Hospitalier Saint-Charles de Toul, ils sont à l'origine de plus de 50 % des arrêts de travail. La prévention des TMS est identifiée comme axe prioritaire depuis 2017, avec une équipe de six référents en ergonomie et un financement spécifique dans le cadre du PAPRIPACT.

Zoom sur

Prévention des TMS, axe fort 2017 !

Chaque année en France, 1/3 des accidents du travail des personnels soignants est lié à la manutention (les TMS représentent le principal problème de santé déclaré par le personnel soignant avec une prévalence de 56,4%).

Au Centre Hospitalier de Toul, une équipe de 6 référents en ergonomie a été constituée début 2017 afin de prévenir et d'anticiper les phénomènes d'usure professionnelle et les TMS (formation étalée sur 2017).

De plus, une mission provisoire d'étude des postes de travail et d'analyse des circuits de transports de charges (humains et matériels) est en cours. En effet, celle-ci est réali-

sée par Yacine Touil, étudiant stagiaire en ergonomie. Cette étude servira à mettre en lumière les contraintes physiques et organisationnelles auxquelles sont confrontés les agents, en s'appuyant sur leurs attentes et sur une étude de terrain, et permettra d'élaborer une proposition de Plan d'action courant juin qui alimentera, en partie le PAPRIPACT 2017.

La direction allouera, en plus de l'enveloppe de 10 000€ pour le PAPRIPACT 2017, une enveloppe spécifique TMS qui sera définie au terme de l'étude et du plan d'action proposé.

Qu'est-ce que la psychonomie® ?

La psychonomie® est une discipline développée et enseignée par le Centre Européen de recherche et d'enseignement pour la pratique de Santé en Psychonomie (C.E.S. Psychonomie). sa définition est l'étude ou la connaissance (*nomos*) des phénomènes de conscience (*psychei*), émotionnelles, tissulaires, cellulaires, etc.

Qu'est-ce que la symbionie

La symbionie®, cette pratique de santé, désigne l'acte de restauration fonctionnelle dans l'esprit coopératif entre praticiens formés à cette discipline – un principe fondateur qui s'est révélé décisif dans la réussite des actions décrites ici. La Symbionie®, pratique de santé en Psychonomie, vise la restauration fonctionnelle de la personne par la remise en cohérence du vivant. Prolongeant l'idée de syntonie et enracinée dans une approche biologique de l'autorégulation, la Symbionie® se définit comme la restauration de la cohérence de phase entre champ d'information

et champ d'énergie, afin de permettre au vivant de retrouver son processus homéostatique naturel. À partir de situations hospitalières, le texte montre comment cette dynamique s'incarne dans une symbiose patient–praticien, où la relation devient un espace de réajustement mutuel plutôt qu'un simple lieu d'application de procédures. Il plaide ainsi pour une transformation du regard sur le soin et l'institution, en considérant la Symbionie® comme un opérateur de subjectivation et de réorganisation du champ hospitalier.

La symbionie®, pratique de santé en psychonomie®

Technique manuelle douce

Peut se pratiquer habillé, sur le lieu de travail

Durée de la séance : entre 15 et 30 mn

Une à deux séances produit l'essentiel

Ressentis possibles : courbatures, fatigues

Efficacité sur **TMS** et **RPS**

80 % de satisfaits à J21

La psychonomie® en pratique	
TECHNIQUE	CONDITIONS
Manuelle douce	Pratiquée habillé, sur le lieu de travail
DURÉE	PROTOCOLE
15 à 30 minutes par séance	1 à 2 séances produisent l'essentiel des effets
INDICATIONS	EFFETS TRANSITOIRES
TMS et risques psychosociaux (RPS)	Courbatures, fatigue passagère

Figure 1. Caractéristiques cliniques et pratiques de la psychonomie®.

Naissance d'un projet : de la pratique informelle à l'action institutionnelle

En 2016, Marie Brust, infirmière anesthésiste au CH Saint-Charles de Toul, valide sa formation à la symbionie®. Ses premiers soins à ses collègues — lombalgies, cervicalgies, céphalées, troubles digestifs — produisent des résultats rapides. Le bouche-à-oreille fait le reste : son rayonnement dépasse les services du bloc pour atteindre la direction de l'établissement, dont la responsable des ressources humaines fait elle-même l'expérience de la pratique.

