



I massaggiatori medicali trattano con diversi metodi e tecniche di massaggio persone di qualsiasi età, sane, malate, portatrici di handicap o infortunate, a scopo preventivo, terapeutico o riabilitativo. Mediante applicazioni passive, quali ad esempio il massaggio del tessuto connettivo, la riflessologia, il linfodrenaggio manuale e il massaggio classico, curano condizioni anomale o patologiche come dolori, posture scorrette e tensioni oppure disturbi del metabolismo. L'attività prevede anche trattamenti di balneologia, di termoterapia e di elettroterapia. Attraverso la mobilizzazione dei tessuti gli specialisti agiscono sul funzionamento degli organi interni e dei sistemi del corpo per migliorare la circolazione, la motilità, la respirazione e la psiche. Sia in qualità di impiegati sia come liberi professionisti lavorano a stretto contatto con altri specialisti del settore sanitario, in particolare con medici e fisioterapisti.



**MASSAGGIATORE MEDICALE**

**APF**

**MASSAGGIATRICE MEDICALE**

# «Curo la persona nel suo insieme»

Barbara Gattiker, 34

massaggiatrice medica indipendente

Ritratto

**Barbara Gattiker è massaggiatrice medica indipendente. È inoltre impiegata a tempo parziale presso il segretariato di una ditta di informatica. Nonostante apprezzi la sicurezza finanziaria, presto vorrebbe lanciarsi a tempo pieno nella sua attività da indipendente.**

«Per fare la massaggiatrice medica è necessario avere mani forti. Facciamo un lavoro fisicamente molto duro», afferma Barbara Gattiker. «La mia attività ha poco in comune con i massaggi che si effettuano per puro benessere.» I trattamenti spaziano dal massaggio classico a quello del tessuto connettivo, al linfodrenaggio fino alla terapia per l'emicrania. «La denominazione professionale trae leggermente in inganno», spiega la trentaquattrenne massaggiatrice medica. In realtà questi specialisti esercitano una professione medico-terapeutica che va oltre il semplice massaggio. È pur vero però che le mani sono lo strumento più importante per esercitare questa professione.

Sono indispensabili ottime conoscenze di anatomia, un buon senso logico e molta empatia per poter comunicare con il paziente, interpretare le diagnosi e adottare misure concrete. «Dobbiamo distinguerci chiaramente dai massaggiatori che si definiscono tali dopo aver frequentato solo un paio di corsi. La nostra professione si avvicina piuttosto a quella dei fisioterapisti», sostiene Barbara Gattiker. La differenza sostanziale è che i massaggiatori medicali esercitano terapie passive mentre i fisioterapisti eseguono anche terapie attive. «Per terapia passiva si intende un trattamento in cui il paziente non deve muoversi», spiega la specialista.

Barbara Gattiker lavora al 50 per cento come indipendente. La sua clientela è composta da persone di tutte le età. «I bambini vengono nel mio studio soprattutto per problemi di asma, li curo con il massag-



gio connettivale». Gli adulti spesso hanno disturbi specifici all'apparato motorio. Stiramenti, ipertonie di determinate parti muscolari, disfunzioni delle articolazioni, disturbi organici cronici quali ad esempio costipazione, problemi di natura vegetativa come disturbi del ciclo mestruale o emicranie. Barbara Gattiker cura tali patologie con massaggi classici o specifici. La massaggiatrice medica si occupa anche di edemi, ossia accumuli di liquidi nei tessuti. «Con il linfodrenaggio manuale si attiva il sistema linfatico e si favorisce il deflusso».

**«La mia attività ha poco in comune con i massaggi che si effettuano per puro benessere.»**

Secondo Barbara Gattiker il massaggio del tessuto connettivo è la terapia più affascinante. Il trattamento prevede la stimolazione di aree specifiche della pelle. Grazie alla connessione dei nervi è possibile agire sul

