

# **Personnes âgées**

## **et**

# **BESOIN DE SE VÊTIR et de se DÉVÊTIR**

### **I- Savoir résumer ce besoin**

### **II- Savoir reconnaître le processus de vieillissement physiologique et ses conséquences**

A - Le vieillissement physiologique

- Processus du vieillissement physiologique
- Effets du vieillissement physiologique

B - Facteurs qui influencent la satisfaction de ce besoin

C - Interaction avec les autres besoins

### **III- Savoir-être face à la dépendance pour ce besoin afin de tendre vers l'autonomie**

A - Savoir-prévenir la survenue d'une dépendance : savoir observer, savoir organiser (Prévention niveau primaire)

B - Savoir-ajuster l'aide en fonction des troubles : savoir percevoir, savoir faire (Prévention niveau secondaire)

C - Savoir diminuer les conséquences de l'état de dépendance: savoir intégrer, savoir communiquer (Prévention niveau tertiaire)

## **I - Savoir résumer ce besoin**

L'habillement joue un rôle majeur dans l'état de bien-être psychologique de tout individu. Être bien mis et bien habillé, apporte assurance et confiance en soi. Toutefois le processus de sénescence et les problèmes particuliers et les maladies qui y sont reliés ainsi que la valeur que les personnes âgées accordent aux vêtements, affectent à des degrés divers le besoin de se vêtir et se dévêtir.

Toute personne raisonnable évalue l'environnement et s'habille en conséquence. Les vêtements ont toujours été utilisés pour s'adapter aux besoins environnementaux et sociaux. En effet, tout au long de l'histoire de l'humanité les différentes classes de la société ont illustré la nécessité de se conformer aux aspects psychologiques et physiques de l'environnement.

La façon de se vêtir constitue une forme de communication non verbale et est le moyen le plus tangible pour un individu d'exprimer ses valeurs personnelles. Les vêtements reflètent non seulement une partie de sa philosophie mais révèlent également ses habitudes de vie. Chaque être humain est unique et a une vision de lui qui lui est propre et à laquelle il s'efforce de correspondre. L'image corporelle détermine donc d'une certaine façon le choix des vêtements.

Les raisons invoquées par une personne pour justifier son choix de vêtements sont habituellement les suivantes : améliorer son apparence physique ; respecter sa personnalité ; impressionner ; se faire accepter ; afficher son statut ; retirer une satisfaction personnelle.

## **II - Savoir reconnaître le processus de vieillissement physiologique et ses conséquences**

### **A- Le vieillissement physiologique**

- **Processus du vieillissement physiologique**

Se vêtir et se dévêtir exige beaucoup de coordination, de dextérité, d'équilibre, une bonne amplitude de mouvement et de la force musculaire. Comme ces fonctions sont affectées par le vieillissement du système musculo-squelettique, les personnes âgées ont souvent de la difficulté à s'habiller ou se déshabiller.

- **Effets du vieillissement physiologique**

Les modifications concernent la diminution de la stature causée par les changements au niveau de la colonne vertébrale, l'augmentation de la graisse au niveau des hanches, de l'abdomen, des cuisses et du tour de taille, la voussure des épaules, la ptose des seins et l'apparition d'un bourrelet de graisse postérieure à la base du cou.

### **B - Facteurs qui influencent la satisfaction de ce besoin**

Tous les besoins fondamentaux, comportent une dimension biophysique, psychologique, sociologique, culturelle et/ou spirituelle et sont influencés par un certain nombre de facteurs.

#### **1. Dimension biophysique**

- Détériorations neurologiques et musculaires (arthrose, maladie de Parkinson, manque de coordination, spasticité, paralysie partielle ou totale)
- Désordres musculo-squelettiques (atrophie, contraction)
- Déficits cognitifs et sensoriels
- Dépression

#### **2. Dimension psychologique**

##### **a. L'importance accordée à l'habillement et à la tenue vestimentaire**

L'individualité d'une personne se reflète dans son habillement. L'importance accordée à l'habillement et à la tenue vestimentaire est liée à l'estime de soi et à l'image corporelle.

L'estime de soi est basée sur plusieurs valeurs dont l'apparence physique et la force. A mesure qu'il avance en âge, l'être humain substitue à ces valeurs d'autres valeurs comme ses relations familiales et son travail.

