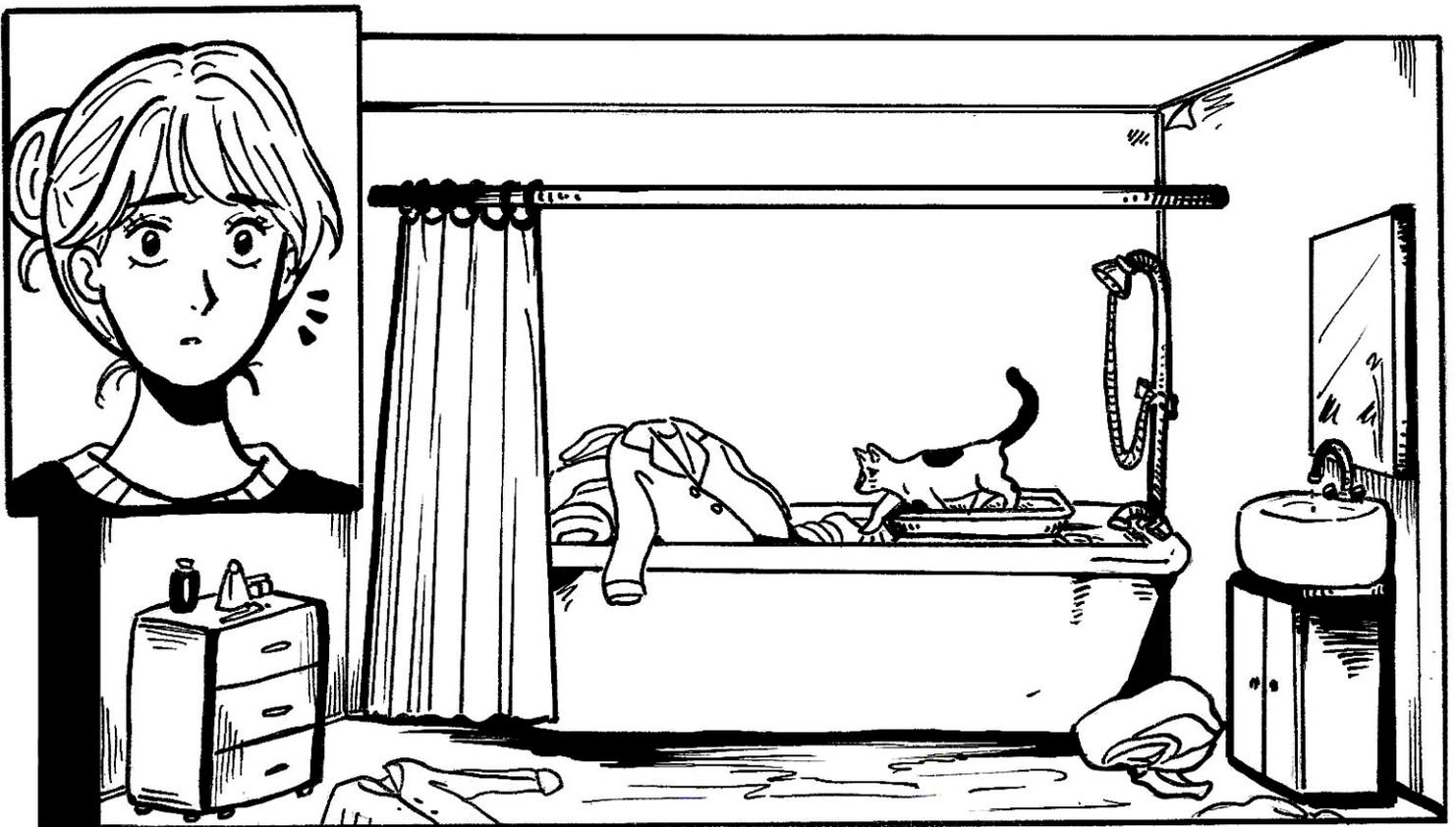


Chapitre 5

Hygiène personnelle / Hygiène bucco-dentaire

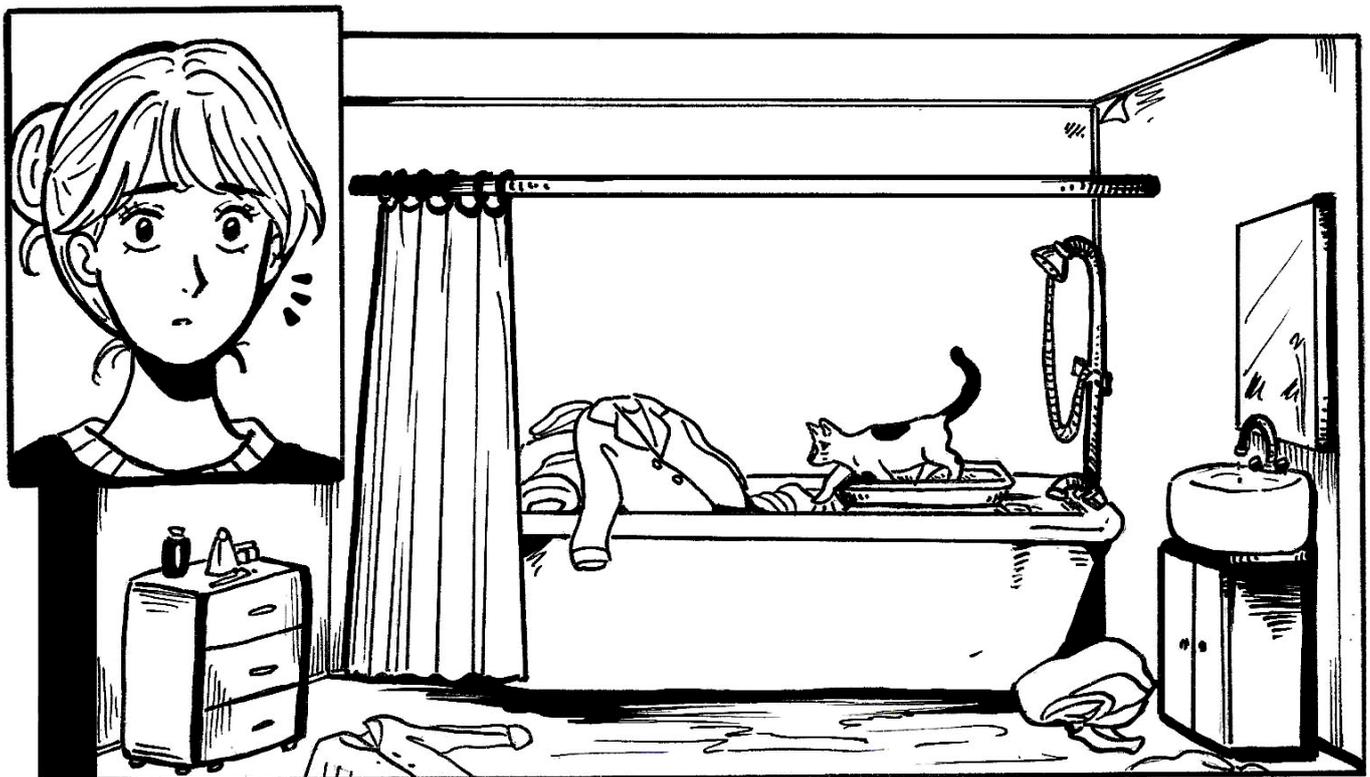
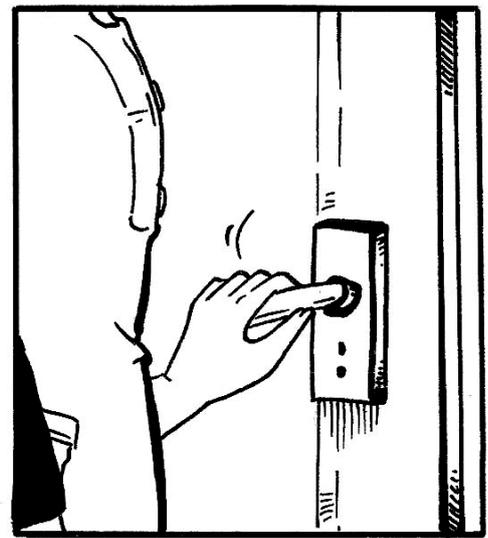




Julien
Trouble psychique
Suivi par le SAMSAH



H el ene
Auxiliaire de vie
Aide   domicile



Hygiène, hygiène personnelle, santé bucco-dentaire : de quoi parle-t-on ?