funzionamento degli organi interni. «Inoltre questo tipo di massaggio ha effetti positivi anche sul sistema nervoso vegetativo». Barbara Gattiker ha iniziato la sua formazione come disegnatrice edile. «Già al secondo anno mi sono accorta di non essere adatta per i lavori d'ufficio. Volevo lavorare a contatto con la gente e trovare un'occupazione che prevedesse l'uso delle mani». Su consiglio dell'orientatore professionale Barbara ha così cominciato a leggere le inserzioni sui giornali e a ritagliare gli annunci di lavoro che suscitavano il suo interesse; il risultato è stato inequivocabile: la sua scelta ricadeva sempre su ergoterapia, fisioterapia e massaggi medicali. «Questo lato di me non lo conoscevo». La sua professione le procura molte soddisfazioni. «Come massaggiatrice medica posso lavorare a stretto contatto con le persone e curarle in modo completo. La motivazione la trovo nell'amore per il prossimo e per la natura. Molta dedizione e la capacità di interagire con la gente sono presupposti fondamentali nel mio lavoro, come in tutte le professioni mediche».

# Impacchi di fango e bagni oleosi

Peter Suter, 41

massaggiatore medicale presso una clinica di montagna

Ritratto

**I pazienti della Hochgebirgsklinik di Davos soffrono di asma, allergie, malattie della pelle e reumatismi. Peter Suter li cura soprattutto con massaggi e bagni, tra cui ad esempio bagni oleosi, bagni alternati e massaggi subacquei.**

Peter Suter lavora nel reparto di balneologia della clinica di Davos. Insieme a due colleghi è responsabile dell'intero settore. La sua giornata lavorativa comincia alle sette del mattino: apre le porte della piscina per permettere ai pazienti di fare le prime nuotate mattutine, esamina il programma dei trattamenti e prepara le sale con l'attrezzatura necessaria. Tra le sette e le otto il programma prevede soprattutto bagni e applicazioni con l'acqua, a partire dalle otto si eseguono i massaggi.

Peter Suter si occupa di pazienti degenti che in media trascorrono dalle tre alle quattro settimane in clinica. Si occupa anche di pazienti esterni. «In genere i pazienti sono mandati dal medico, a volte si rivolgono a noi anche di propria iniziativa», afferma. In occasione del primo appuntamento viene chiesto ai pazienti di compilare un questionario.



Peter Suter stabilisce la tipologia del trattamento sulla base della prescrizione medica, della raccolta anamnestica e dell'esame fisico. I pazienti asmatici, ad esempio, hanno spesso la muscolatura contratta nella regione della schiena e del petto. Il massaggiatore medicale cerca di sciogliere la muscolatura con trattamenti a caldo e massaggi distensivi: dapprima applica un impacco caldo di

fanghi sulla parte del corpo interessata, in seguito esegue il massaggio per circa mezz'ora.

**«I bagni oleosi sono particolarmente indicati per le malattie della pelle.»**

Oltre alla termoterapia e ai massaggi, anche i bagni rivestono un ruolo importante: «In caso di malattie della pelle, come ad esempio la neurodermite, i bagni oleosi sono molto efficaci poiché ingrassano la pelle». Il massaggiatore medicale utilizza estratti di piante con proprietà differenti. La valeriana ad esempio ha un effetto calmante, mentre il rosmarino ha un'azione stimolante. I bagni alternati, ossia l'alternare acqua calda e acqua fredda sulle braccia o sulle gambe, attivano la circolazione e rafforzano il sistema immunitario. Nel caso dei massaggi subacquei Peter Suter lavora con un potente getto. «Con questa tecnica curiamo i pazienti che hanno difficoltà a stare sdraiati o che hanno la muscolatura molto contratta. Si tratta di un metodo indicato anche per gli uomini con molta peluria sulla schiena, dal momento che un massaggio classico potrebbe irritare troppo la pelle.»

Il motivo che ha spinto Peter Suter, attivo in precedenza quale impiegato di commercio, a cambiare professione, era la volontà di aiutare il prossimo e di essere a contatto con la gente. «Dopo alcuni anni di attività ho sentito il bisogno di fare qualcosa di completamente diverso», spiega. Essendo cresciuto a Davos conosceva la scuola di massaggio BMMS, dove ha poi intrapreso la formazione. Dopo il diploma, nel 2003 Peter Suter è stato assunto presso la Hochgebirgsklinik di Davos. Si ritiene soddisfatto della sua nuova scelta professionale: «Grazie alla mia attività posso aiutare la gente. È una professione molto appagante».