L'habillement constitue une valeur importante pour les personnes âgées car elles ont perdu leurs sources habituelles de support au niveau de leur moi (vigueur physique et statut social).

### **b. La gêne et la pudeur**

Le respect de la pudeur du client compte tenu de son âge, de son sexe et de son appartenance à tel groupe socioculturel exige l'utilisation de draps, de serviettes et d'autres linges, autrement son besoin fondamental n'est pas satisfait.

Certaines personnes âgées et plus particulièrement les hommes refuseront par exemple de se rendre à la salle à manger en robe de chambre. Les vêtements de nuit portés en dehors des heures normales sont souvent associés à la maladie, à la faiblesse, etc.

### **c. Les préférences vestimentaires**

Les personnes âgées ont parfois des idées particulières en matière d'habillement : un tel peut vouloir porter, à tout prix, autant à l'intérieur qu'à l'extérieur son vieux chapeau tout décoloré et telle autre peut vouloir mettre à tous les jours tous les bijoux et les accessoires de fantaisie qu'elle possède.

Les vêtements peuvent aussi être sélectionnés en vue de camoufler une infirmité ou d'accentuer certains traits physique.

Ils peuvent également être choisis à cause de leur aspect fonctionnel ou encore parce qu'ils conviennent à certaines activités.

Essayer d'imposer aux personnes âgées des vêtements qui ne leur plaisent pas constitue une sérieuse entrave à leur liberté et peut les rendre dépressives ou les contrarier vivement. Il faut donc, dans la mesure du possible, les laisser choisir leurs vêtements même si elles sont en perte d'autonomie.

### **d. Le non-conformisme**

Ne pas suivre la mode est peut-être l'un des rares privilèges de l'âge.

## **3 - Dimension sociologique**

### **a. Les normes sociales de la mode**

La publicité qui exploite l'image de la jeunesse et de la beauté que ce soit à la télévision ou dans les revues de mode, influence la confection des vêtements. La plupart des vêtements sont fabriqués selon des critères précis pour des silhouettes parfaites. Bon nombre de personnes âgées qui ne correspondent pas à ces supposés critères de beauté ont de la difficulté à trouver des vêtements qui conviennent à leur silhouette modifiée par l'âge ou à trouver des souliers qui conviennent à leurs pieds déformés par l'arthrose ou l'oedème. Ces vêtements et ces accessoires ne sont souvent disponibles que dans des boutiques spécialisées et à des coûts très élevés.

### **b. La période de la journée**

On ne porte pas généralement les mêmes vêtements le jour que la nuit. Ce cycle normal est rompu lorsque l'on fait porter à une personne un vêtement de nuit vingt-quatre heures sur vingt-quatre.

### **c. Le climat**

Le climat a évidemment une grande influence sur le choix des vêtements.

Pour lutter contre la chaleur et l'humidité on choisit habituellement des vêtements blancs, légers et amples pour faciliter l'évaporation de la chaleur tandis que par temps froids on porte plutôt des vêtements chauds de couleur foncée afin de maintenir la chaleur corporelle dans les limites normales.

Or, les personnes âgées à cause des changements qui surviennent au niveau de leur thermorégulation sont souvent en dehors des normes habituelles. On peut tout aussi bien les voir porter de gros lainages ou encore des vêtements de nuit en flanelle même en été.

### **d. Le niveau socio-économique**

Les normes sociales non-dites, imposent aux individus à se vêtir selon certains critères ou à porter des accessoires. Toutefois la condition financière limite les individus dans le choix et le port des vêtements.

### **e. Les sortes de tissus**

Les personnes âgées ont une peau délicate qui s'irrite facilement au contact de vêtements à texture rugueuse. Le nylon, le caoutchouc, la laine et la soie leur causent parfois des problèmes dermatologiques de même que la teinture et les autres produits ajoutés aux tissus (antistatiques, antitaches, etc.) peuvent provoquer des réactions eczémateuses.

Le coton, la flanelle, le jersey de coton, le nylon brossé, le velours acrylique sont d'es tissus doux, chauds et confortables.

