



# Do In et Shiatsu spécial Octobre Rose



## Shiatsu et Do In en cancérologie: L'expérience d'un tandem de praticiennes en Bretagne.

### L'union fait la force : notre collaboration sur la durée

Nous sommes Christelle et Perrine, praticiennes de Shiatsu et animatrices de Do In en Bretagne. Habitant à une demi-heure l'une de l'autre, nous nous sommes rencontrées lors de notre installation en 2020, respectivement dans le pays de Questembert (56 - Morbihan) et le pays de Redon (35 - Ille et Vilaine).

**Par chance, nous partageons la même vision du Shiatsu : une Voie exigeante qui nécessite engagement et ouverture du cœur.** Dépassant rapidement nos peurs de se retrouver en concurrence, nous avons développé une collaboration étroite et régulière : échanges de Shiatsu, partages d'expériences (études de cas, difficultés professionnelles, etc).

**Cette collaboration s'avère aujourd'hui une force pour faire rayonner le Shiatsu et le Do In sur notre territoire,** notamment concernant l'accompagnement des personnes en cours de traitement contre cancer, qui nous tient à cœur à toutes les deux.

### L'importance de la formation et d'être certifiées par la FFST

Nous avons **toutes deux suivi la formation « Shiatsu et Chimiothérapie » proposée par Fanny Roque (juin 2023) et celle de « Do In accompagnement parcours cancer du sein » par Valérie Capel (octobre 2025).**

Il va sans dire que **ces formations sont centrales du point de vue des connaissances apportées concernant la maladie, les différentes étapes de traitement et l'adaptation de nos pratiques à la problématique.** Mais elles sont aussi essentielles à la compréhension du contexte institutionnel, des enjeux de nos pratiques dans ce contexte, des postures à respecter. **Soulignons également que la certification FFST est un gage de crédibilité et de légitimité** auprès des receveurs et des partenaires. Et chaque formation s'est avérée un tremplin pour, dès notre retour chez nous, enclencher et nourrir une dynamique de prise de contact auprès des partenaires sur notre territoire.

### La construction de la confiance avec les partenaires de santé en cancérologie:

**La construction des partenariats avec des acteurs de la lutte contre le cancer est lente et demande patience, persévérance, confiance.** En raison d'une surcharge de travail des soignants dans les structures de soins, il s'écoule par exemple neuf mois entre notre première prise de contact avec le Dr Célia Roemer-Becuwe, oncologue à l'hôpital de Redon et membre de la Société Française d'Oncologie Intégrative, et notre premier entretien.



Cet entretien a lieu en septembre 2023 en présence du Dr Célia Roemer-Becuwe et de la chargée de l'accompagnement des personnes malades à la Ligue contre le Cancer 35.

**Notre tandem est un atout central : il nous donne de l'aplomb face aux interlocuteurs, il nous permet de nous relayer dans les discussions pour compléter, appuyer, nuancer les propos de l'autre.**

**Cet entretien est en demi-teinte** : tandis que la Ligue 35, estimant que le toucher serait "trop intrusif et qui a comme règle de travailler essentiellement avec des thérapeutes déjà professionnels de santé, nous ferme la porte, l'oncologue, qui a l'expérience des bénéfices pour le patient d'une prise en charge intégrative, centrée sur le patient dans toutes ses dimensions, se dit ouverte à mieux nous connaître et éventuellement à travailler avec nous. **Elle nous confiera plus tard qu'elle voulait se renseigner sur les formations reçues, d'éventuelles études à disposition quant à la pratique, et s'assurer que nous n'avions aucun propos allant contre la poursuite des traitements et que nous ne donnions aucun conseil hors de notre champ de compétences.**

Nous avons ensuite pu ponctuellement échanger autour d'une prise en charge d'une patiente en cours de chimiothérapie, et aussi la solliciter par mail pour des compléments d'informations comme certains effets secondaires de traitements oncologiques. **Mais c'est un an plus tard, qu'émerge la première collaboration plus étroite!** Nous intervenons à un week-end bien-être pour femmes en post traitement de cancer du sein organisé par l'association Cathy and Co et le Dr Célia Roemer-Becuwe. L'objectif de ce week-end est de permettre aux patientes de sortir du quotidien, de reprendre conscience de l'importance du mode de vie et du bénéfice d'être acteur de sa santé, en expérimentant différents ateliers d'accompagnement psycho-corporels.

**C'est l'occasion pour le médecin de découvrir par la pratique le Do In et le Shiatsu et de nous voir en action. Étonnée des effets sur elle-même, elle poursuivra à titre personnel des séances de Do In et de Shiatsu. De là se consolide la confiance.**

**Depuis, nous travaillons toutes les trois à l'élaboration d'une étude pour évaluer l'intérêt du Shiatsu sur les effets secondaires de la chimiothérapie.** Et en parallèle de ces démarches, nous poursuivons au quotidien l'accompagnement de personnes atteintes de cancer et prenons progressivement confiance dans les retours des personnes accompagnées.



