

**Zeitschrift:** Actio : un magazine pour l'aide à la vie  
**Herausgeber:** La Croix-Rouge Suisse  
**Band:** 95 (1986)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Trois thérapeutiques au goût du jour  
**Autor:** Poletti, Rosette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-682301>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

**SANTÉ**

# Trois thérapeutiques au goût du jour

**En complément de notre numéro sur les médecines naturelles, Rosette Poletti nous présente trois autres techniques thérapeutiques, qui trouvent toutes une application dans les soins infirmiers.**

Rosette Poletti<sup>1</sup>

## La réflexologie

La réflexologie est l'étude et la pratique du massage spécifique de certaines zones des pieds et des mains qui correspondent à d'autres régions du corps.

Cette forme de massage spécifique permet à l'organisme d'être dans les meilleures conditions possibles pour lutter lui-même contre la maladie ou les problèmes qui l'assailgent. En effet, la circulation sanguine et la circulation de l'énergie sont rétablies, un état de détente se produit et la personne qui reçoit le massage a de meilleures chances de mettre en route toutes ses défenses naturelles pour se défendre elle-même contre les agressions internes ou externes.

La réflexologie est une technique très ancienne dont on retrouve des traces en Orient, il y a plusieurs millénaires. C'est cependant au début de ce siècle que le Dr William Fitzgerald a réintroduit cette ap-

proche aux USA, d'où elle est parvenue en Europe.

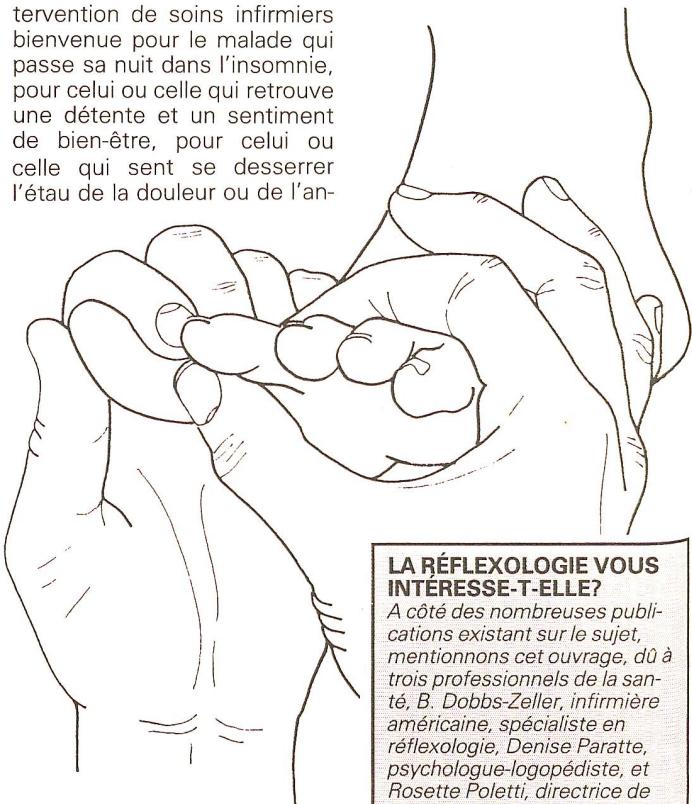
Il existe peu de travaux scientifiques reconnus concernant les voies d'action de la réflexologie. La seule certitude que nous ayons est empirique, la réflexologie agit. Elle permet de détendre, de soulager la douleur, de soutenir les défenses naturelles de la personne qui reçoit le massage réflexologique et de rétablir les circuits d'énergie à l'intérieur de l'organisme.

Comment ceci se fait-il? Quelles sont les connexions anatomiques, physiologiques ou énergétiques entre les zones des pieds et des mains et les différents organes du corps? Comment l'énergie circule-t-elle à l'intérieur ou autour du corps?

Toutes ces questions n'ont pas encore de réponses scientifiques. Certaines hypothèses ont été émises, et c'est sur cette base qu'il est possible de travailler à l'heure actuelle, jusqu'à ce que des découvertes nouvelles viennent compléter les connaissances que nous avons.

En attendant, le massage réflexologique peut être une in-

vention de soins infirmiers bienvenue pour le malade qui passe sa nuit dans l'insomnie, pour celui ou celle qui retrouve une détente et un sentiment de bien-être, pour celui ou celle qui sent se desserrer l'étau de la douleur ou de l'an-



### LA RÉFLEXOLOGIE VOUS INTÉRESSE-T-ELLE?

A côté des nombreuses publications existant sur le sujet, mentionnons cet ouvrage, dû à trois professionnels de la santé, B. Dobbs-Zeller, infirmière américaine, spécialiste en réflexologie, Denise Paratte, psychologue-logopédiste, et Rosette Poletti, directrice de l'Ecole supérieure d'enseignement infirmier de la Croix-Rouge suisse.

