

PROFIL DU THALASSOTHERAPEUTE

I – DEFINITION DU THALASSOTHERAPEUTE

Mot d'origine grecque :

- Thalasso : eau de mer
- Thérapeute : personne soignante

II – PROFIL DU THALASSOTHERAPEUTE

Du sérieux, du professionnalisme, de l'amabilité, de la correction vestimentaire et sociale et des compétences du thalassothérapeute dépend l'image de marque du centre de thalasso.

A – Qualité de la personne :

1 - Hygiène corporelle et vestimentaire irréprochable :

- Douche quotidienne avant et après le travail, parfois en cours du travail si le besoin se fait sentir.
- Odeur agréable, parfumée : surtout pas d'odeur de sueur.
- Haleine fraîche : se brosser les dents matin, midi et soir et après chaque repas.
- Chevelure : courte pour les garçons, en chignon pour les filles.
- Visage : barbe rasée quotidiennement pour les garçons, maquillage discret pour les filles
- Ongles coupés courts, pas de vernis, de bijoux ni de montre et surtout pas de portable dans les poches.
- Epilation obligatoire des parties découvertes pour les filles.
- Sabot ou sandale blancs, nettoyés.
- Tenue de travail propre, blanche repassée, surtout pas tachée. Au minimum 2 tenues de travail : aux cols, poignets, manches et chaussettes se jugent la propreté de chacun.
- Lavage des mains à chaque curiste ou après manipulation du matériel

2 – Attitude du thalassothérapeute :

- **Accueillant** : La première impression étant capitale, il faut donner d'emblée le ton à votre relation avec le curiste en l'accueillant professionnellement, en lui expliquant les soins et en le guidant.
- **Souriant** : Un sourire ne coûte rien, enrichit ceux qui le reçoivent sans pour autant appauvrir ceux qui le donnent : **Savoir être**.
- **Attentif** : L'écoute est le maître mot de la relation curiste thérapeute. Être à l'écoute des curistes sans pour autant essayer de résoudre leurs problèmes personnels : **Savoir écouter**
- **Aimable** : Essayer d'apporter les corrections, les changements.... Pour aider le curiste : **Savoir parler**
- Eviter les gestes et les attitudes disgracieuses en public :
- Mettre la main devant sa bouche en cas de toux, d'éternuements ou de bâillements.
- Rire discrètement et ne pas succomber aux hurlements et aux gloussements
- Eviter les grimaces, les mines boudées et crispées.
- Ne jamais interrompre une personne, parler avec les mains, les mains dans les poches ou tourner le dos à une personne quand elle parle.
- Eviter les positions avachies, les bourrades familières ou amicales avec les collègues et surtout pas avec les curistes.
- Eviter de se ronger les ongles, de se gratter en public, de mâcher les chewing-gum, de traîner ses pieds, de parler à haute voix et surtout pas de tripoter nez et oreilles.

Toutes ces actions si simples définissent le SAVOIR-VIVRE.

3 – Professionnalisme du thalassothérapeute :

- Le thérapeute doit être compétent pratiquement = maîtriser ses protocoles de soins et de massages.
- Le thérapeute doit être compétent théoriquement = Être capable d'expliquer les soins, leurs indications et leurs bienfaits aux curistes
- Le thérapeute doit être convaincant et investi dans la réalisation de son soin, la moindre nonchalance est ressentie par le curiste et est très mal vue = Être capable d'expliquer les soins, leurs indications et leurs bienfaits aux curistes

B – Qualité des Soins :

Avant de commencer les soins, il faut bien expliquer le soin, son intérêt, ses indications et son déroulement.

Il faut être à l'écoute des curistes, chaque détail compte : la sono, la lumière, l'ambiance, la chaleur...

Il faut développer sa maîtrise des langues, sa communication et sa culture personnelle pour pouvoir dialoguer avec les curistes

Il faut mettre à profit tout son savoir-faire, son pré requis théorique, ses compétences pratiques et son savoir-vivre pour réussir ses soins.

L'objectif est la satisfaction thérapeutique des curistes,

Le thérapeute doit être polyvalent, capable de réaliser tous les soins secs et humides.

C – Qualité de l'eau :

L'utilisation thérapeutique de l'eau impose la mise en place d'un système complexe e canalisation et de tuyauterie. Il faut toujours veiller à la conservation des qualités et caractéristiques de l'eau à utiliser en réalisant des contrôles assidus au niveau des différents points d'usage de l'eau de mer : point de captage, les bâches, les divers soins d'hydrothérapie.

Le centre de thalasso comprend des installations et des équipements sophistiqués qui nécessitent un nettoyage quotidien et des procédures d'hygiène très rigoureuse : rincer tout l'équipement d'hydrothérapie à l'eau douce à la fin de chaque journée, l'eau de mer étant très agressive.

S'assurer du nettoyage parfait des locaux communs : réception ,vestiaires,salle de repos et surtout les cabines.

D – Qualité de l'équipe de soins :

Travaillez toujours en équipe,n'hésitez pas à aider vos collègues,à les former,à les corriger gentiment.

Développez le sens de la complémentarité et de la solidarité.

Ne jamais critiquer ses collègues mais essayer de réparer les torts causés ou continuer le travail entrepris ou inachevé.

Veillez toujours à perfectionner vos acquis en participant aux séminaires de formation, aux congrès et à ajouter les nouveaux soins à votre panel.