En avril 2017, la Mutuelle Nationale des Hospitaliers propose trois journées « Aux petits soins des personnels » pour les 105 agents volontaires. La GRH, convaincue, obtient qu'une salle parallèle soit dédiée à la symbionie®. Marie Brust mobilise trois confrères praticiens — Mélanie Boffy, Raphaëlle Cadel et Gregory Gery.

Comment ? En faisant appel à l'esprit coopératif de praticiens de santé en psychonomie



Photo. L'équipe symbionie® réunie pour les journées de Toul (avril 2017) : 1- Mélanie Boffy, 2- Raphaëlle Cadel, 3- Marie Brust, 4- Gregory Gery, accompagnés de confrères.

« En faisant appel à l'esprit coopératif de praticiens en symbionie, la pratique a démontré sa pertinence. »

L'expérience de Toul (avril 2017)

MÉTHODOLOGIE ET QUESTIONNAIRE

La rigueur de l'approche repose sur un questionnaire structuré, rempli par chaque bénéficiaire avant le soin, après le soin, puis à j+7 et j+21. Il recueille les doléances, l'intensité douloureuse sur une échelle de 0 à 10, les attentes, les effets ressentis et le niveau de satisfaction de 1 à 5. Pourquoi 21 jours, c'est un seuil connu en ostéopathie confirmant la stabilité des résultats.



Journées «aux petits soins» Hôpital de Brabois Février 2018

Jour : ____ Février 2018

Prénom : _____ Date de naissance: _____
Profession : _____
Téléphone: _____ Adresse mail: _____

Avant le soin

Doléances: _____

Intensité (de 0 à 10) : ____ / 10 Durée (jour, mois ou année) : _____

0 absence de douleur 5 douleur moyenne 10 douleur extrême

Suivez vous un traitement ?

Oui Non Si oui, précisez : _____

Vos attentes après le soin: _____

Après le soin

Comment vous sentez vous ? : _____

Évaluation de la douleur (intensité de 0 à 10) ____ / 10

Quel est votre niveau de satisfaction de 1 à 5* (par rapport à vos attentes avant le soin) ? ____ / 5

1 insatisfait 2 passablement satisfait 3 moyennement satisfait 4 satisfait 5 très satisfaisant

Comment avez vous apprécié les conditions matérielles du soin (confort, tenue du stand, bruit, praticien, autres)

Souhaitez vous recevoir plus d'information concernant la Psychonomie ? Oui Non

Êtes vous d'accord pour participer à une enquête de satisfaction à J7 et J21 ? Oui Non

Heure et jour d'appel souhaités : _____

Remarques particulières : _____

Rappels date de l'événement, autorisation de rappeler, soin en psychonomie, doléance

Jour 7

Amélioration constatée: _____

Évaluation de la douleur (de 0 à 10): _____ / 10

Le soin a t il répondu à vos attentes (évaluation de 1 à 5): _____ / 5

Rappel des attentes à jour J

Y a t il eu modification du traitement depuis le soin? Oui Non

Si oui précisez : _____

Y a t il eu apparition d'effets secondaires ? Oui Non

Si oui précisez : _____

Depuis le soin est il survenu un événement important dans votre vie ? Oui Non

Si oui : Positif Négatif

Recommandez vous ce soin ? Oui Non

Souhaitez vous avoir plus d'information concernant la Psychonomie ? Oui Non

Acceptez vous qu'on vous rappelle a J 21 ? Oui Non

Jour 21

Amélioration constatée: _____

Évaluation de la douleur (de 0 à 10): _____ / 10

Le soin à t il répondu a vos attentes (évaluation de 1 à 5) _____ / 5

Rappel des attentes à jour j

Y a t il eu modification du traitement depuis le soin Oui Non

Si oui précisez : _____

Y a t il eu apparition d'effets secondaires ? Oui Non

Si oui précisez : _____

Depuis le soin est il survenu un événement important dans votre vie ? Oui Non

Si oui : Positif Négatif

Recommandez vous ce soin ? Oui Non

Souhaitez vous avoir plus d'information concernant la Psychonomie ? Oui Non

POPULATION ET DOLÉANCES

L'ensemble des métiers de l'établissement est représenté : chirurgiens, médecins, infirmières, aides-soignants, cadres, kinésithérapeutes, préparateurs en pharmacie, agents de surface, informaticiens, gestionnaires. Les cervicalgies et lombalgies dominent le tableau clinique, suivies des omalgies, douleurs intercostales, gonalgies, colopathies, migraines, sciatalgies et bruxisme.