«Réflexologie pour les professionnels de la santé»  
L'ouvrage peut être commandé, contre la somme de Fr. 25.— à Formation transformation CCP 12-22292-3 Case postale 123 1211 Genève 9, Suisse

goisse, ainsi que pour tous ceux qui trouvent un réconfort dans ce contact physique acceptable et bienfaisant que représente le massage réflexologique. □

<sup>1</sup> Directrice de l'Ecole supérieure d'enseignement infirmier, Lausanne.

## La visualisation

La visualisation est l'une des forces les plus puissantes et les plus mystérieuses qui soient. Largement utilisée avec des patients atteints de cancer, par le Dr Simonton au Texas et le Dr Jampolsky en Californie, il s'agit d'une approche capable de beaucoup enrichir les interventions infirmières.

La visualisation est une technique qui consiste à former des images mentales positives et à les maintenir dans la partie consciente de soi-

même permettant ainsi à ces images par une sorte de processus d'osmose mentale d'aller jusqu'à l'inconscient afin d'y stimuler les possibilités latentes de ceux qui visualisent.

La visualisation créative utilise l'imagination afin de créer une idée ou une image mentale claire de ce que nous désirons voir se manifester.

Les scientifiques commencent à découvrir ce que les mystiques ont connu sans savoir l'expliquer durant des siècles: c'est que notre univers n'est pas fait de matière

inerte, mais bien d'énergie. Ce qui semble solide et séparé à nos sens est en fait composé de microscopiques particules qui forment une énergie.

Celle-ci vibre à des rythmes différents, et il semble que toutes les formes d'énergie sont en interrelations et s'affectent l'une l'autre.

L'hypothèse posée par de nombreux chercheurs actuels est que les pensées, les sentiments ont, comme l'énergie, des propriétés «magnétiques». L'énergie d'une certaine qualité et d'une certaine vibration a tendance à attirer

une énergie de qualité semblable, de même que les sentiments et les pensées.

Combien de fois avez-vous rencontré «par hasard» une personne à laquelle vousveziez de penser?

Une autre hypothèse posée actuellement est la suivante: ce que nous créons, faisons, en d'autres termes, mettons dans l'univers, nous revient sous une forme ou une autre. Lorsque nous sommes négatifs et angoissés, nous semblons attirer les situations, les personnes ou expériences que nous désirons éviter.

## Le toucher thérapeutique

Aussi loin que l'on remonte dans l'histoire de l'humanité, on peut retrouver des bas-reliefs et des écrits mettant en évidence la connaissance par ces lointains ancêtres de ce champ énergétique qui entoure notre corps physique.

Cette énergie, ce champ énergétique fait actuellement l'objet de recherches nombreuses et difficiles, car cette activité échappe aux instruments de recherche utilisés dans la médecine moderne matérialiste basée sur l'étude du cadavre et sur une connaissance de la physiologie mécaniste issue elle-même de travaux de laboratoire.

Des professionnels divers, tel l'infirmière-chercheur Dolores Krieger, professeure à l'Université de New York, le biologiste Bernard Grad, professeur à l'Université McGill à Montréal, ou l'équipe des Kirlian en URSS, ont réussi à mettre en évidence, soit la présence de cette énergie à travers ce qui est connu sous le nom de «photographie Kirlienne», soit l'action de cette énergie sur la réparation de plaies faites sous conditions de laboratoire à des animaux, pour ce qui est des travaux de Grad, ou encore sur l'augmentation de l'hémoglobine chez des patients de soins intensifs pour les travaux de Dolores Krieger. Actuellement, plusieurs thèses de doctorats dans des facultés américaines de soins infirmiers prennent et

