

# L'ashiatsu, ou l'art de masser avec les pieds

Une technique traditionnelle venue de Chine, qui fait ses premiers pas au Canada, à Saint-Bruno même



**L'ashiatsu est une technique millénaire en Chine de massage thérapeutique avec les pieds. Xiao Yuan Guo, à Saint-Bruno, est la première au Canada à le proposer à ses clients.**

**FRÉDÉRIC KHALKHAL**  
Agence QMI

L'expression «se faire marcher sur le corps» prend tout son sens lorsqu'on pousse les portes du centre de massothérapie de Xia Yuan Guo.

«Avec mes pieds, j'appuie sur des points d'acupuncture situés le long de la colonne vertébrale. En Chine, l'ashiatsu est très populaire. Il est même pratiqué dans les hôpitaux. Aujourd'hui, je suis la seule à proposer ce massage thérapeutique au Canada», explique-t-elle.

Plusieurs massothérapeutes pratiquent le shiatsu, massage avec les mains que l'on peut retrouver dans certains spas. Mais seule Xiao Yuan Guo est reconnue pour pratiquer l'ashiatsu, ce qui signifie littéralement «pression des pieds».

## TOUT EN DOUCEUR

Le client, placé sur une table de massage, allongé sur le ventre, se fait marcher sur le dos, mais tout en douceur.

La massothérapeute, accrochée à des barres suspendues au-dessus du patient, gère l'intensité du massage en fonction de la tolérance de ce dernier.

Pendant 1 h ou 1 h 30, la professionnelle utilise son talon, ses orteils, la tranche ou encore la plante de ses pieds réchauffés pour masser, de la tête aux pieds, le corps du client «qui vient à s'endormir régulièrement», d'après M<sup>me</sup> Guo.

L'Association professionnelle des massothérapeutes spécialistes du Québec, qui regroupe le plus de membres dans la profession, reconnaît à M<sup>me</sup> Guo le titre de massothérapeute.

«Ses diplômes chinois ne sont pas reconnus au Canada. Elle a dû passer des équivalences au Québec pour qu'on lui donne le droit d'exercer en tant que massothérapeute. Aujourd'hui, elle est membre de plein droit de notre association», explique Karine Vincelette, chargée des adhésions à l'association professionnelle.

## RECONNAISSANCE

Xiao Yuan a étudié l'acupuncture et l'ashiatsu à l'université de médecine traditionnelle chinoise du Fujian, où elle a gradué à Fuzhou, en Chine, en décembre 2011.

En janvier 2012, elle devient thérapeute en médecine traditionnelle à Beijing, ce qui lui donne la possibilité de masser dans les hôpitaux chinois.

Motivée à venir s'installer au Canada par José Forest, un résident de Saint-Bruno qui avait goûté en Chine aux bienfaits de l'ashiatsu, elle est allée chercher une reconnaissance de sa pratique en Amérique du Nord, à St-Petersburg, aux États-Unis.

## POUR LES PROBLÈMES DE DOS

«L'ashiatsu n'est pas recommandé aux femmes enceintes, aux personnes qui souffrent de haute pression sanguine non contrôlée, aux patients qui ont des problèmes de circulation, de diabète ou qui ont subi des chirurgies récentes. À part cela, nous ciblons toutes les personnes qui ont des problèmes de dos», précise M<sup>me</sup> Guo.

PHOTO AGENCE QMI, FRÉDÉRIC KHALKHAL  
La massothérapeute, accrochée à des barres suspendues au-dessus du patient, gère l'intensité du massage en fonction de la tolérance de ce dernier.