

Octobre 2020

the  
sanitation  
learning  
hub

## Comment parler de l'incontinence : Aide-mémoire

Claire Rosato-Scott (Université de Leeds) ; Dr Dani J. Barrington (Université d'Australie-Occidentale) ; Dr Amita Bhakta (Consultante indépendante) ; Dr Sarah J. House (Consultante indépendante) ; Dr Islay Mactaggart et Jane Wilbur (London School of Hygiene & Tropical Medicine)





## Comment parler de l'incontinence : Aide-mémoire

L'incontinence est le terme médical pour décrire la perte involontaire d'urine ou de matières fécales. Les femmes, les hommes, les filles et les garçons, quels que soient leur genre et leur âge, peuvent souffrir d'incontinence. Une personne qui souffre d'incontinence peut connaître des fuites occasionnelles, régulières ou constantes et les fuites peuvent survenir à tout moment du jour ou de la nuit.

Une personne peut aussi subir des fuites urinaires ou fécales parce qu'elle n'est pas capable d'arriver aux toilettes à temps ou lorsqu'elle ne veut pas utiliser les toilettes à sa disposition. On parle alors d'incontinence sociale, ou fonctionnelle.

Dans nombre de pays à revenu faible et intermédiaire (PRFI), l'incontinence est encore bien mal comprise : le terme même d'incontinence peut être ignoré, les connaissances sur cette pathologie sont encore rares et la fourniture d'un soutien fait défaut. Les personnes qui vivent avec l'incontinence peuvent être confrontées à une stigmatisation en raison de leur pathologie, de sorte qu'elles peuvent manquer de confiance et ne pas être disposées à en parler.

Il est nécessaire de mieux comprendre l'incontinence dans les PRFI et la meilleure façon d'aider les personnes qui vivent avec cette pathologie afin d'améliorer leur qualité de vie. Cela nécessite d'échanger avec des individus qui en souffrent ainsi que leurs aidants : ces personnes sauront ce que cela veut dire que vivre avec l'incontinence d'un point de vue pratique, affectif et social pour elles et pour leur famille.

Vivre avec l'incontinence peut avoir une foule de répercussions sur les personnes qui en souffrent et sur leurs aidants. Parmi celles-ci figurent un stress et une détresse accrues ; des besoins supplémentaires en eau et en savon ; moins de possibilités pour participer aux activités communautaires, fréquenter un établissement scolaire ou aller travailler. Vivre avec l'incontinence peut aussi entraîner différents risques d'abus et de violence. Les problèmes auxquels se heurtent les personnes qui souffrent d'incontinence peuvent être très divers et varier en fonction des personnes et des ménages.

L'aide-mémoire ci-dessous et les renvois correspondants aux pages du bulletin « [Incontinence : Il faut que nous parlions de fuites](#) » peuvent servir à améliorer nos connaissances sur l'incontinence et les options à notre disposition pour aider les personnes qui vivent avec. En outre, ils donneront des conseils sur la manière d'échanger afin de comprendre comment aider au mieux les personnes qui vivent avec l'incontinence dans votre localité.

*Dessin de couverture* : Sanitation Learning Hub/Sandra Stauffer

---

AIDE-MÉMOIRE		VU	NOTES
<b>a. AUGMENTEZ VOS CONNAISSANCES SUR L'INCONTINENCE</b>			
<b>1. En savoir plus et comprendre :</b>			
• Les différents types d'incontinence.	p. 8		
• Qui peut souffrir d'incontinence ?	p. 10 à 14		
• Les impacts pour les personnes qui souffrent d'incontinence (effets sur l'hygiène et la santé / effets sur la santé mentale, affective et sociale ; effets concrets et financiers ; et risques d'abus et de violence).	p. 15 à 22		
• Les options disponibles pour aider les personnes qui vivent avec cette pathologie (approvisionnement en eau et installations sanitaires accessibles / approvisionnements durables en équipements et produits d'hygiène de base / produits pour faciliter la gestion de l'incontinence).	p. 34 à 42		
• Attitudes locales à propos de l'incontinence et pratiques adoptées pour tenter de la gérer.	p. 24 à 25		
<b>2. Entraînez-vous à parler de l'incontinence en termes simples et en employant un langage culturellement approprié :</b>			
• Demandez aux personnes locales qui vivent avec l'incontinence quels mots elles jugent assez clairs et assez respectueux pour en parler ; notez et acceptez le fait que cela peut varier d'une personne à l'autre.	p. 26 à 30		

AIDE-MÉMOIRE	VU	NOTES
<b>b. PARLEZ DE L'INCONTINENCE POUR COMPRENDRE LA MEILLEURE FAÇON D'AIDER LES PERSONNES QUI VIVENT AVEC DANS VOTRE LOCALITÉ ET ENCOURAGEZ UN SOUTIEN INTERSECTORIEL</b>		
<b>3. Amorcez un dialogue avec des personnes qui souffrent d'incontinence ou leurs aidants dans votre localité</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Travaillez avec des groupes de personnes plus larges, dont les caractéristiques les rendent plus vulnérables à la pathologie, et susceptibles de connaître une famille, des amis ou des voisins qui vivent avec la pathologie et/ou</li> </ul>	p. 25 à 26	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Amorcez un dialogue avec des acteurs spécifiques susceptibles de connaître des personnes qui vivent avec la pathologie pour identifier des personnes qui souffrent d'incontinence ; et/ou</li> </ul>	p. 25 à 26	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilisez des stratégies pour encourager les personnes à aller consulter, là où c'est possible.</li> </ul>	p. 26 et 34	
<b>4. Parlez de fuites. L'incontinence est un sujet qui se prête mieux à des discussions approfondies, selon une structure souple et au gré du participant :</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Cherchez toujours à obtenir l'agrément en toute connaissance de cause de la personne interrogée avant d'entamer toute discussion.</li> </ul>	p. 27	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Assurez-vous que vous disposez des coordonnées des services à consulter dont vous pourriez avoir besoin si vous rencontrez quelqu'un qui est confronté à des difficultés particulières (services liés à la santé, au handicap, aux abus et à la violence ; ou des acteurs du secteur EAH qui pourraient répondre à des besoins particuliers).</li> </ul>	p. 28	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Assurez-vous que votre environnement est aussi confortable et privé que possible (cela devrait être un endroit où vous ne pouvez pas être entendu par des tiers ; où la personne peut s'exprimer en toute sécurité sur des sujets sensibles ; dans la mesure du possible, laissez les hommes s'exprimer entre hommes et les femmes parler entre femmes ; et vérifiez si la personne interrogée aimerait s'assurer de la présence ou de l'absence de telle ou telle personne).</li> </ul>	p.27	