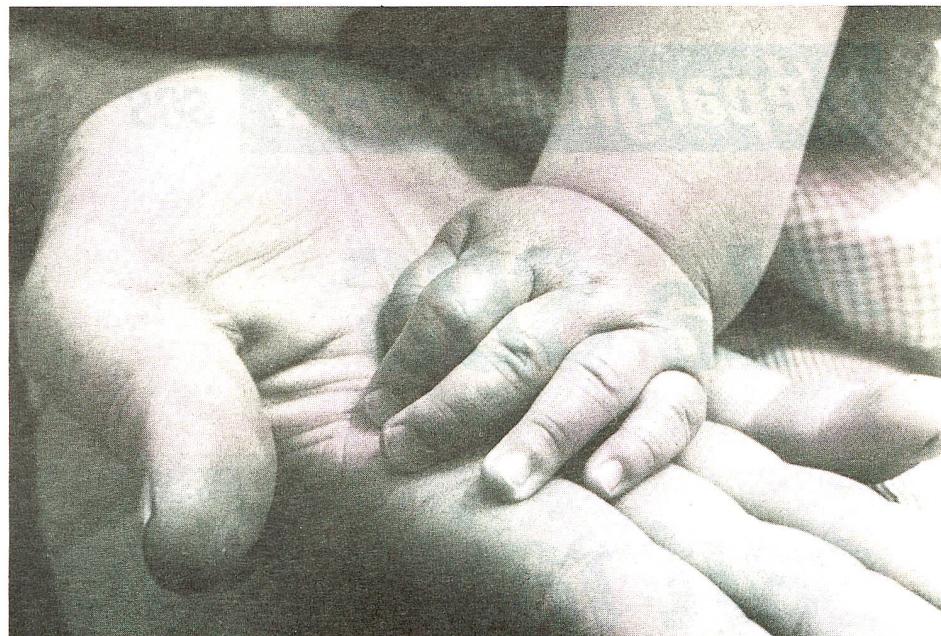


Photo : Pierre Pittet / Soins infirmiers

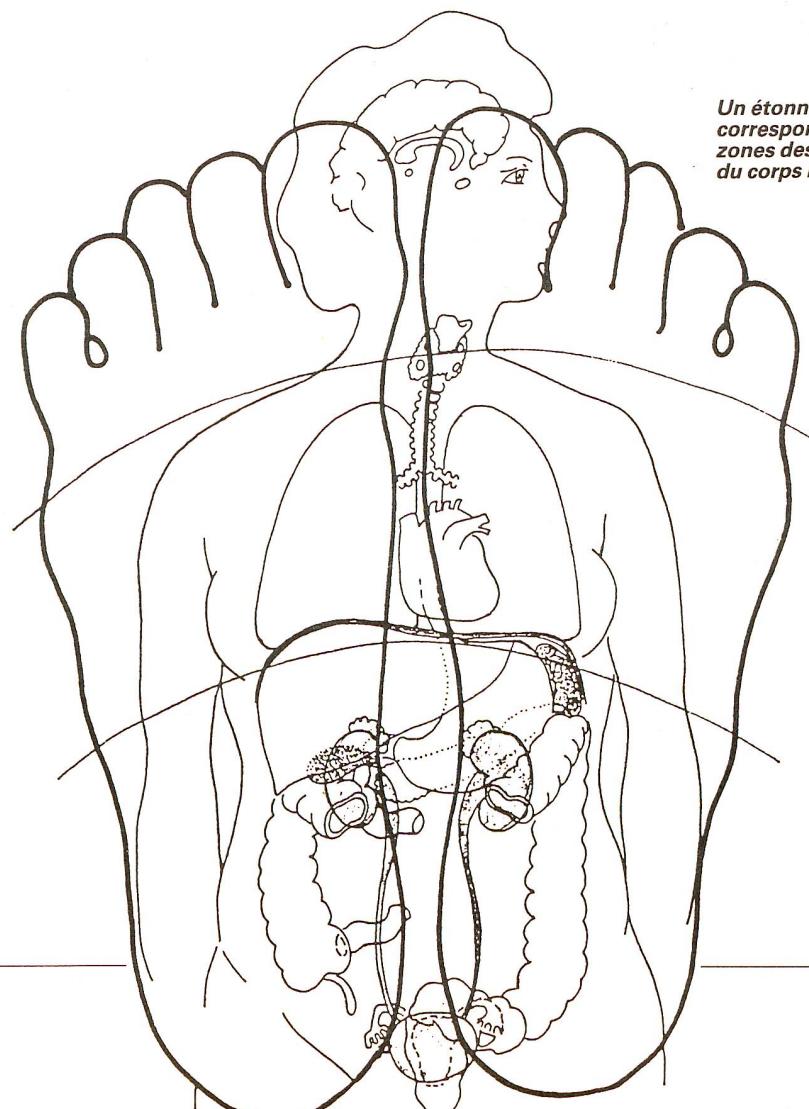
contiennent ces recherches.

Actuellement, il est possible – pour les soignants qui le désirent – d'apprendre à réharmoniser ce champ énergétique qui entoure l'organisme humain, de modifier certaines concentrations de cette énergie par des sortes de «mas-

sages» de ce corps énergétique, d'enlever un trop-plein d'énergie à certains endroits du corps ou d'amener de l'énergie lorsque le besoin s'en fait sentir.

Par des techniques relativement simples, mais qui demandent une bonne capacité

de «centration» et de sensibilité chez le soignant, il est possible, dans certaines circonstances, de soulager la douleur, de soutenir les défenses de l'organisme et d'aider la personne à aller vers un plus grand état de bien-être. □



Un étonnant diagramme des correspondances entre zones des pieds et organes du corps humain.

C'est en cela que la visualisation créative peut devenir un processus de croissance et de maturation. Se créer des images positives, imaginer en état de relaxation sa plaie qui se referme, imaginer les globules blancs qui phagocytent des cellules cancéreuses, imaginer le déroulement d'un accouchement sans problèmes plutôt que de se passer dans la tête des images de catastrophe, c'est travailler à l'amélioration de son propre niveau de santé. □