Quatre praticiens en symbionie se sont portés volontaires pour participer à ce projet :

(Classement par taille...)

1- Mélanie BOFFY 2 - Raphaëlle CADEL 3 - Marie BRUST 4 - Gregory GERY

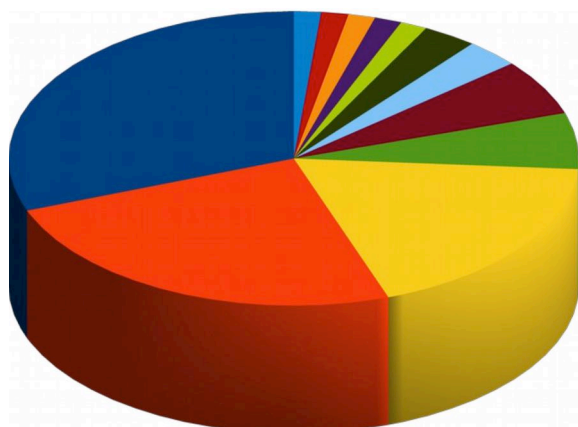
Forts de cette association, nous avons offert à une soixantaine d'agents hospitaliers des soins en psychonomie parmi les 105 personnes participantes.

Nous avons noté leurs doléances et leurs coordonnées puis recueilli leurs ressentis à posteriori (j+7 et j+21)

Professions représentées



DESOLEANCES :

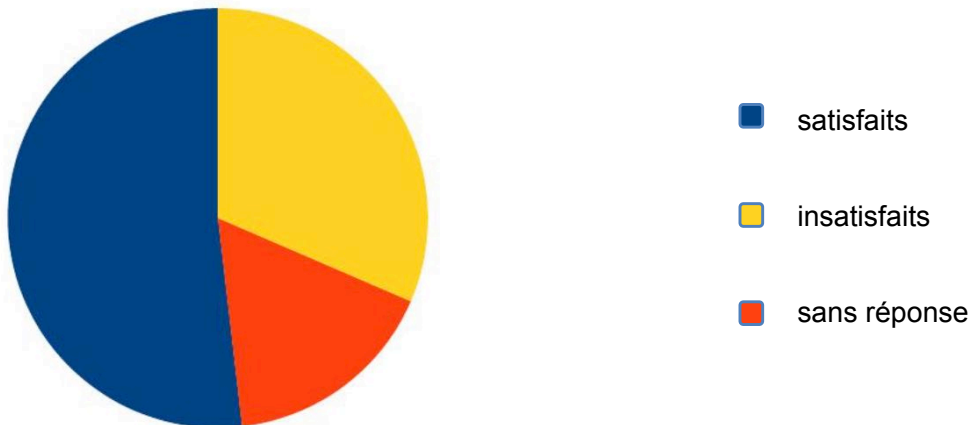


- lombalgies
- cervicalgies
- omalgies
- douleurs intercostales
- gonalgie
- colopathie
- migraines
- varices
- tendon d'Achille
- sciatalgie
- cheville douloureuse
- bruxisme

105	~60	37	75,7%
agents participants	soins en psychonomie®	répondants au suivi	de satisfaction

RÉSULTATS

Résultats pour l'ensemble des personnes ayant reçu un soin :



54 patients ont été recensés sur une soixantaine de soins effectués.

- 28 étaient satisfaites du soin
- 9 étaient insatisfaites
- 17 n'ont pas répondu

Résultats pour les personnes ayant répondues :

Sur les 37 réponses :