L'hygiène

D'un point de vue étymologique l'hygiène évoque le contexte très général de la santé : en grec *hugieion* signifie la santé.

L'hygiène renvoie d'abord à une acception globale de règles, d'attitudes ou de comportements qui permettent de maintenir la santé, et donc de prévenir des maladies ou, a minima, des déséquilibres de santé. **L'hygiène, c'est donc d'une certaine manière la santé dans la vie quotidienne**, la prévention infiltrée dans les multiples petits gestes familiers.

La promotion de l'hygiène reste imprégnée de l'approche « hygiéniste » de l'ère sanitaire : par l'information et la prescription de comportements sains en prévention des maladies. L'hygiène se confond avec la propreté physique et environnementale et sa promotion avec la lutte contre les maladies infectieuses.

« Dans une conception dynamique, positive et globale de la santé nous proposons de définir l'hygiène comme l'ensemble des principes et des pratiques qui préservent, favorisent et améliorent le bien-être physique, mental et social des individus en travaillant au développement de leurs capacités vitales et de leurs mécanismes adaptatifs. »

Larose L. Hygiène n'est pas propreté : pour une nouvelle définition de la promotion de l'hygiène en aide humanitaire d'urgence. Santé Publique. 2001 ; 13(1) : pp. 77-88.

L'hygiène personnelle

- **L'hygiène en générale** : les normes sociales, les relations à l'hygiène, à l'image de soi, la relation hygiène - santé
- **L'hygiène corporelle** : se laver le corps (méthode, fréquence, durée, matériel)
- **L'hygiène des cheveux** : cheveux propres VS cheveux sales, se laver les cheveux (fréquence, méthode, matériel, shampoing adéquat...)
- **L'hygiène buccodentaire** : connaître l'anatomie des dents, les facteurs responsables des pathologies et/ou caries, se brosser les dents (technique, fréquence, matériel...)
- **L'hygiène des mains** : se laver les mains (fréquence, méthode, matériel...)
- **L'hygiène des pieds** : se laver les pieds (fréquence, méthode, matériel...), prévenir les blessures et plaies (chaussures...)
- **L'hygiène des vêtements** : les vêtements (fonctions : protection, pudeur et mise en valeur), hygiène vestimentaire (technique, fréquence, produits)

Hygiène et image de soi

Depuis le XXème siècle, **l'un des objectifs majeurs de l'hygiène concerne son impact social** : le respect de soi et des autres passent en effet par la manière dont l'individu prend soin de lui et par l'image qu'il renvoie aux autres.

Cette image (chacun y accordant plus ou moins d'importance) passe donc dans un premier temps par l'hygiène personnelle, mais aussi par les habitudes vestimentaires et par la manière dont on s'occupe de son apparence : coiffure, bijoux, marques, tatouages, piercings,...

De nombreuses normes régissent la vie en société. Celles qui se rapportent à l'hygiène commencent habituellement à s'appliquer au sein de la famille, elles varient souvent d'un pays, d'une région ou d'une culture à l'autre et elles évoluent dans l'histoire.

Les règles qui régissent le rapport qu'entretient une personne avec son corps varient en fonction de nombreux critères : sa place dans la hiérarchie sociale, son statut de travail manuel ou intellectuel, l'image qu'elle désire renvoyer d'elle-même ou l'importance qu'elle accorde à celle-ci.

Si au sein d'un groupe les normes communément admises ne sont pas suivies, il arrive que cela produise des phénomènes de rejet ou culpabilité.