Perrine Vincent (en bleu) et Christelle Poulaud (en blanc), formées respectivement à l'École de Shiatsu Thérapeutique de Paris et à l'École Angevine de Shiatsu



#### **Témoignage d'une receveuse : Laura, 32 ans**

*Depuis le début de mon traitement de chimiothérapie au mois d'août, j'ai commencé les séances de shiatsu avec Perrine en septembre. J'y vais une fois par semaine, le lendemain de chaque chimiothérapie. Le soir de la séance, je me sens souvent courbaturée et fatiguée, mais dès le lendemain j'en ressens les bienfaits. Par exemple, à cause du traitement, je souffre de fortes bouffées de chaleur la nuit : mon corps brûle et cela perturbe mon sommeil. Grâce aux séances, cette sensation s'atténue et je parviens à retrouver des nuits plus reposantes. Les effets secondaires que je ressens sont variés : maux de tête, sécheresse du corps, douleurs articulaires, jambes lourdes... Avec le shiatsu, tous ces inconforts sont diminués de manière notable. Aujourd'hui, ce rendez-vous hebdomadaire est devenu indispensable pour moi. Il m'apporte un réel soutien dans cette période difficile.*

## Le partenariat de Christelle avec l'association Quest'en Rose

**En parallèle, suite à la formation avec Fanny Roque en 2023**, Christelle relance une association locale, Quest'en Rose, qui rassemble des fonds et propose des soins de support aux femmes en parcours cancer. Elle obtient un entretien avec l'équipe puis réalise une séance de découverte du Do In.

**Au-delà de sa détermination, la formation Shiatsu et Chimiothérapie et le soutien d'une médecin généraliste sont décisifs dans leur réponse** : le Do In rejoint alors les soins de support proposés ! Chaque femme peut bénéficier de séances de Do In dans la limite de dix séances par personne avec une participation de 5 € par séance (une partie d'entre elles continue au-delà en s'engageant à l'année dans les séances hebdomadaires en dehors du dispositif). **En revanche, le Shiatsu n'est pas retenu, du fait de réticences de la part des médecins chargés de valider les soins de support.** La patience est de mise. **Chaque édition d'Octobre Rose devient alors une occasion de rencontrer les personnels de santé du territoire impliqués dans les parcours cancer. La confiance se construit progressivement** avec des médecins, des kinésithérapeutes, des infirmières. En revanche, la Ligue contre le cancer 56, partenaires de Quest'en Rose, ne souhaite pas intégrer le Do In ni le Shiatsu dans leurs soins de support, malgré plusieurs tentatives de prise de contact (courrier, téléphone, rencontres).

**Après deux ans d'expériences supplémentaires de cabinet, de retours de clientes et d'implication dans l'association, Christelle propose à nouveau que le Shiatsu rejoigne les soins de support.**

La confiance est enfin là, l'équipe accepte de proposer des séances de Shiatsu dans la limite de dix séances/personne avec une participation individuelle de 10 € par séance.

### Témoignage de receveuse : Sonia, 48 ans

*En juin 2025, le diagnostic est là : un cancer du sein (un pétale de rose). Après l'opération, une collègue m'a envoyé un article pour des séances de shiatsu avec Christelle, prises en charge partiellement par l'association Quest'en Rose. Ces séances, réalisées entre juillet et septembre, ont été une véritable bouffée d'air. Elles m'ont aidée à me recentrer, à soulager les douleurs, à rééquilibrer l'énergie de mon corps et, surtout, à retrouver confiance en moi.*

*"J'ai compris que mon corps était toujours vivant".*

*À la suite de cette expérience, j'ai rejoint un groupe de do-in avec d'autres femmes vivant la même épreuve. "Nous sommes toutes différentes, mais cette pratique nous rassemble".*

*Le do-in, par ses multiples bienfaits, relance la circulation dans tout le corps et offre un vrai sentiment de bien-être, à la fois physique et émotionnel. Rien n'est simple dans le parcours du cancer. Mais prendre soin de soi, grâce à des méthodes douces comme le shiatsu ou le do-in, c'est offrir à son corps un moment de paix et de reconstruction. Elles m'ont beaucoup aidée, et j'espère qu'elles pourront aider d'autres femmes à retrouver, elles aussi, un peu de lumière sur leur chemin.*

### Conclusion et perspectives

Notre expérience montre à quel point la patience et la persévérance sont de mise pour que le Shiatsu et le Do In trouvent place parmi les soins proposés aux personnes atteintes du cancer.

De plus, le tandem Do In / Shiatsu s'avère pertinent pour aborder le milieu de la cancérologie : le Do In permet en effet d'établir un climat de confiance favorable à l'inclusion du Shiatsu par la suite. D'autre part, la démarche visant à développer le tandem Shiatsu - Do In sur cette thématique est une boucle incessante et vertueuse entre :

- ✓ la pratique au quotidien auprès des personnes malades qui engendre des retours positifs et constitue un levier pour construire la confiance et approfondir sa pratique
- ✓ les formations qui permettent de monter en compétence et en crédibilité
- ✓ les rencontres et relations avec les partenaires pour mettre en place de nouveaux dispositifs.

Fortes de ces premières expériences, nous sommes déterminées à poursuivre la collaboration avec l'oncologue de notre secteur, à rencontrer ensemble d'autres oncologues à Rennes et Vannes qui ont suivi des personnes avec qui nous avons également travaillées, et à solliciter à nouveau les Ligues contre le cancer de l'Ille et Vilaine (35) et du Morbihan (56).

**Christelle Poulaud et Perrine Vincent**

**Avec la contribution du Dr Célia Roemer-Becuwe, oncologue à l'hôpital de Redon**