Les tissus plus rigides, non extensibles comme la toile de Gênes (jean) restreignent les mouvements et ne devraient pas être portés par les personnes âgées. De même que les vêtements de tweed et de mohair ne devraient pas être portés par les personnes qui ont des problèmes respiratoires.

Les tissus soyeux qui servent entre autres à la confection de la lingerie fine (robes de chambre, vêtements de nuit, etc.) peuvent causer des accidents parce qu'ils sont glissants. Les personnes dont la mobilité est altérée et qui sont confinées dans leur fauteuil roulant ou au lit devraient éviter de porter ce genre de tissu.

## **4. Dimension culturelle et/ou spirituelle**

La culture et la religion limitent le choix et le port de vêtements. Certains peuples qui désirent conserver leurs traditions ont depuis toujours adopté des vêtements différents afin de se distinguer des autres.

## C - Interaction entre ce besoin et les autres besoins fondamentaux

### **Respirer**

Respiration gênée par le port de vêtements trop serrés

### **Boire et manger**

Peur de ne plus être capable de mettre sa robe des «Fêtes» ou son habit du dimanche si elle mange.

### **Éliminer**

Incontinence urinaire reliée à la difficulté de manipuler plusieurs vêtements (pantalons, jupon, robe, sous-vêtements) au moment de la miction

### **Se mouvoir et maintenir une bonne posture**

Altération de la mobilité reliée au port de vêtements non extensibles

### **Dormir et se reposer**

Altération du sommeil dû au port de vêtements de nuit inconfortables ou pas assez chauds

### **Maintenir la température du corps dans les limites normales**

Hypothermie due au port de vêtements trop légers par temps froid

### **Être propre, soigné et protéger ses téguments**

Eczéma dû au port de vêtements contenant des substances allergènes (teinture, etc.)

### **Éviter les dangers**

Accident dû des vêtements trop longs (robe de nuit, pantalon)

### **Communiquer**

Altération du raisonnement dû au port d'un vêtement de nuit vingt-quatre heures sur vingt-quatre

### **Agir selon ses croyances et ses valeurs**

Détresse spirituelle due aux attitudes défavorables de l'entourage : non-respect des goûts vestimentaires de la personne âgée au cours des offices religieux (port de chapeau, voilette, etc.)

### **S'occuper en vue de se réaliser**

Impuissance reliée à l'incapacité de choisir des vêtements

### **Se récréer**

Déficit des activités de loisirs dû au manque de vêtements convenables

### **Apprendre**

Non-observance des exigences vestimentaires appropriées à son état .

## III - Savoir-être face à la dépendance pour ce besoin afin de tendre vers l'autonomie

### A - Savoir-prévenir la survenue d'une dépendance : savoir observer, savoir organiser

(Prévention niveau primaire : prévention de la maladie, promotion et maintien de la santé)

Les interventions préventives peuvent se faire autant à domicile qu'en institution.

Lorsque les personnes âgées demeurent chez elles, les renseigner sur les problèmes causés par certains tissus (laine, caoutchouc, etc.), sur les changements qui se produisent au niveau de la régulation de la température du corps, des muscles et du squelette ainsi que sur le choix de vêtements à porter en fonction des conditions climatiques et/ou du type d'activité.

Lorsque les personnes âgées résident en institution (hôpitaux, maisons de retraite, etc.), essayer de respecter leurs goûts en matière d'habillement faire en sorte qu'elles puissent porter les mêmes vêtements qu'elles avaient l'habitude de porter chez elles.

### B - Savoir-ajuster l'aide en fonction des troubles : savoir percevoir, savoir faire

(Prévention niveau secondaire : ralentir la progression de la maladie)

#### • Pour la personne atteinte de déficits visuels

- Permettre à la personnes atteinte de déficits visuels de choisir l'endroit le plus pratique pour ranger leurs vêtements.
- Lui laisser le temps de s'habituer à son environnement.

• **Pour les personnes atteintes de déficits cognitifs :**

— Observer le comportement (l'utilisation des **grilles d'Ylieff** facilite la logique de l'observation)

La personne oublie l'ordre dans lequel se mettent les vêtements et fait des erreurs, tout en croyant avoir réalisé l'action correctement.