Santé bucco-dentaire

La santé bucco-dentaire s'intéresse aux dents, à leur position, aux gencives, aux muqueuses de la cavité buccale, aux os des mâchoires, aux articulations temporo-mandibulaires.

La santé bucco-dentaire est essentielle à la qualité de la vie. Les fonctions de l'oralité comprennent la mastication, la déglutition, la respiration et la phonation. Un mauvais état bucco-dentaire impacte les fonctions de l'oralité.

Une démarche de prévention en hygiène bucco-dentaire va limiter le recours aux soins, souvent complexes et coûteux, et réduit les risques de dégradation de l'état de santé globale.

En effet, les pathologies bucco-dentaires conduisent à la perte précoce des dents quand il n'y a pas de soins dentaires adaptés. L'absence de dents peut entraîner des problématiques digestives.

La mauvaise qualité de la prise en charge bucco-dentaire, ou le recours tardif aux soins vont, quant à eux, entraîner une atteinte plus ou moins grave de l'état bucco-dentaire. Des facteurs de risque associés, tels que la prise alimentaire sucrée, le tabagisme, le diabète par exemple, courants dans l'ensemble de la population, mais plus précisément auprès des personnes en situation de handicap, vont augmenter la gravité et la fréquence des pathologies bucco-dentaires .

La crainte des soins, mais aussi la méconnaissance des liens entre santé dentaire et état général, conduisent à négliger les problématiques bucco-dentaires et à ne consulter le dentiste qu'après apparition de douleurs.

Hygiène personnelle, santé bucco-dentaire et handicap

« En travaillant au quotidien avec des personnes en situation de handicap, on se rend très vite compte qu'elles-mêmes ont la plupart du temps une bien piètre image de ce qu'elles sont. Beaucoup se définissent avec des mots durs : « Parfois on me regarde comme si je venais d'une autre planète », « je peux comprendre ce que peuvent ressentir les animaux au zoo », « je dois vivre au quotidien avec ce corps que je ne reconnais plus et qui ne m'obéit plus » ... Elles se voient presque comme du troisième type : ni homme ni femme, mais handicapé. Notre apparence physique est notre « miroir social », c'est en effet la première chose sur laquelle nous sommes jugés lors d'une rencontre et revêt beaucoup d'importance au niveau de notre cercle social. Cela est d'autant plus vrai dans notre société où le paraître est mis en avant. »

Hubert Sabrina, Bucher Sabrina. Le corps dans tous ses états : dans un foyer de vie de l'APF. VST - Vie sociale et traitement 2007 ; 4 : 93-98

Hygiène et handicap

Les personnes en situation de handicap ont souvent une image de soi dégradée qui influe sur la manière de prendre soin de soi, notamment en terme d'hygiène globale.

Les obstacles à un accès aux soins des personnes en situation de handicap sont liés à des facteurs personnels tels qu'une mobilité réduite, des problèmes de communication (difficultés de compréhension et/ou d'expression), des troubles du comportement, mais également à des facteurs environnementaux (accessibilité des locaux, manque de temps et de formation des professionnels de santé⁷).

Mais les personnes en situation de handicap font également l'objet de représentations sociales négatives qui peuvent avoir un impact sur le comportement des professionnels :

- Un moins bon accès à l'information
- Un consentement moins souvent recherché concernant l'accès aux soins
- Leur ressenti, leur parole est moins souvent pris en compte
- L'état de santé général passe souvent après le handicap dans la question de la prise en compte, et notamment sur les thématiques liées à l'hygiène de vie globale de la personne et l'hygiène bucco-dentaire⁸.

À cela peut s'ajouter une plus grande précarité sociale et financière qui va induire des difficultés d'accès aux produits d'hygiène, à la prise en charge médicale, notamment en ce qui concerne les soins dentaires. **La question de l'estime de soi est également essentielle.** Une image de soi malmenée, un corps négligé, une difficulté à s'investir dans un « prendre soin de soi », amène la personne à un éloignement de la participation à la vie sociale.