# Posti di lavoro di vario genere

## Prospettive

Dal 2009 quello di massaggiatore e massaggiatrice medica è un titolo riconosciuto a livello federale. Attualmente sono circa 2000 gli specialisti diplomati. Ogni anno 150 nuovi candidati accedono alla formazione, presso una delle otto scuole in Svizzera, preparandosi così all'esame federale di professione. Una persona in formazione su cinque è un uomo. Gli uomini lavorano soprattutto nell'ambito della terapia sportiva, presso grosse società o per sportivi d'élite. Il settore medico invece è dominato dalle donne. Nella maggioranza dei casi i pazienti si sottopongono ai trattamenti su prescrizione medica. Pertanto una parte considerevole delle prestazioni (tra l'80 e il 90%) è coperta dall'assicurazione malattia complementare.

Gran parte degli impieghi si trova presso studi di massaggi (come impiegati o liberi professionisti), centri sanitari, centri di cura o di riabilitazione, ospedali, cliniche di riabilitazione, case di riposo o associazioni sportive. Sempre più spesso anche gli hotel



ricorrono a specialisti per le loro offerte wellness. La maggior parte dei datori di lavoro offre posti all'80 o al 100%.

gnamento oppure seguire differenti specializzazioni in ambito metodologico e tecnico.

### Professione prevalentemente manuale

Il massaggio medico è una delle poche aree del settore sanitario in cui si lavora prevalentemente con le mani e senza l'uso di grossi ausili tecnici. L'abilità sensoriale e le capacità terapeutiche individuali si perfezionano nel corso della carriera professionale. Le conoscenze scientifiche e le nuove nozioni della medicina classica dovrebbero confluire nei metodi applicati. La professione prevede anche la vicinanza con il paziente, il che presuppone un rapporto di fiducia reciproca.

I massaggiatori medici possono proseguire la loro carriera all'interno del settore sanitario e ambire a un livello superiore, ad esempio con la preparazione al futuro esame professionale superiore di massaggiatore medico (diploma in fase di preparazione), che autorizza a formare praticanti. Oltre alla carriera come indipendente è possibile trovare occupazione nella ricerca e nell'inse-



### Per saperne di più

[www.professionisanitarie.ch](http://www.professionisanitarie.ch)

informazioni sulle professioni sanitarie edito da OdA Santé

[www.orientamento.ch](http://www.orientamento.ch) informazioni sulla scelta della professione, la pianificazione di carriera, i posti di tirocinio, la formazione continua

[www.oda-mm.ch](http://www.oda-mm.ch) Organizzazione del mondo del lavoro dei massaggiatori medici (d, f, i)

[www.odasante.ch](http://www.odasante.ch) Organizzazione mantello nazionale del settore sanitario OdA Santé (d, f)

[www.bgs-ch.ch](http://www.bgs-ch.ch) Associazione svizzera dei centri di formazione sociosanitaria

[www.lugano.ssm.ch](http://www.lugano.ssm.ch) scuola superiore medico-tecnica Lugano

## Formazione

### Luogo di formazione

Nella Svizzera di lingua italiana la formazione si svolge alla Scuola specializzata superiore medico-tecnica (SSMT) di Lugano. È anche offerta in altre regioni della Svizzera con modalità e durata differenti. L'elenco aggiornato delle scuole è consultabile su: [www.oda-mm.ch](http://www.oda-mm.ch)

### Requisiti

- età minima: 18 anni
- formazione di base assoluta (Attestato federale di capacità, maturità o formazioni equivalenti)
- superamento dell'esame attitudinale.

### Durata: 2 anni

Per massaggiatori non medicali diplomati, vi è la possibilità di svolgere una formazione complementare alla SSMT.

### Concetto formativo

La formazione si svolge a tempo pieno ed è organizzata a moduli. Include lezioni teoriche e teorico-pratiche a scuola e periodi di formazione pratica nelle strutture sociosanitarie, per complessive 3000 ore / lezione.

Materie: anatomia e fisiologia dell'apparato locomotore, anatomia palpatoria, cinesiologia, ragionamento clinico, metodologia della presa in carico del paziente, elettroterapia, terapie fisiche, idroterapia bendaggi funzionali, massaggio terapeutico, massaggio del tessuto connettivo, linfo-drenaggio terapeutico, riflessologia plantare, patologia (traumatologica, ortopedica, reumatologica, geriatrica e psichiatrica), etica, deontologia, associazioni professionali, legislazione, psicologia, amministrazione.