- 75,67 % sont satisfaits
- 24,32 % sont insatisfaites

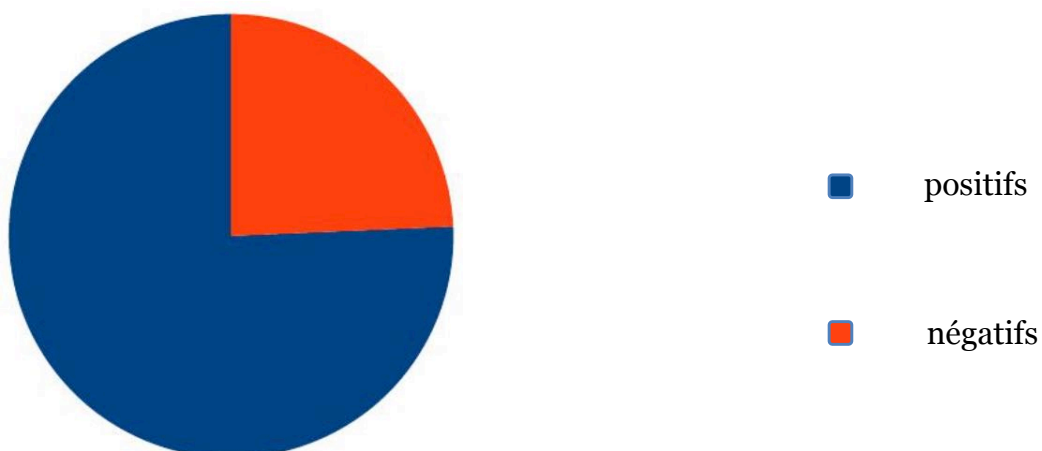


Figure 3. Résultats de satisfaction à j+7 et j+21 pour les 54 patients recensés à Toul. Sur les 37 répondants, 28 se déclarent satisfaits (75,67 %).

RECONNAISSANCE INSTITUTIONNELLE

Aux petits soins des personnels

3 journées « aux petits soins » ont été organisées au sein de notre Établissement, en collaboration avec la Mutuelle Nationale des Hospitaliers, les 4, 6 et 7 avril 2017.

Grâce à la présence de nombreux agents hospitaliers, qui ont pu bénéficier d'un moment de détente et de bien être lors de leur journée de travail, cette manifestation a remporté un vif succès sur les Sites St Charles (65 agents), Rion (25 agents), Les Ombelles (15 agents).

Cette participation est un encouragement pour renouveler cette manifestation l'année prochaine.

La correspondante MNH tient à remercier tout particulièrement Mme Carrier pour ses massages indiens et relaxants et Mme Brust pour la pratique de Santé en Psychonomie. Avec encore une fois merci à tout le personnel d'avoir répondu présent !



Document 5. Extrait du mensuel interne du CH de Toul — « Aux petits soins des personnels ».

La direction hospitalière salue publiquement « un vif succès » dans le bulletin interne de l'établissement, diffusé sur les trois sites concernés, et affiche sa volonté de renouveler l'expérience.



Document 6. Lettre officielle de Mme Dessoliers, GRH et correspondante MNH (5 avril 2017).

De Toul à Nancy-Brabois : l'essaiimage (mars 2018)

En mars 2018, l'expérience s'implante au CHRU de Nancy-Brabois. Trois journées sont organisées les 13, 15 et 16 mars, dans les deux pôles de l'hôpital — adultes et pédiatrique. La MNH renouvelle formellement son partenariat avec le C.E.S. Psychonomie.

UN CONSTAT DE DÉPART SANS APPEL

Questionnaire

La pratique de santé en psychonomie est encore peu connue
du grand public

Après explication de la séance, un questionnaire a été
proposé à chaque participant

100 % des personnes interrogées ont déclaré présenter une
douleur sur leur lieu de travail

Figure 4. Données préliminaires : 100 % des agents interrogés ont déclaré présenter une douleur sur leur lieu de travail.

Le chiffre est sans appel : 100 % des agents interrogés déclarent présenter une douleur sur leur lieu de travail. Parmi eux, 80 % entrent dans le cadre des Troubles Musculo-Squelettiques et des Risques Psycho-Sociaux — deux pathologies directement liées aux conditions d'exercice en milieu hospitalier.

