GUIDE PRATIQUE
SSES SERVICE SANITAIRE DES ÉTUDIANT.E.S EN SANTÉ

Hygiène

Pour agir

Promotion Santé Normandie

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Normandie

POUR AGIR

LES PRINCIPES POUR UN ACCOMPAGNEMENT vers des comportements favorables en matière d'hygiène corporelle :

Avant d'intervenir, il peut être intéressant de chercher à repérer chez la personne les facteurs suivants :

FACTEURS TECHNICO-ÉCONOMIQUES

Tout public

- Ses possibilités d'accès aux produits, aux soins (budget...)
- Son matériel (machine à laver, séchoir...)
- Ses possibilités d'accès aux produits, aux soins (budget...)
- Son logement (pièce humide...)
- Ses vêtements (coton, synthétique...)

Spécificité enfants

- Ces facteurs dépendent surtout des parents !

Spécificité public précaire

- Ses priorités quotidiennes (enfants à charge, situation judiciaire...)

FACTEURS PSYCHO-INDIVIDUELS

Tout public

- Sa satisfaction à se laver, à se sentir propre
- Son vécu de la toilette (plaisir, contrainte...)
- Ses habitudes acquises en termes d'hygiène
- Des difficultés lors de la toilette liées à des traumatismes ou violences

Spécificités adolescents

- Son identification à des pairs (copains, idoles...)
- Son envie ou non de plaire, de séduire

Spécificités public précaire

- Sa représentation de l'hygiène liée à son vécu (la saleté bouclier...)
- Son rapport au corps, son estime de soi
- Ses repères dans la vie quotidienne, de façon générale

FACTEURS SOCIO-CULTURELS

Tout public

- Son éducation en matière d'hygiène (famille, école...)
- Son modèle parental en termes d'hygiène
- Les normes d'hygiène de son groupe social, de la société qui l'entoure

Spécificités adolescents

- L'influence de la mode, le marketing (chaussures, maquillage, coiffure...)

Spécificités public précaire

- Ses liens sociaux (isolement, emploi...)
- L'influence de la publicité autour des produits d'hygiène et de la télévision

FACTEURS BIO-PHYSIOLOGIQUE

Tout public

- Ses activités (sport...)
- Des maladies spécifiques (énurésie, eczéma, maux d'estomac, caries...)
- Ses consommations (épices, alcool, tabac...)
- Sa morphologie (handicap, surpoids...)
- Le stress (mains moites...)

Spécificité adolescents

- Ses modifications corporelles liées à la puberté (acné, règles, transpiration...)

POUR AGIR

Pour aborder les questions d'hygiène corporelle, il faut distinguer les différents publics sur lequel l'action est dirigée : enfant, adolescent, adulte en situation de précarité, personne en situation de handicap...
L'intervention sera adaptée à la fois au public, au lieu d'accueil et à la nature de l'action : individuelle, collective.

Les enfants sont dans une période d'éducation et d'intégration de nouveaux gestes pour leur santé. Les programmes publiés en 1995 par le Ministère de l'Éducation Nationale, à l'école maternelle, indiquent que les élèves doivent apprendre les règles élémentaires d'hygiène. Dans la poursuite, la circulaire de novembre 1998 relative aux orientations pour l'éducation à la santé à l'école et au collège souligne le rôle majeur de l'école en matière de respect du corps et d'apprentissage des règles d'hygiène.
Les adolescents, ce public est plus sensible de par la période de changement qu'il vit. L'hygiène peut démontrer des difficultés auxquelles fait face l'adolescent : mal être psychique, physique, problématique relationnelle, familiale, financière...
Les adultes en situation de précarité peuvent concentrer toutes les difficultés (comportementales, sociales, économiques...) et un problème d'éthique face à cet accompagnement si particulier : prescrire des comportements associés à des pratiques personnelles et intimes sur un sujet tabou lié à des normes sociales.
Les personnes (enfant, adulte) en situation de handicap vivant en institution combinent elles aussi des difficultés comportementales, sociales, relationnelles. La question se pose alors de l'autonomisation et de l'accompagnement en vigueur dans les établissements d'accueil et de vie.

QUELS SONT LES OBJECTIFS DE L'ACCOMPAGNEMENT VERS DES COMPORTEMENTS FAVORABLES EN MATIÈRE D'HYGIÈNE CORPORELLE ?