### Titolo

La scuola rilascia un documento che attesta il superamento degli esami inerenti i moduli richiesti. Lo studente accede quindi all'esame federale di professione per conseguire l'Attestato professionale federale (APF) di «Massaggiatore medico / Massaggiatrice medico»

## Perfezionamento / formazione continua

- Aggiornamento professionale tramite corsi offerti dalle scuole e dall'Organizzazione del mondo del lavoro dei massaggiatori
- Scuole specializzate superiori in ambito sanitario (p.es. specialista in attivazione; infermiere/a)
- Scuole universitarie professionali sanitarie (p.es. fisioterapia; cure infermieristiche)



## Massaggiatore / Massaggiatrice medica- le - una professione per me?

Qui di seguito alcune affermazioni per fare il punto.

**Sono una persona comunicativa che lavora volentieri all'interno di un team.**

I massaggiatori medicali collaborano con specialisti del settore sanitario e sociale, sono a contatto con i pazienti e le persone legate al loro ambiente. Ciò presuppone che vi sia una buona comunicazione tra tutte le parti coinvolte.

**Ho interesse per il contatto con le persone ma sono in grado di mantenere un certo distacco.**

Chi effettua massaggi è a stretto contatto con le persone, non solo sul piano fisico. Spesso i pazienti confidano anche fatti personali legati alla loro vita privata.

**Ho una buona costituzione fisica e una buona resistenza.**

Il massaggio è essenzialmente un lavoro manuale. Sebbene un buon massaggio dipenda soprattutto dalla giusta tecnica, è necessaria anche una certa dose di forza, nelle mani e nelle braccia.

**Ho una spiccata percettività tattile e sensomotoria.**

La professione richiede un'ottima abilità manuale e la capacità di riconoscere i nessi biologici e di individuare il metodo di trattamento più adatto. Molto importante è anche un ottimo spirito di osservazione, ad esempio in caso di mutamenti della pelle, ciò che potrebbe indicare la presenza di un melanoma.

**Mi informo volentieri sugli sviluppi legati al mio ambito professionale.**

Le necessità dei pazienti cambiano con il trascorrere del tempo. Nel proprio settore si sviluppano costantemente nuovi metodi di trattamento. La formazione continua permette di consolidare la propria preparazione professionale e le competenze specialistiche.

### Impressum

1ª edizione 2012

© 2012, CSFO, Berna. Tutti i diritti riservati.

### Edizione:

Centro svizzero di servizio Formazione professionale | orientamento professionale, universitario e di carriera CSFO, Berna  
Organizzazione nazionale mantello del mondo del lavoro per il settore sanitario, OdASanté, Berna

**Direzione di progetto:** Reto Klink, Zurigo; Heinz Stauffer, Véronique Antille, CSFO Berna; Beatrice Tognola-Giudicetti, UOSP Bellinzona **Interviste e redazione:** Tanja Hegglin-Seufert, Zurigo; Reto Klink, Zurigo; Monica Calastri, Sementina **Traduzione:** BFB Traduzioni, Lugano **Revisione specializzata:** Ivano Rupil, SSMT Lugano, Raffaele Paolini, UOSP Bellinzona **Fotografia:** Reto Klink, Zurigo **Grafica:** Viviane Wälchli, Zurigo **Elaborazione testi:** metaphor GmbH, Berna-Liebefeld **Stampa:** Ast & Fischer AG, Wabern

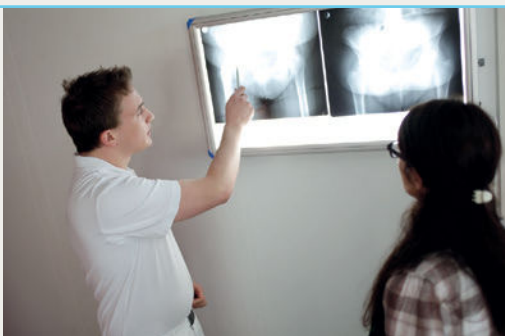
**Numero articolo:** FE3-3125 (copia singola)

Il presente pieghevole è disponibile anche in lingua tedesca.

