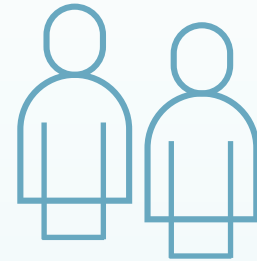


Pour le personnel en CHSLD

Feuillelet d'information



La situation actuelle peut causer de la détresse chez les personnes âgées hébergées et chez leurs proches aidants qui ne peuvent plus venir les visiter. Cette fiche vous donne des informations sur les symptômes possibles de détresse et les stratégies d'intervention à favoriser.

Réactions psychologiques possibles chez la personne hébergée

- Ennui, sentiment de solitude
- Sentiment d'insécurité ou de méfiance associé à la situation de pandémie et à l'isolement
- Stress et anxiété (préoccupations/inquiétudes excessives), agitation
- Difficultés de sommeil (récentes ou amplifiées)
- Changement dans les habitudes de sommeil : dort davantage le jour, s'éveille en soirée ou la nuit, etc.
- Changement marqué de l'humeur : irritabilité, tristesse, pleure, etc.
- Apathie, repli sur soi
- Apparition ou augmentation des symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD) : agressivité verbale ou physique, errance, résistance aux soins, etc.



Stratégies d'intervention auprès des personnes hébergées

- Demeurez attentif aux changements psychologiques et de comportements de votre clientèle.
- Apportez une écoute attentive et adoptez une attitude empathique.
- Validez leurs émotions (ex.: « Je comprends que ça vous inquiète ») et ne tentez pas de les minimiser (ex.: « Vous vous en faites pour rien! »).
- Face à leurs questionnements, apportez de l'information juste et fiable : ne pas dramatiser et s'en tenir aux faits. Donnez des explications adaptées selon leur capacité de compréhension (utiliser des mots simples et des phrases courtes). Répétez l'information autant que nécessaire.
- Évitez de parler de la pandémie lorsque vous êtes en présence d'un résident, et ce, afin d'éviter de créer de l'anxiété.
- Limitez le temps passé devant la télévision et portez une attention au contenu : évitez de laisser tourner les chaînes d'information en boucle (augmente l'anxiété, le sentiment d'insécurité).





- Maintenez les routines de soins stables.
- Favorisez un environnement apaisant : portez une attention à l'environnement sonore et à l'éclairage pour bien l'adapter au moment de la journée.
- Suscitez le sentiment d'accomplissement des résidents en les encourageant et en les complimentant.
- Offrez des activités adaptées aux résidents et encouragez-les à y participer.

Idées d'activités à offrir aux personnes hébergées

- Activités productives
Faire participer les résidents aux tâches quotidiennes : plier les vêtements, passer le balai, etc.
- Activités de loisirs
 - Cartes, bingo, dessin, télévision (concert, films), livres, etc.
- Activités sociales
 - Parler de souvenirs, discussion sur un thème, toucher empathique, écoute active, humour (taquiner, blaguer)
- Activités sensorielles
 - Auditives (musiques préférées de la personne), olfactive (aromathérapie, parfum), visuelle (photo, films, etc.), tactile (massage, manucure, tablier sensoriel, etc.), vestibulaire/proprioceptif (danser, yoga sur chaise, etc.)



Il est important d'adapter les activités en fonction des capacités (physiques, et mentales) et des intérêts de la personne.

Réactions psychologiques possibles chez les proches aidants

- Incompréhension
- Colère
- Irritabilité
- Besoin d'être rassuré sur l'état de leur proche
- Besoin de parler plus souvent au personnel de soins

Stratégies à privilégier auprès des proches aidants

- Écoutez les personnes avec intérêt et calme. Répondez à leurs questions et au besoin, dirigez-les vers les personnes qui pourront répondre à leurs interrogations (selon un horaire préétabli, au besoin).
- Rassurez-les en leur donnant des informations claires sur l'état de santé de leur proche.
- Rassurez-les sur les soins et les services offerts à leur proche et dans le milieu d'hébergement, (ex.: les informer sur les professionnels de la santé sur place, sur la poursuite des activités de loisirs, etc.).
- Si possible, permettez-leur des moments pour entrer en contact, par téléphone, avec leur proche. Si la technologie le permet, permettre de les rejoindre par *FaceTime* ou autre.
- Face à une inquiétude excessive ou à une détresse importante, référez-les, au besoin, à votre supérieur (ASI, chef d'unité) qui évaluera les ressources d'aide à l'interne ou à l'externe disponibles.

Rédigée par Laurence Villeneuve et Lucile Agarrat, psychologues
En collaboration avec Audrey Allard, psychoéducatrice et Chloé Aquin, ergothérapeute
Institut Universitaire de Gériatrie de Montréal