C'est par la valorisation de cette image, par le renforcement de compétences psychosociales que les personnes pourront progressivement s'affirmer, valoriser leur identité par une attention à leur hygiène personnelle, bucco-dentaire, vestimentaire.

7. Déficience intellectuelle : synthèse et recommandations. Paris : INSERM, 2016, 162p. (Expertise Collective).

8. Belorgey Jean-Michel. L'accompagnement à la santé des personnes handicapées. Saint-Denis : ANESM, 2013, 130 p (Personnes handicapées Recommandations de bonnes pratiques professionnelles).

La santé bucco-dentaire

Un équilibre fragile entre l'hygiène bucco-dentaire et des facteurs extérieurs, comme l'alimentation riche en sucre qui favorise le métabolisme acide des bactéries, le tabagisme, le diabète, la prise de substances psychoactives. **Chez les patients souffrant de handicap psychique, il convient d'ajouter le rôle délétère des psychotropes dans le développement des troubles dentaires.**

Les personnes en situation de handicap souffrent tout particulièrement de pathologies infectieuses, carieuses et/ou parodontales.

Le handicap intellectuel



Les personnes en situation de handicap intellectuel souffrent tout particulièrement de pathologies infectieuses, carieuses et/ou parodontales.

Le déchaussement des dents concernerait 80 à 90 % des personnes avec un handicap mental⁸.

Les déficiences cognitives et la difficulté d'accès et de compréhension de l'information peuvent induire un manque de connaissances des règles d'hygiène de base.

Le déficit de réflexion et de mémorisation, des capacités de décision et d'organisation peuvent également induire des carences qui génèrent un écart parfois important entre les compétences des personnes et les contraintes de leur environnement.

Ces facteurs, s'ils sont complétés par une faible estime de soi, entraînent une difficulté à prendre soin de soi, de son hygiène corporelle, bucco-dentaire, vestimentaire.

Autant d'éléments qui peuvent être un frein à une intégration sociale et un accès à l'emploi par exemple.

Les personnes ont donc besoin d'être soutenues dans l'organisation de leur vie quotidienne et notamment dans ce qui a trait à l'hygiène, qu'elle soit corporelle, bucco-dentaire, vestimentaire, liée au logement,...

Le handicap psychique



L'apraxisme (l'incapacité à décider et à agir dûe à la maladie mentale) peut entraîner une difficulté à prendre soin de soi, de son apparence extérieure. Le manque d'estime de soi, la difficulté à se situer dans un continuum temporel, à s'organiser dans le temps, la perte du sens de certaines réalités quotidiennes, certains troubles obsessionnels compulsifs, des troubles de la mémorisation, peuvent favoriser un manque d'hygiène corporelle, bucco-dentaire, vestimentaire,...

De plus, la prise de médicaments peut favoriser certains effets secondaires qui augmentent le risque que les personnes soient moins attentives à elles : somnolence, inertie, grande fatigabilité.

8. Hennequin Martine, Tardieu Corinne, Bory Eric-Nicolas. La santé de la personne handicapée mentale : volume 1. Les dents prévention et soins. Paris : Unapei, 2011, 21 p. En ligne : https://www.unapei.org/wp-content/uploads/2018/11/Sante_Bucco_dentaire.pdf

Objectifs et principes d'intervention

Du fait de la particularité de la thématique qui renvoie à **la question de l'intimité et de l'estime de soi**, il est important de pouvoir créer **un climat de confiance et de sécurité dans le groupe**, afin de faciliter les échanges.

Un premier temps de partage de ces représentations sur l'hygiène est d'autant plus nécessaire que celle-ci peut générer des croyances, des préjugés, des différences liées à la culture,...

Les échanges doivent se faire dans le respect des croyances et attitudes de chacun, tout en tenant compte des contraintes particulières du contexte individuel.

La question de l'hygiène peut être abordée de différentes manières s'appuyant sur des valeurs liées au respect de soi, des autres, à l'estime de soi, aux normes sociales, mais également aux questions de santé et de sécurité (prévention des infections microbiennes par exemple). Elle peut concerner le corps, l'aspect physique, les vêtements, mais aussi les produits d'hygiène, la fréquence, le lieu, les différentes techniques de lavage, l'hygiène bucco-dentaire, l'hygiène du logement,...