### Diffusione e ordinazioni:

CSFO Distribuzione, Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen, Tel. 0848 999 002, Fax +41 (0)31 320 29 38, distribuzione@csfo.ch, www.shop.csfo.ch

Ringraziamo per la collaborazione tutte le persone e le aziende coinvolte. Con il sostegno dell'Ufficio Federale della Formazione professionale e della Tecnologia (UFFT).



### Interpretare le diagnosi

Di norma il medico effettua una diagnosi e prescrive al paziente un trattamento presso il massaggiatore medicale.



### Allestire un piano di misure

Si formula un programma di trattamento, si fissano gli obiettivi e si determinano i metodi e i mezzi necessari.



### Il massaggio classico

Questa tecnica tratta la pelle e la muscolatura nel punto in cui si massaggia. In tal modo si agisce sulla pelle, sui tessuti connettivi e sulla muscolatura.

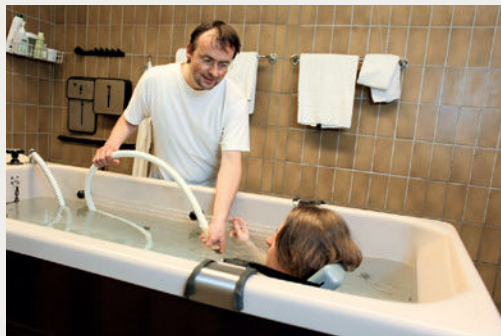


### L'elettroterapia

Il corpo viene attraversato da correnti elettriche. Questo metodo si applica per alleviare i dolori, attivare la vascolarizzazione e influire sul sistema vegetativo.

### L'idroterapia

Temperature differenti tra il corpo e l'acqua rafforzano la circolazione, il sistema immunitario e hanno effetti benefici in caso di disturbi muscolari e articolari.



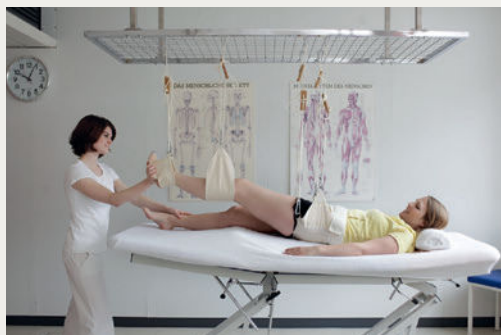
### La riflessologia

Determinati punti del piede, dell'orecchio o della mano corrispondono a un organo. Digitopressioni dolorose possono indicare un possibile disturbo.



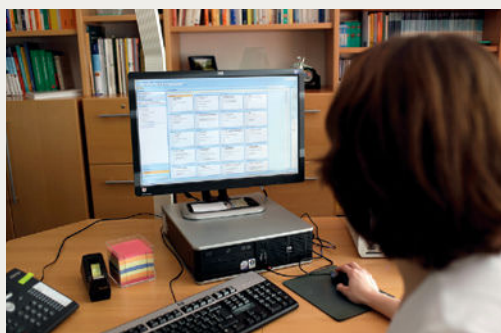
### Allestire e adeguare la postazione di lavoro

L'organizzazione della postazione di lavoro è molto importante, soprattutto in termini di igiene ed ergonomia, come ad esempio per la terapia «Schlingentisch».



### Pianificare e documentare il lavoro

A livello amministrativo è necessario prevedere semplici mansioni burocratiche ma anche la documentazione del lavoro svolto.





**Gerda Imboden, 54, massaggiatrice medica presso una clinica**

**Gerda Imboden vanta** un'esperienza professionale di 29 anni. Presso la clinica di riabilitazione di Leukerbad ha svolto anche la sua formazione. Dapprima era attiva nel reparto di reumatologia, dove venivano curati pazienti con problemi alla schiena o alle ginocchia, ad esempio in seguito a un infortunio, oppure con protesi all'anca. Successivamente è passata alla neurologia. «Qui ho a che fare soprattutto con persone che hanno un handicap fisico in seguito a un ictus, al morbo di Parkinson, alla sclerosi multipla o ad altre malattie neurologiche», spiega. Esegue soprattutto massaggi e trattamenti con il calore.