LES BIENFAITS DE LA THALASSO SUR LE **CORPS HUMAIN**

- **Effets cutanés** : accélération du renouvellement de la couche cutané et effet adoucissant des sels marins.
- **Effets sur les reins** : la diurèse se trouve augmentée avec une augmentation d'évacuation des déchets
- **Effets sur le cœur** : Légère tachycardie puis bradycardie et meilleure perfusion distale des téguments.
- **Effets sur la respiration** : augmentation de l'amplitudes respiratoire avec un meilleur échange alvéo-capillaire
- **Effets sur l'os** : augmentation de la fixation du phosphore et du sodium avec diminution de leur excrétion
- **Effets sur le muscle** : augmentation de la force contractile du muscle strié
- **Effets sur les glandes** : Hyperactivité thyroïdienne et parathyroïdienne d'environ + 15% en relation avec l'augmentation de l'activité biocatalytique.
- **Effets hématologiques** : augmentation du nombre de globules rouges d'environ 10% pour répondre à l'augmentation des échanges bio-oligo-élémentaires

LES INDICATIONS DE LA THALASSO

- 1-La prévention**
- 2-Le stress**
- 3-L'arthrose**
- 4-Les dorsalgies**
- 5-Les algies**
- 6-Les jambes lourdes**
- 7-La minceur**
- 8-La cellulite**
- 9-La cure post-natale**
- 10- La ménopause**
- 11- L'ostéoporose**
- 12- Le vieillissement**
- 13- Le sport**
- 14- La traumatologie**
- 15- Le sevrage tabagique**
- 16- Les migraines**
- 17- Les fatigues**
- 18- Les convalescences**
- 19- L'insomnie**
- 20- La rééducation**
- 21- La relaxation**
- 22- La Thalasso bucco-dentaire**
- 23- Les affections gynécologiques**
- 24- Les affections dermatologiques**

LES CONTRE INDICATIONS DE LA **THALASSO**

- 1- La visite médicale obligatoire**
- 2- Les affections cardio-vasculaires**
- 3- Les affections circulatoires**
- 4- Les maladies infectieuses**
- 5- Les affections dermatologiques**
- 6- Les allergies à l'iode**
- 7- Les affections endocriniennes**
- 8- Les affections cancéreuses**
- 9- Les déficiences immunologiques**
- 10- Les troubles psychiatriques**

LA CHARTE DE QUALITE D'UN CENTRE DE THALASSO

- **Un site privilégié en bordure de mer**
- **L'utilisation d'une eau de mer naturelle**
 - **Une surveillance médicale**
- **Une équipe professionnelle de soins**
- **Le souci permanent de l'hygiène et de la sécurité**
 - **Des équipements de soins adaptés et entretenus**

HYDROTHERAPIE

PRESENTATION

Thalasso, balnéo, cure thermale... Plusieurs termes spécialisés font référence aux soins de santé par l'eau.

L'hydrothérapie englobe le mieux notre propos : **l'utilisation externe de l'eau** à des fins thérapeutiques. Tout ce qui concerne son utilisation interne (boissons, lavements, etc.) ne sera donc pas abordé ici.

Qu'est-ce que l'hydrologie ?

L'**hydrologie** est la **science de la terre** qui s'intéresse au **cycle de l'eau**, c'est-à-dire aux échanges entre l'**atmosphère**, la surface terrestre et son sous-sol.

Qu'est-ce que l'hydrothérapie ?

L'hydrothérapie regroupe toutes les formes de thérapies utilisant l'eau pour soigner. Cette eau peut être employée sous diverses formes : vapeur, jet d'eau, glace, bains, frictions, enveloppements, compresses, douche, gargarismes, inhalations, lavements.... L'eau est minéralisée, simplement douce ou de mer, elle est soit pure ou bien mélangée à d'autres substances et associée à l'aromathérapie, à la phytothérapie, à des sels d'Epsom ou à du vinaigre de cidre pour accroître ses bienfaits.

Qu'est-ce que La Thalassothérapie?

Thalassothérapie : Emploi thérapeutique de l'eau de mer (en grec, *thalasso* signifie mer), mais également des autres éléments du milieu marin : boue et algues marines, air et climat marins.

Qu'est-ce que La Balnéothérapie?

Balnéothérapie : Thérapie qui consiste à baigner le corps entier ou une de ses parties, généralement dans l'eau, mais aussi dans la boue, le sable, l'air, le soleil... Outre les bains complets, on connaît surtout les bains de siège et de pieds.

Qu'est-ce que Le SPA?

Spa : Établissement de remise en forme et de beauté où l'on pratique certaines activités d'hydrothérapie. L'origine du terme est la devise ***solus por aqua*** (soigner par l'eau) que l'on retrouvait souvent gravée sur les murs des thermes romains, parfois sous la forme de l'acronyme : S.P.A. Depuis quelques années, on appelle également spa les minipiscines à hydrojets.

Qu'est-ce que Le Thermalisme?

Thermes : Établissements de santé situés près d'une source naturelle d'eau chaude. En Europe, plusieurs thermes comprennent des installations hospitalières.

Eau thermale : Eau utilisée dans un établissement thermal et qui émerge d'une source ou d'un forage sur place (pas de transport). Les eaux « naturelles » sont généralement chargées de minéraux, mais dans des compositions variables selon la localisation. L'eau de mer aussi est minéralisée, et plus particulièrement l'eau de la mer Morte. Absorbés par la peau quand l'eau du bain est à la température du corps, ces minéraux contribueraient aux bienfaits tirés des cures thermales.

Qu'est-ce que la crénothérapie?

Est la thérapeutique par les cures thermales faisant usage d'eau, de boue, de gaz et de vapeur thermale.

Si on associe la kinésithérapie ; ensemble de techniques de rééducation actives et/ou passives ; on parle dans ce cas de hydrokinésithérapie