Particularité de l'hygiène bucco-dentaire

Travailler sur l'hygiène bucco-dentaire, peut être abordé sous différents axes :

- **La question de l'estime de soi**, en lien avec la prise en compte de manière plus globale de l'hygiène, mais également la prévention des troubles liés à la mastication, la déglutition, la douleur aiguë et chronique, les troubles et déséquilibre alimentaire, les complications des pathologies. Le maintien d'une relation sociale est aussi central du fait du regard porté par la société, l'employeur,...
- **Le brossage est la seule manière d'assurer une hygiène bucco-dentaire satisfaisante**, l'apprentissage ou le renforcement des connaissances des techniques de brossage sont donc essentiels.
- **Une vigilance doit être portée également à l'hygiène bucco-dentaire quotidienne en cas de pathologie associée (cardiopathie, diabète,...)**
- **La peur du dentiste est un thème fondamental**, loin d'être anecdotique, qu'il convient de mesurer avec la personne afin de proposer un accompagnement adapté, en se mettant en lien en amont avec un professionnel sensibilisé au handicap, afin d'éviter des malentendus et incompréhensions de prise en charge.
- **Il est également important de prendre en compte et d'organiser la mobilité des personnes** (transports en commun,...), la prise de rendez-vous et l'accompagnement quand cela est nécessaire, pour un suivi dentaire régulier.

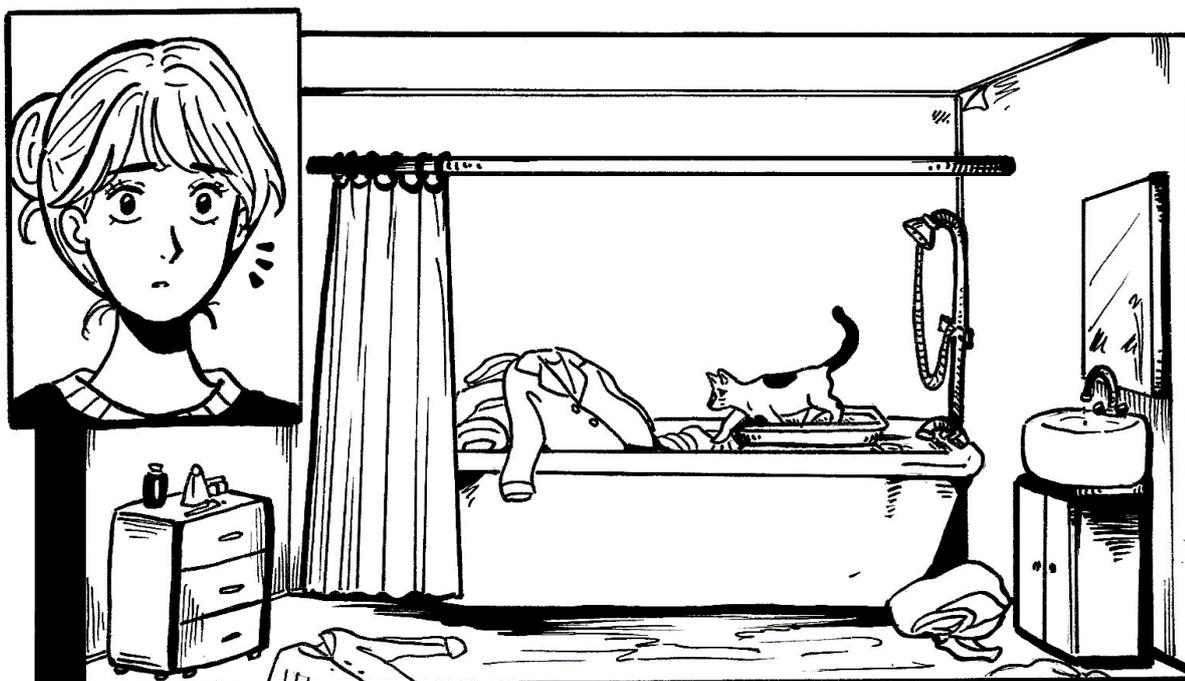
Les comportements-problèmes relatifs à la santé buccodentaire chez les personnes présentant un handicap intellectuel ou un handicap psychique ont de multiples origines et manifestations