3 jours au CHRU Brabois

Les animations se sont déroulées :

Le Mardi 13 /02/2018 :

Salle Club Médical - HOPITAL ADULTES

Le jeudi 15/02/2018 :

Salle de Réunion - HOPITAL ENFANTS

Le vendredi 16/02/2018 :

Hall d'accueil – HOPITAL ADULTES

LES PRATICIENS



Team SYMBIONIE®
Lorraine

Praticiens de santé en **Psychonomie**

Pont à Mousson

Mélanie BOFFY

Cabinet EGEA-54700 Atton

Humains: 03 83 82 46 74

Animaux: 06 11 13 51 84

Anne-Marie RUDOWSKI

Pratique humaine et animale

06 82 76 44 17



Toul

Grégory GERY

Pratique humaine et animale

54 570 Foug

06 18 19 43 34

Marie BRUST

54 840 Villey le sec

06 20 21 48 35

marielorrainbrust@gmail.com

Raphaëlle CADEL

9, rue de la Gare

54 840 Villey le Sec

06 76 54 95 74

Meuse

Isabelle PRUVOST

19 rue de l'église

55210 Saint Maurice sous les côtes

03 29 89 58 81 06 72 09 61 94

Humains Animaux

Sarrebourg

Magali COURTILLET

CABINET

6 rue de Morhange

57400 Langatte

03 87 23 09 77

Colombey les Belles

Olivier GAILLARD

54 135 Colombey-Les-Belles

06 50 14 20 12

www.Lorraine-psychonomie.com

Nancy

Sabrina ESCAL

6 Bis rue de l'église

54420 Cerville

06 68 27 90 36

teamsymbionielorrain.wixsite.com/psychonomie



www.psychonomie.com

La Symbionie® a été créée en 1992 par Mr Claude-Yves PELSY, praticien de santé - ostéopathe, formé à la microkinésithérapie

PARTICIPATION ET QUESTIONNAIRES

QUESTIONNAIRES EXPLOITABLES

REPNSES AU QUESTIONNAIRES

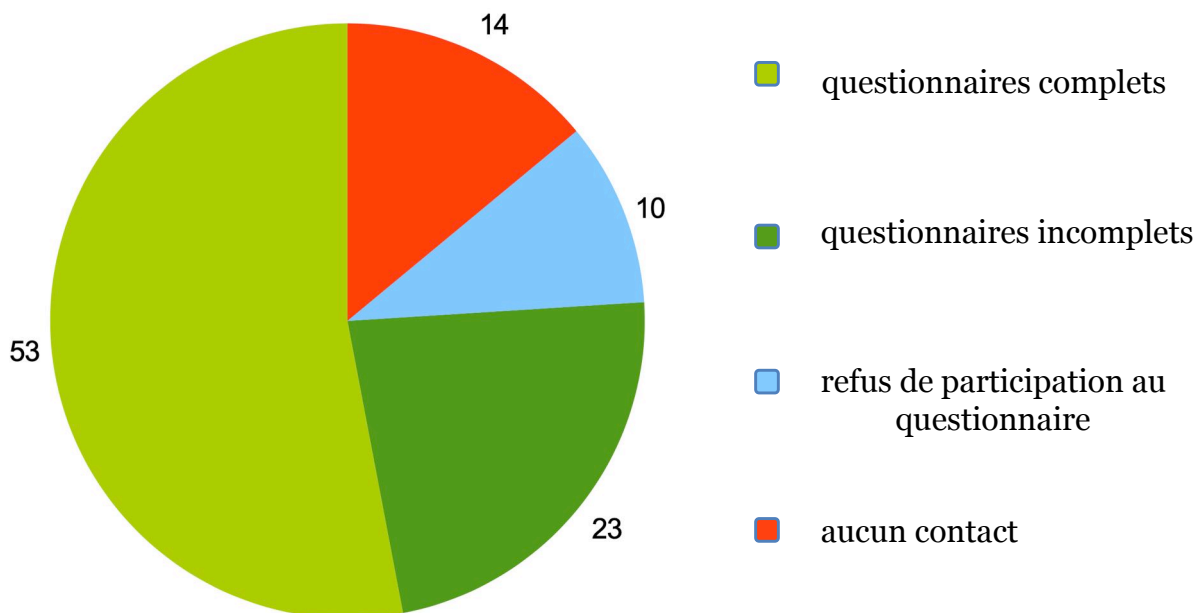


Figure 5. Exploitation des questionnaires au CHRU de Brabois. Sur 100 personnes rencontrées, 53 questionnaires complets ont pu être analysés.