ZOOM SUR L'HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

Les données de la littérature scientifique concluent qu'un brossage précoce et régulier, dès l'apparition des premières dents, est un facteur de bonne santé bucco-dentaire. Au-delà de l'aspect préventif lié à la carie, il semble important de souligner, au regard des déterminants de santé, la dimension de bien-être pour l'enfant : **sentir ses dents lisses et propres, sa bouche fraîche après le repas sont des sensations à développer, afin de lui donner le goût de les retrouver ensuite.**

Ainsi une première approche peut consister à Inscrire le geste du brossage des dents très tôt dans le quotidien de l'enfant gardé en collectivité (crèche, garderie, assistante maternelle), puis ensuite à l'école, afin de créer une habitude d'hygiène dentaire.
Cette stratégie sera complétée par une approche positive de promotion de la santé qui s'appuierait sur le développement des compétences des personnes, les habitudes de vie favorables à la santé, l'identification des facteurs (conditions de vie, cultures, communication, facteurs biologiques, ...) ayant un impact sur la santé et qui intégrerait une dimension en lien avec l'alimentation (notamment la consommation de sucre).

POUR AGIR

ZOOM SUR LE LAVAGE DES MAINS

La plupart des interventions validées sont multimodales en développant des actions en coopération avec la famille, le personnel éducatif et le personnel soignant (médecins, infirmière scolaire), Voici deux niveaux d'intervention a minima :

- Une première approche serait de travailler sur la prévention des maladies infectieuses. Elle consisterait à mettre en place dans les écoles, en période d'épidémies, des mesures incitatives au lavage des mains sur toute la période d'alerte : incitation orale systématique par les adultes, affichage, rappel dans les classes par les enseignants, rôle de veille de l'infirmière.

Tout cela en incluant des modifications environnementales, telles que la mise à disposition de produits sanitaires (savon, désinfectant hydro-alcoolique, solution sans alcool) et/ou la mise en place de posters dans des endroits stratégiques.

Bien que pouvant être considérée comme une action a minima, elle nécessite une réflexion concertée dans l'établissement, autour de la stratégie à mettre en place, de l'organisation du temps scolaire, de la place de chacun au sein de l'établissement dans la promotion du lavage des mains.

Cette approche sera complétée par une approche positive de promotion de la santé qui s'appuierait sur le développement des compétences des personnes, les habitudes de vie favorables à la santé, l'identification des facteurs (conditions de vie, cultures, communication, facteurs biologiques, ...) ayant un impact sur la santé. Il s'agirait, au travers de projets globaux sur le vivre ensemble, le respect ou le principe de solidarité par exemple, de favoriser l'étayage psychosocial des personnes afin que le lavage des mains ne soit pas vécu comme une contrainte associée à un risque infectieux, mais plus comme un geste de protection de la collectivité et de respect des autres et de soi-même.

Dans tous les cas, quelle que soit la stratégie retenue, elle ne peut être pertinente que s'il y a un travail d'ajustement du bâti et des sanitaires par la sensibilisation et la formation des architectes, par le renforcement de la concertation des équipes, par la diffusion des référentiels existants et/ou d'un cahier des charges type prenant en compte les normes de sécurité habituelles et également l'ergonomie des lieux.

POUR AGIR

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES : UNE APPROCHE PRIVILÉGIÉE POUR APPRÉHENDER LES COMPORTEMENTS FAVORABLES EN MATIÈRE D'HYGIÈNE CORPORELLE

Les compétences psychosociales (CPS) sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif, à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. (Organisation Mondiale de la Santé, 1993)

Aborder les questions d'hygiène, implique de partir des préoccupations des individus, de leurs environnements et les aider à se construire leur propre opinion, à découvrir ce qui influence leurs comportements, plutôt que de leur présenter un modèle idéal de comportement. C'est une façon de ne pas imposer aux individus des normes identiques en matière d'hygiène, alors même que ces normes sont variables d'une famille à l'autre, d'une époque ou encore d'une culture à l'autre.

