Résumé

La ménopause concerne 14 millions de femmes et 500 000 sont en périménopause sans le savoir (Elsa Wolinski).

Ces femmes se plaignent communément de l'absence d'écoute et de conseil de la part de leur médecin (Elsa Wolinski parle d'errance médicale). En tant que praticien(ne) en kinésiologie, il est important de savoir accompagner avec justesse leurs nombreuses souffrances.

L'objectif de ce mémoire est de construire un protocole de kinésiologie à même d'accompagner les femmes en période de ménopause.

Pour cela, il est nécessaire de comprendre le profond changement hormonal en période préparatoire à la ménopause, appelée périménopause. Organes, glandes concernées et physiologie associée sont traités en première partie.
La progestérone, les œstrogènes et la testostérone principales hormones de la fertilité diminuent fortement, « c'est une étape physiologique, un arrêt de la fonction endocrine et en aucun cas une pathologie » (Brigitte Letombe, gynécologue, membre du réseau « all for ménopause »).

Traiter des aspects physiologiques de la ménopause, du lien entre les ovaires et le cerveau, et des autres fonctions hormonales de l'hypothalamus, permet de déterminer les tests musculaires et de méridiens prévus dans le protocole.

Ces changements physiques ont inévitablement des conséquences sur la vie de la femme, générant des émotions testables en kinésiologie.
En deuxième partie, ce mémoire traite des enjeux de la ménopause, des plaintes des consultantes, de leur mal-être vécu et des conséquences relationnelles avec leur entourage. Tout en présentant les solutions disponibles dans la société actuelle, cette deuxième partie décrit les émotions cachées derrière le vécu des participantes à l'enquête(1) établie par mes soins.

Dans la dernière partie, le regroupement d'informations provenant de recherches sur le net, de lectures de livres, et des résultats concrets des séances de kinésiologie données en cabinet a permis d'établir le **protocole « Le Passage de la Ménopause »**.

(1) Personnes âgées de 45 à 65 ans, de sexe féminin et présentant ou non des symptômes physiques, psychologiques ou tout autre mal-être.