### ► Con pazienti in riabilitazione

La massaggiatrice medica è anche responsabile dei praticanti. Questi lavorano presso la clinica di riabilitazione per sei mesi, tre dei quali nel reparto di neurologia. Durante questo periodo Gerda Imboden affianca gli aspiranti massaggiatori medici: «Valuto il loro lavoro, rispondo alle domande e dispenso consigli». Di recente Gerda Imboden ha aperto il suo studio. Si è associata a un fisioterapista indipendente e due pomeriggi la settimana effettua massaggi medici. Molti pazienti si recano nel suo studio su prescrizione medica. Gerda vorrebbe consolidare la sua indipendenza, pur mantenendo un piede ben saldo nella clinica di riabilitazione. «Il lavoro in clinica è e rimane molto entusiasmante. Lì tratto molti più quadri clinici di quanti ne veda nel mio studio».

**Patrick Staehli ha iniziato** molto presto la carriera da indipendente: dopo la formazione si è associato dapprima a uno studio di fisioterapia, in seguito ha avviato la sua attività con due colleghi di lavoro. Tuttora collabora con lo studio di fisioterapia, ma anche con medici, osteopati e dietisti. Dal 2008 Patrick Staehli è anche docente presso la Scuola superiore medico-tecnica di Lugano, con un pensusm lavorativo del 40 per cento. A tale scopo ha frequentato il corso di formazione all'Istituto universitario federale per la formazione professionale, che lo abilita all'insegnamento. Impartisce lezioni di anatomia, massaggio dei tessuti connettivi, massaggio classico, massaggio sportivo e massaggio terapeutico. In qualità di esperto è inoltre responsabile degli esami di tali materie. «Mi piace molto alterare l'attività di massaggiatore all'insegnamento. Oltre al lato pratico del mio lavoro, con l'insegnamento alleno l'agilità e la flessibilità mentale». Per Patrick Staehli la decisione di intraprendere la formazione di massaggiatore medico non è stata facile.

### ► Scuola e pratica

A suo tempo aveva un buon posto come polimeccanico ed era già padre di famiglia. Tuttavia da tempo nutriva la passione per il corpo umano e le sue funzioni. «Volevo lavorare a contatto con le persone e aiutarle». La formazione di massaggiatore medico, svolta a tempo pieno, lo ha costretto a stare lontano dal Ticino per tre anni. Patrick Staehli ha così portato a termine la sua formazione. La scelta è stata quella giusta: «Il mio lavoro mi soddisfa al cento per cento».



**Patrick Staehli, 34, massaggiatore medico indipendente e docente**



**Jörg Bähler, 36, indipendente e impiegato**

**«Per un periodo ho vissuto** grazie ai miei risparmi». Quando undici anni fa Jörg Bähler trovò lo spazio adatto per il suo studio di massaggi era impiegato presso una clinica di riabilitazione. Lo stipendio non era sufficiente per coprire le spese di affitto e quelle per il proprio sostentamento. In seguito Jörg Bähler ha ampliato la sua attività da indipendente, riducendo il grado di occupazione come impiegato. «Non si può sperare di avere tutto sotto controllo nell'arco di un paio di anni», afferma. Per fare il salto verso l'indipendenza non basta avere il capitale. «Senza pubbliche relazioni non si ottiene nulla. Oc-

### ► Uno studio proprio

corre presentarsi ai medici, allestire un sito Internet e dare un'impressione solida e positiva». Oggi è ancora impiegato presso un centro di salute e benessere per due giorni la settimana. Apprezza il fatto di poter contare su due posti di lavoro ben distinti. «L'impiego da dipendente mi dà la sicurezza finanziaria, apprezzo il lavoro con il mio team.» Nella sua attività da indipendente Jörg Bähler gradisce la libertà nella pianificazione del lavoro. Tuttavia occorre anche essere flessibili: spesso infatti deve lavorare il mattino presto, sul mezzogiorno o la sera, a volte fino alle 21, dal momento che molti clienti fissano gli appuntamenti fuori dagli orari lavorativi. Il suo lavoro presuppone anche un'elevata autoresponsabilità: «Nel mio studio arrivano spesso anche persone senza prescrizione medica. Spetta quindi a me decidere quali misure adottare».