DOULEURS EXPRIMÉES

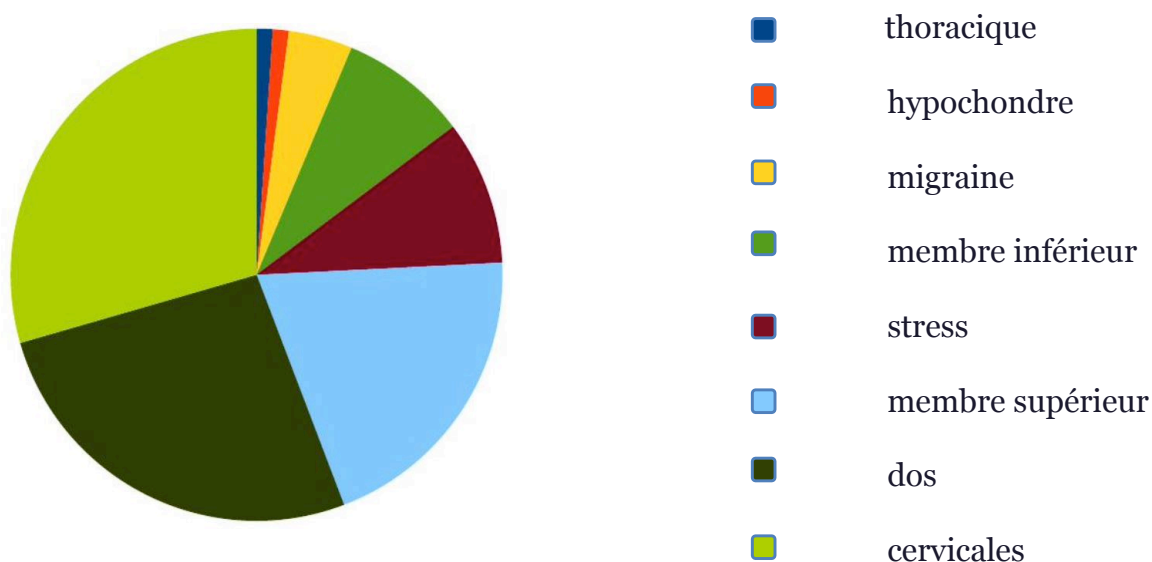


Figure 6. Répartition des douleurs exprimées par les agents du CHRU de Brabois. Les pathologies rachidiennes représentent plus de 55 % des plaintes.

Les cervicalgies arrivent en tête (29 occurrences), suivies des douleurs dorsales (26), des membres supérieurs (20), puis du stress (9) et des membres inférieurs (8).

ÉVOLUTION DE L'INTENSITÉ DOULOUREUSE

Les données mesurées à quatre temps (j0 avant, j0 après, j+7, j+21) sur une échelle numérique de 0 à 10 sont particulièrement éloquentes. Avant le soin, la majorité des participants se situent entre 5 et 8 sur 10. Immédiatement après, la quasi-totalité passe entre 0 et 3.

