

# FICHE D'ACCOMPAGNEMENT SUR LES SOINS CORPORELS

## Introduction

L'hygiène corporelle est un soin et représente la nécessité pour chaque individu de maintenir son corps propre, de protéger et de soigner sa peau et ses muqueuses. Ces précautions permettent de maintenir les fonctions de la peau et de prévenir ainsi des maladies : maladies de la peau et des annexes, mais aussi maladies infectieuses qui peuvent être prévenues, par exemple, par un lavage des mains avant le repas et après l'utilisation des toilettes.

Au-delà de l'aspect sanitaire, c'est aussi la **dimension relationnelle et le bien-être des individus** qu'il est important de prendre en compte. Se sentir propre et soigné influence de manière positive le sentiment de bien-être physique et psychique de la personne. L'hygiène corporelle joue un rôle important dans l'estime de soi et la relation à l'autre.

Avec l'âge, beaucoup de personnes développent des **troubles de la vue et de l'équilibre** et se mobilisent moins facilement. Elles ont besoin de plus d'aide pour se laver. Cette perte d'autonomie entraînant une intrusion soudaine dans leur intimité est parfois difficile à accepter. D'où l'importance pour les accompagnants de prendre certaines précautions pour respecter l'intimité et les besoins de la personne. Lorsqu'ils vivent en institution, la toilette est un moment important de la journée d'un résident, il faut donc y apporter le plus grand soin et lui accorder un temps suffisant. Ce moment est également propice aux échanges et au bien-être.

## L'aspect santé lors des soins corporels

Veiller à une bonne santé fait également partie des soins corporels.

### Les travailleurs doivent être attentifs à certains signes :

- La toilette est un moment où l'on peut encore demander aux personnes de se mouvoir et les mobiliser. Avec l'âge, les personnes souffrent généralement d'une perte de souplesse, de diffi-

cultés pour se tenir debout dans la douche ou encore des pertes d'équilibre. Cela engendre des difficultés lors des changements de position et nécessite des adaptations. On peut observer pour voir ce que la personne sait ou ne sait plus faire.

- Les éducateurs peuvent profiter des soins pour regarder s'il y a des rougeurs, des plaies, des infections, des coups,...
- Bien sécher dans les plis, entre les doigts de pieds, etc. Utiliser de préférence des crèmes, pommades et savons doux et sans parfum.
- Surveiller l'hygiène de certaines parties délicates comme les dents, les pieds et les parties intimes.

**Le confort thermique participe pour beaucoup au bien-être de la personne. En effet, les personnes vieillissantes éprouvent souvent des difficultés au niveau de la thermorégulation (frissons) :**

- Privilégier les manches longues avec une texture légère.
- Utiliser des vêtements blancs l'été et noirs en hiver
- Vérifier la température de la pièce et de l'eau du bain
- Si la personne le souhaite, mettre ses vêtements sur le radiateur pour les réchauffer

## Instaurer un cadre rassurant lors des soins corporels

Comme nous l'avons déjà évoqué, les personnes déficientes intellectuelles ont besoin d'évoluer dans un cadre sécurisant, et ceci d'autant plus lors des soins corporels :

- Dans la mesure du possible, la toilette doit être faite au moment qui convient à la personne et il faut garder ce repère temporel
- Préparer le matériel de toilette au préalable
- Être attentif à la manière de manipuler la personne, être dans un contact délicat, avoir une attitude sécurisante (communiquer, verbaliser, observer,...)
- Des précautions doivent aussi être prises lors des moments d'habillage et de déshabillage. Ce sont des moments de transitions qui peuvent parfois déclencher des troubles du comportement.

### Observer et communiquer avec la personne:

- Observer les réactions de la personne (physique et corporelle) pendant les soins, et ce pour ajuster au mieux l'intervention (ex : température de l'eau, signes de douleur lors de la manipulation, état de fatigue, ...)
- Enoncer ce que l'on fait (surtout avec les malvoyants) et donner les consignes de manière adaptée (verbales, pictogrammes, photos, gestes)
- Rappeler de laver toutes les parties du corps et de bien se sécher
- Féliciter la personne pour ce qu'elle fait seule

### S'adapter au rythme de la personne :

- Respecter l'habitude de s'habiller dans un certain ordre et prévoir un temps suffisant pour l'habillage
- Ne pas forcer la personne ; lâcher-prise (Il ne veut pas se laver maintenant. Et alors ? L'équipe doit pouvoir s'adapter et avoir une certaine souplesse)

Les institutions où résident les personnes déficientes intellectuelles **ont de plus en plus souvent recours à des services infirmiers extérieurs pour la prise en charge des soins corporels des résidents moins autonomes**, notamment de leurs toilettes. C'est une solution qui présente de nombreux avantages. Cela permet aux éducateurs de dégager du temps pour s'occuper des autres résidents. Mais surtout cela participe au bien-être des résidents car les infirmiers n'étant pas soumis aux contraintes organisationnelles de l'institution, ils peuvent faire preuve d'une plus grande souplesse et s'adapter plus facilement au rythme des personnes plus lentes. La toilette peut être faite au moment où le résident est prêt.

## Les soins corporels, des moments privilégiés pour favoriser le bien-être

- Prendre en compte les desideratas de la personne en termes d'ambiance (lumière forte ou faible, choix de la musique)
- Respect de l'intimité de la personne (fenêtres et portes fermées, limiter le nombre de personnes présentes dans la pièce)
- Si possible laisser le choix au résident de l'intervenant qui va le/la laver

- Utiliser un savon dont elle aime l'odeur
- Soigner l'esthétique des personnes (bijoux, parfum, gel, teinture de cheveux si nécessaire en faisant attention aux risques d'allergies)
- Valoriser leur estime d'elle et leur image sociale (« Tu es beau et bien rasé »)

## Favoriser l'autonomie et le confort physique

Utiliser les aides techniques dans les différentes étapes des soins permet de favoriser le confort de la personne mais aussi de lui permettre de faire un maximum de choses par elle-même. Voici quelques trucs et astuces pour organiser les soins dans ce sens.

### *Organiser l'espace des soins*

Utiliser des barres d'appui, une chaise de douche si nécessaire, des baignoires adaptées pour faciliter l'entrée/sortie, une surface antidérapante, un espace de plain-pied (douche à l'italienne).

### *Aider les personnes à se laver*

Aider les personnes pour monter dans la douche ou le bain, se lever de la baignoire, lever les jambes, se tourner dans la douche,...

Aider aussi pour laver les parties du corps peu accessibles, pour laver et essuyer le dos, ...

Utiliser des pictogrammes pour séquencer l'explication de la toilette

### *Aider les personnes à s'habiller*

Utiliser des casiers pour compartimenter la garde-robe, ranger par type de vêtement

Rendre les vestiaires accessibles et visibles, donner la possibilité de s'habiller assis

Utiliser des vêtements pratiques (scratch, élastique, gros boutons) mais aussi confortables, doux et esthétiques

Matériel pour faciliter l'habillage : enfile-chaussettes, chausse pied à long manche.

### *Favoriser le confort urinaire*

Utiliser une protection urinaire, c'est plus confortable pour la personne en cas de perte urinaire.

Quand une sortie est prévue, prendre davantage de précaution et emporter des vêtements de rechange.