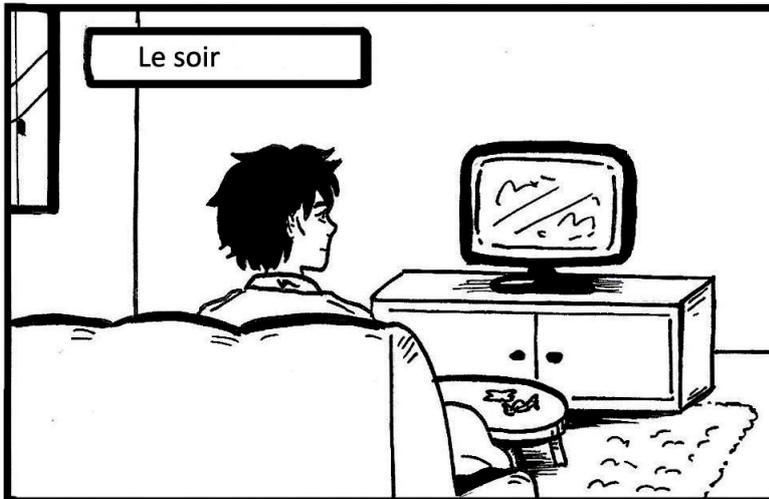


Julien
Trouble psychique
Suivi par le SAMSAH



Hélène
Auxiliaire de vie
Aide à domicile





Les ateliers

Des temps d'échanges préalables, présentés dans le premier chapitre, avec la personne et son entourage auront permis d'évaluer ensemble sa situation, ses besoins, ses ressources internes et externes afin de lui proposer un parcours personnalisé pour soutenir ses capacités à agir en faveur de sa santé.

Les thèmes des ateliers et des séances ne sont pas exhaustifs. Ils sont adaptables en fonction des personnes, des groupes, des problématiques collectives et individuelles et du contexte particulier des différents milieux de vie. Les thèmes abordés doivent tenir compte des connaissances des personnes et s'appuyer sur celles-ci pour proposer une progression.

Une personne peut suivre l'ensemble des ateliers ou seulement ceux pertinents au regard de sa situation, ses attentes et ses besoins. Il est nécessaire de constituer des groupes suffisamment homogènes afin que chacun puisse évoluer au même rythme et trouver un intérêt adapté à sa propre situation.



Le binôme d'animateurs (professionnel du médico-social et professionnel de la prévention, promotion de la santé) veillera à **des contenus appropriés au niveau de compréhension et aux préoccupations des personnes.** Les contenus doivent pouvoir évoluer en fonction du degré et de la rapidité d'acquisition de chacun des membres du groupe.

Les séances accueillent 5 à 8 personnes maximum et durent de 45 minutes à 1h30. Leur nombre varie en fonction de leur durée, de la progression de chacun et de la dynamique du groupe.

Chaque séance démarre par un temps d'accueil et se termine par un temps de débriefing.

- Connaissance du groupe
- Mobilisation de **méthodes pédagogiques participatives, expérientielles et valorisantes**
- **Format des séances adapté aux facteurs de vulnérabilité liés au handicap** comme des difficultés plus ou moins importantes de réflexion, de communication, de conceptualisation, de décision, de mémorisation, d'organisation dans le temps, d'entrer en relation avec l'autre, ...
- **Renouvellement des séances** si besoin pour :
 - Stabiliser les apprentissages dans la durée
 - Limiter les défaillances de mémorisation
 - Mettre à jour les connaissances et compétences
- **Suivi par les professionnels des services de l'accompagnement à domicile** structuré en amont de la mise en œuvre des séances collectives