



# LE CHECK-UP SANTÉ

## des masseurs-kinésithérapeutes



Interrogés sur leur niveau de bien-être global, 499 masseurs-kinésithérapeutes représentant 5,2% des praticiens installés en Occitanie ont accepté de répondre sans filtre. Les résultats présentés ici guideront l'URPS MK Occitanie dans ses actions futures.





# LA SOUFFRANCE AU TRAVAIL

## Isolement

**36%** des interrogés se sentent seuls, malgré qu'ils exercent en groupe ou avec des collègues/associés dans **55%** des cas.

## Anxiété, pessimisme

**22%** des interrogés envisagent "sérieusement" de tout plaquer car leur activité nuit à leur vie personnelle. Ils citent l'usure physique, une rémunération trop faible, une cadence acharnée et une pression administrative croissante.



## Épuisement

**52%** des répondants trouvent que les professionnels sont trop peu nombreux pour faire face à la demande de soins.

**1 kiné sur 3** se dit « submergé » et ne prend jamais de pause déjeuner.

**1 sur 5** travaille **+ de 50h/semaine** (la moyenne se situant entre 40h et 50h).

## Et parfois, des idées noires...

Ils sont **7%** à prendre des anxiolytiques pour tenir le coup, **14%** à avoir déjà eu des pensées suicidaires.

**33%** estiment ne pas avoir une vie sociale satisfaisante.

**23%** ne se sentent pas heureux.



# FAIS CE QUE JE DIS... ... PAS CE QUE JE FAIS

Globalement les masseurs-kinésithérapeutes ont une bonne hygiène de vie. Néanmoins sur 3 aspects, des améliorations peuvent être mises en place.



**29%**

ne pratiquent pas une **activité physique** régulière.



**20%**

n'ont pas une **alimentation** appropriée et satisfaisante.



**55%**

estiment ne pas avoir un **sommeil** suffisant.

## Conséquences



**6 KINÉS SUR 10**

- ressentent des **douleurs musculosquelettiques**,
- sont **stressés** fréquemment voire quotidiennement,
- sont **souvent fatigués** (75% le sont quotidiennement).

MICRO-TROTTOIR

**Estimez-vous prendre suffisamment soin de vous ?**

**75%** NON

**40%**

"Je n'ai pas le droit d'exprimer ma souffrance en tant que soignant"



# PRENONS SOIN DE CEUX QUI PRENNENT SOIN DES AUTRES !



## Améliorer la **communication** sur les aides mises en place.

84 % des sondés estiment ne pas connaître les aides mises en place pour accompagner les masseurs-kinésithérapeutes en souffrance.



## Développer les **nouveaux modes de rémunération** afin de permettre aux masseurs-kinésithérapeutes d'avoir un meilleur équilibre entre **vie personnelle et vie professionnelle**.



## Rappeler via de la **prévention** et des **fiches techniques** l'importance d'une bonne **hygiène de vie**.

Activité physique, pause dans la journée, qualité du sommeil, alimentation...



## Faciliter le **dépôt de plaintes** lors d'agressions physiques et/ou verbales sur son **lieu de travail**.



urps-mk-occitanie.fr



### DES QUESTIONS ?

**Sébastien Tessuto**,  
masseur-kinésithérapeute,  
réfèrent de la Commission  
"souffrance des soignants"  
de l'INTER-URPS d'Occitanie.  
[tessuto.sebastien@gmail.com](mailto:tessuto.sebastien@gmail.com)

### BESOIN D'AIDE ?



association-mots.org