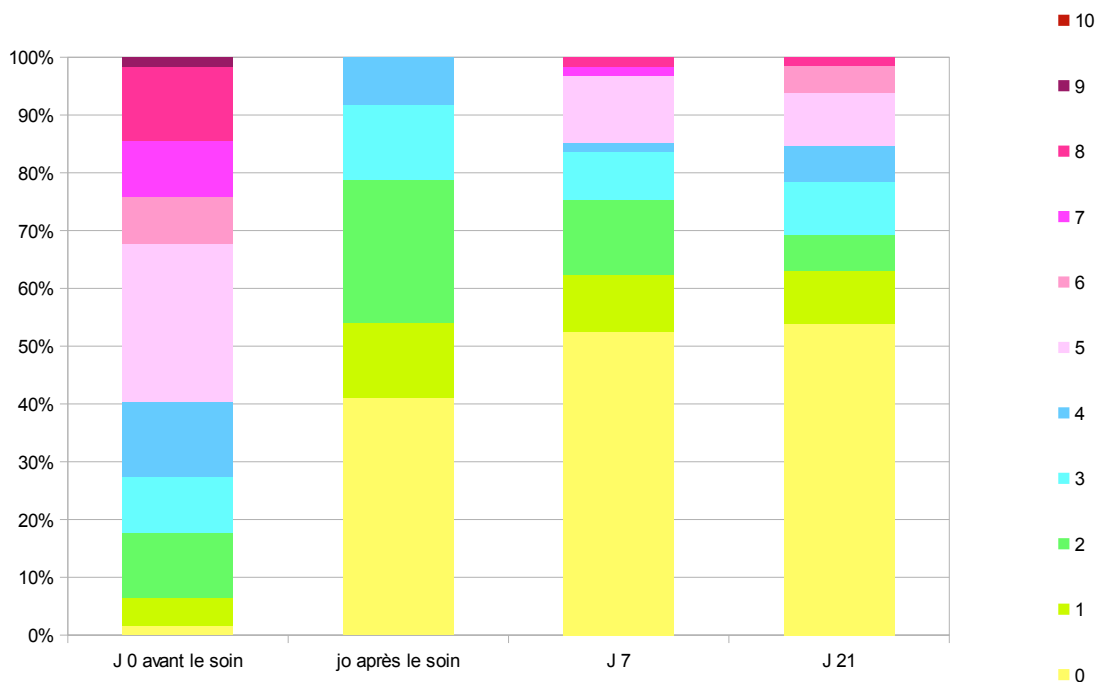


Figure 8. Synthèse : 3/4 des participants ont répondu, la totalité exprime une douleur, 80 % entrent dans le cadre TMS/RPS.

SYNTHÈSE DES RÉSULTATS CHIFFRÉS

RÉSULTATS CHIFFRÉS

- **3/4** ont répondu au questionnaire
- la totalité a exprimé une **douleur**
- 80% entrent dans le cadre des **TMS** et **RPS**
- majorité de douleur > **3/10** avant le soin
- majorité de douleur < **3/10** après le soin

100%	80%	<3/10	80%
déclarent une douleur au travail	TMS ou RPS documentés	douleur après le soin (majorité)	satisfaits à j+21

Les ressentis spontanés témoignent d'une expérience thérapeutique vécue : bien-être retrouvé, absence de douleur, sommeil récupéré, rendez-vous chez l'ostéopathe annulé. Quelques effets transitoires – courbatures ou fatigue légère – ont également été mentionnés.