Voici présentés ci-après les bénéfices recherchés par un travail sur les compétences psychosociales au niveau de l'hygiène :

› COMPÉTENCES COGNITIVES	› CPS	› EXEMPLES DE PROMOTION DE L'HYGIÈNE CORPORELLE PAR LES CPS
	› Avoir conscience de soi	• Connaître son corps • Avoir une image positive de soi / sentir un regard positif de l'autre sur soi • Savoir prendre soin de soi et des autres • Comprendre les effets de la puberté, du stress ou de la maladie sur l'hygiène corporelle
	› Capacité de maîtrise de soi	• Reconnaître et évaluer les facteurs qui influencent nos attitudes, nos comportements en matière d'hygiène
	› Prendre des décisions constructives	• Comprendre et prendre en compte les comportements d'hygiène au prisme des normes, des enjeux d'esthétique et d'intégration au sein de la société

POUR AGIR

› COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES	› CPS	› EXEMPLES DE PROMOTION DE L'HYGIÈNE CORPORELLE PAR LES CPS
	› Avoir conscience de ses émotions et de son stress	• Avoir conscience de l'impact de l'hygiène corporelle sur ses émotions (plaisir, joie VS honte, colère) et inversement
	› Réguler ses émotions	• Exprimer ses émotions liées aux situations d'hygiène corporelle et à ses conséquences
	› Gérer son stress	• Avoir conscience de l'impact de l'hygiène corporelle sur son stress (intégration VS exclusion, repli sur soi)

› COMPÉTENCES SOCIALES	› CPS	› EXEMPLES DE PROMOTION DE L'HYGIÈNE CORPORELLE PAR LES CPS
	› Communiquer de façon constructive	• Développer un sentiment d'appartenance, d'intégration • Considérer les gestes d'hygiène comme des gestes de protection et de respect des autres
	› Développer des relations constructives	
	› Résoudre des problèmes	• Identifier et lever les freins en matière d'accès aux matériels et équipements favorables à l'hygiène • Demander de l'aide, identifier et solliciter les personnes ressources

POUR AGIR

L'ACCOMPAGNEMENT VERS DES COMPORTEMENTS FAVORABLES EN MATIÈRE D'HYGIÈNE CORPORELLE, QUI PEUT AGIR ?

Pour les intervenants, aborder les questions d'hygiène corporelle suppose de s'interroger en amont sur ses intentions éducatives et sur les finalités poursuivies. Au nom de quoi incitons-nous les individus à appliquer des règles d'hygiène ? De la santé publique pour éviter la transmission des maladies contagieuses ; de la lutte contre les exclusions pour mieux vivre ensemble ; du bien-être et de l'estime de soi pour le plaisir de se sentir bien…

De même, il est nécessaire, pour les intervenants de réfléchir à leurs propres représentations. Qu'est-ce qu'une « bonne » hygiène ? Nos seuils de tolérance vis à-vis de l'hygiène d'autrui sont variables. Par représentation, nous entendons la « vision fonctionnelle du monde qui permet à un individu de donner du sens à ses comportements et de comprendre la réalité à travers son propre système de référence. Elle est un guide pour l'action, elle oriente les actions et les relations sociales. » Dans cette définition, on voit à quel point les représentations sont importantes dans les orientations, les prises de décisions que chacun fait et ce, en fonction de sa vision du monde. Et si l'on veut par une action éducative faire bouger, changer les comportements, et bien il faut partir de l'existant, aller le chercher. Face à la complexité des déterminants en jeu, les intervenants peuvent être pris entre la nécessité sanitaire, la réalité du terrain, de l'environnement de la personne, le libre-arbitre de chacun, ses propres représentations, la légitimité à intervenir. C'est pourquoi, la professionnalisation des interventions, du discours est nécessaire pour aborder des questions aussi sensibles et délicates.

SOURCES :

- **Abric, J.C, D'IVERNOIS, J.F, GAGNAYRE, R.-Apprendre à éduquer le patient. Paris : Maloine, 2008 (3e éd).**
- **Promouvoir la santé bucco-dentaire. Dossier Tessier S, Cohen F, Azogui-Levy S La Santé de l'homme. 2012 ; 417 : pp. 4-45.**
- **Interventions validées ou prometteuses en prévention des maladies infectieuses chez les jeunes par l'hygiène des mains en milieu scolaire : synthèse de la littérature Malherbe H, Nugier A, Clément J, Lamboy B Santé publique. 2013 ; 1 (supplément) : pp. 57-63 En ligne : https://www.cairn.info/revue-sante-publique-2013-HS1-page-57.html**
- **Promouvoir le lavage des mains en milieu scolaire : identification des freins et leviers sur 4 écoles élémentaires et 4 collèges de Gironde Hannecart S, Dubreuil F Bordeaux : Ireps Aquitaine, ARS Aquitaine ; 2013. 60 p.**