Souvent source de conflits, l'habillement doit être précédé d'une préparation. La perte de la capacité de se vêtir ou de se dévêtir sape leur estime de soi et détruit leur image corporelle.

— Placer les vêtements bien en vue dans l'ordre où ils doivent être placés en mettant hors de la vue les vêtements de nuit.

— Prendre son temps donc s'asseoir : il faut faire avec la personne même si ça va plus vite de faire à sa place.

— Être attentive aux signes de fatigue.

— Demander à la personne de participer au rangement du linge.

Utiliser pour le linge de corps des effets en coton plutôt que le "Damart" : le malade transpire et ne sait le dire.

Si on habille la personne décrire les actions que l'on fait et accompagner le mouvement. "Nous allons mettre la jambe gauche du pantalon"

Utiliser largement le velcro : chaussures, habits.

— À l'entrée de la personne en institution il est important de savoir ses goûts vestimentaires : savoir quelles sont ses couleurs préférées. Comment aime-t-elle s'habiller ; si elle est très exigeante en ce qui concerne ses vêtements. Savoir si elle aime porter la cravate, des bijoux, un chapeau...?

**C - Savoir diminuer les conséquences de l'état de dépendance : savoir intégrer, savoir communiquer** (Prévention niveau tertiaire : diminuer les répercussions de la maladie)

- Proposer aux personnes âgées de choisir des vêtements fonctionnels qui s'enfilent facilement et s'attachent par devant et dont les manches et les jambes sont amples.
- Leur laisser suffisamment de temps pour se vêtir et se dévêtir.
- Procéder par étape pour leur montrer la façon de s'habiller : montrer une étape, la faire pratiquer, puis passer à une autre étape.
- Au coucher, placer les vêtements en ordre pour faciliter la séance d'habillage du lendemain.
- Si possible, poser ou faire poser des fermetures de Velcro sur les vêtements et les chaussures.
- Encourager les personnes âgées à s'habiller plutôt qu'à passer la journée en vêtements de nuit.
- Assurer et respecter l'intimité des personnes âgées lorsqu'elles s'habillent et se déshabillent.
- Veiller à ce que les vêtements soient toujours accessibles (partie moyenne des armoires).

## Conclusion

La tenue vestimentaire permet de conserver des liens avec le monde extérieur. Or, il arrive souvent que les personnes âgées attendent que se présente une occasion pour s'habiller, préférant passer leur journée en tenue de nuit. Cette habitude nuit à leur bien-être psychologique.

Croire que les personnes âgées ne se soucient aucunement de leur habillement ne repose sur aucune donnée pertinente.

Autant l'importance accordée aux vêtements varie en fonction des individus et des groupes d'âge, autant il est impossible de présumer de l'importance qu'un individu attache à sa tenue vestimentaire.

## Bibliographie

- Adam E., *Être infirmière*, Les éditions HRW, Montréal, 1983, 137 p.
- AMIEC. Bachelot, Magnon R., *Les soins infirmiers et le corps*, GRIEP, Lyon, 1979, 124 p.
- Berger L., Mailloux D., *Personnes âgées, une approche globale*, Maloine, Paris, 1989. 585 p.
- Carpatino L-J, *Diagnostic infirmier*, MEDSI, Paris, 1986, 579 p.
- Collière M-F., *Soigner... le premier art de la vie*, Interéditions, Paris, 1996, 440 p.
- Ducharme F., *Principes généraux d'interventions auprès des personnes âgées atteintes de déficits cognitifs irréversibles*, LICACD, Montréal, 1987.
- Giger J.N., Newman J., Davidhizar. R., *Soins infirmiers interculturels*, Lamarre, Paris, 1991, 252 p..
- Lazure H., *Vivre la relation d'aide*, Décarie, Québec, 1987, 192 p.
- Phaneuf M., *Démarche de soins face au vieillissement perturbé*, Masson, Paris, 1998, 290 p.
- Poletti R., *Les soins infirmiers, théories et concepts*, Centurion, Paris, 1989, 175 p.
- Potter P.A. , Perry A.G., *Soins infirmiers, théorie et pratique*, ERPI, Montréal, 1990, 1605 p.

octobre 1993  
Dr Lucien Mias