Effets Secondaires rapportés après le soin



Bien-être

Absence de douleur

Efficace

Rendez-vous ostéo annulé

Moment agréable

Super

Sommeil retrouvé

Courbatures

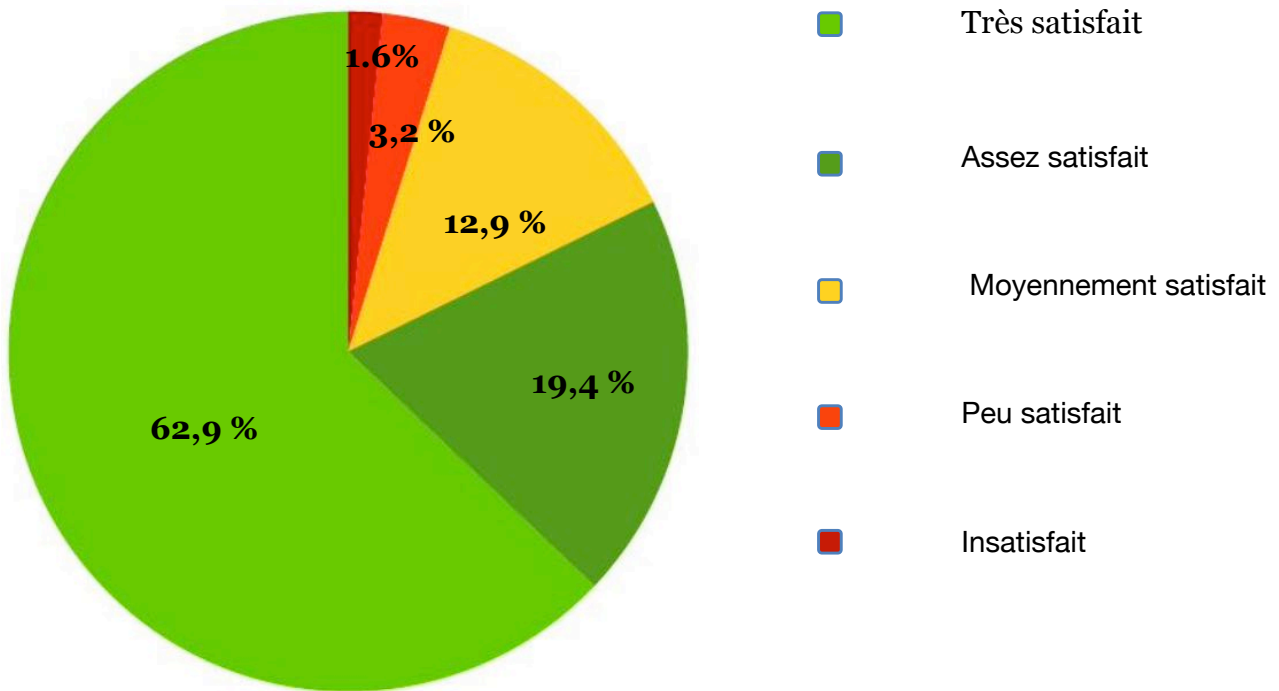
Fatigue

**Efficace que quelques
jours**

Blocage persistant

Soin en public gênant

NIVEAU DE SATISFACTION À J+21



Niveau de satisfaction	n	%	Proportion
Très satisfait	39	62,9 %	<div style="width: 62.9%; height: 10px; background-color: #2e8b57;"></div>
Assez satisfait	12	19,4 %	<div style="width: 19.4%; height: 10px; background-color: #38a84d;"></div>
Moyennement satisfait	8	12,9 %	<div style="width: 12.9%; height: 10px; background-color: #50c878;"></div>
Peu satisfait	2	3,2 %	<div style="width: 3.2%; height: 10px; background-color: #ff69b4;"></div>
Insatisfait	1	1,6 %	<div style="width: 1.6%; height: 10px; background-color: #ff0000;"></div>
Total	62	100 %	

Discussion

Ces deux expériences convergent vers un constat difficile à ignorer : dans un contexte hospitalier où la douleur au travail est quasi universelle, une pratique manuelle douce, brève, dispensée sans déshabillage ni installation particulière, produit des effets mesurables et durables sur trois semaines. La praticabilité de la symbionie® en milieu hospitalier — habillé, en 15 à 30 minutes, sans matériel — constitue un avantage décisif.

La progression spontanée de la demande vers la salle de psychonomie® au fil des journées à Toul est en elle-même un signal fort : face à une offre connue et une offre peu connue, les agents ont progressivement choisi la seconde. Il convient également de souligner la rigueur méthodologique adoptée — suivi longitudinal à quatre temps, échelle numérique, questionnaires individualisés.

Perspectives et réalité des suites (*en italique*)

Développements en cours et projets
<ul style="list-style-type: none">– Ouverture d'un local dédié au CH de Toul dans le cadre d'une amicale du personnel — accord de la direction obtenu– <i>Cela n'aura toutefois pas lieu...</i>
<ul style="list-style-type: none">– Intégration au groupe d'étude TMS du CH Saint-Charles– <i>Ce sont en définitive 2 ergothérapeutes formés spécifiquement par l'hôpital qui ont rapidement intégré l'équipe TMS et la gèrent exclusivement en lien avec la direction.</i>
<ul style="list-style-type: none">– Mobilisation régulière de la team symbionie® pour des interventions dans l'établissement– <i>La MNH n'a pas depuis refait appel à la team malgré nos sollicitations.</i>
<ul style="list-style-type: none">– Constitution d'un référentiel commun des expériences professionnelles en psychonomie®
<ul style="list-style-type: none">– Essaimage du modèle vers d'autres établissements hospitaliers publics

Conclusion

À l'heure où les établissements de santé peinent à prendre soin de ceux qui prennent soin des autres, la psychonomie® offre une réponse thérapeutique sobre, efficace et transposable. Les résultats obtenus à Toul et à Brabois apportent des éléments concordants sur l'efficacité de la symbionie® dans la prise en charge des TMS et des RPS en milieu hospitalier.

La dynamique enclenchée — d'une salle de soins d'un bloc opératoire lorrain jusqu'aux couloirs du CHRU universitaire de Brabois — démontre qu'une praticienne de santé, forte de sa légitimité soignante et d'une pratique dont les résultats parlent d'eux-mêmes, peut initier une transformation institutionnelle durable.

Déclaration de liens d'intérêts : Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts en relation avec cet article.

Sources : Compte-rendu de l'action menée au CH Saint-Charles de Toul (avril 2017) et au CHRU de Nancy-Brabois (mars 2018), en partenariat avec la MNH. C.E.S. Psychonomie.