AIDE-MÉMOIRE		VU	NOTES
<ul style="list-style-type: none"> <li>Soyez un interlocuteur bienveillant (soyez sûr de vous et ne montrez pas de gêne ; mettez la personne à l'aise et inspirez-lui confiance en étant aimable et en tissant un rapport avant de poser des questions sur l'incontinence ; et employez des techniques d'écoute active).</li> </ul>	p. 27		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Demandez-vous s'il serait intéressant d'apporter avec vous des options simples de soutien ou à utiliser comme aides à la discussion pour obtenir un retour sur ce qui pourrait être le plus utile (p. ex. du savon, des sous-vêtements réutilisables, des alèses, etc.). À noter que ces options devraient être proposées discrètement de manière à ne pas engendrer de gêne supplémentaire et seulement si vous avez confirmé que la personne pourrait disposer d'approvisionnements durables.</li> </ul>	p. 28		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Dans la mesure du possible, faites en sorte que les personnes à qui vous parlez reçoivent un retour sur ce qui est ressorti des discussions et de l'apprentissage : la réalisation que vous étiez intéressé, que vous les avez écoutées et qu'elles font partie de la solution grâce au partage de leurs expériences difficiles avec vous pour que vous puissiez en tirer des leçons devrait pouvoir servir de facteurs motivants pour beaucoup de personnes qui vivent avec cette pathologie sur une base quotidienne.</li> </ul>			
<b>5. Plaidez pour démystifier et déstigmatiser l'incontinence</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Efforcez-vous de dédramatiser l'incontinence dans les conversations, les documents d'orientation et autres publications.</li> </ul>	p. 33 à 34		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Encouragez la mobilisation et la fourniture d'un soutien en provenance d'autres secteurs, y compris la santé (notamment la nutrition et les ergothérapeutes), la protection, la violence sexiste, le handicap et les personnes âgées, l'obstétrique, les enfants, le genre, les moyens de subsistance et l'EAH.</li> </ul>	p. 5 à 7; 33 à 34		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Documentez ce que vous apprenez en travaillant avec des personnes souffrant d'incontinence, les difficultés rencontrées, comment vous avez essayé d'y répondre et les bonnes pratiques. Partagez largement votre apprentissage car les connaissances sont encore très limitées, en prenant soin de préserver l'anonymat de vos données et en demandant la permission de partager des études de cas spécifiques.</li> </ul>			



Citation correcte : Rosato-Scott, C., Barrington, D.J., Bhakta, A., House, S.J., Mactaggart, I. et Wilbur, J. (2020) « *Comment parler de l'incontinence : Aide-mémoire* », The Sanitation Learning Hub, Brighton : IDS, DOI: 10.19088/SLH.2020.012

Première édition en 2020

© Institute of Development Studies 2020

Certains droits réservés – pour en savoir plus, voir la licence sur les droits d'auteur.

ISBN 978-1-78118-730-2

Cette série fait l'objet d'une licence de type BY-NC-ND 3.0 Unported de Creative Commons (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>).

**Attribution (BY)** : Vous devez attribuer les travaux de la façon spécifiée par l'auteur ou le détenteur de la licence.

**Non commercial (NC)** : Vous ne pouvez pas utiliser ces travaux à des fins commerciales.

**No Derivative Works (ND)** : Vous ne pouvez pas modifier, transférer ou compléter ces travaux.

Les utilisateurs ont le droit de copier, distribuer, afficher, traduire ou mettre en scène ces travaux sans autorisation écrite. En cas de réutilisation ou de distribution, vous devez indiquer clairement aux tiers les conditions de licence associées à ces travaux. Si vous utilisez ces travaux, vous êtes prié de faire mention du site web de la SLH et d'envoyer un exemplaire de vos travaux ou un lien à leur utilisation en ligne à l'adresse suivante : Sanitation Learning Hub, Institute of Development Studies, University of Sussex, Brighton, BN1 9RE, Royaume-Uni ([SLH@ids.ac.uk](mailto:SLH@ids.ac.uk)).



Le présent document a été financé par l'Agence suédoise pour le développement international, SIDA. La SIDA ne partage pas nécessairement les avis exprimés dans ce document. La responsabilité pour son contenu incombe exclusivement aux auteurs.



**Web** <https://sanitationlearninghub.org/>

**Courriel** [SLH@ids.ac.uk](mailto:SLH@ids.ac.uk)

**Tél** +44 (0)1273 606261

**Fax** +44 (0)1273 621202

IDS, société à but non lucratif à responsabilité limitée par garantie :  
Organisme caritatif immatriculé sous le numéro 306371 ; immatriculé  
en Angleterre sous le numéro 877338 ; N° de TVA GB 350 899914

## Pour en savoir plus

Abonnez-vous à la newsletter de la SLH, partagez votre expérience et contribuez au site web de la SLH en vous rendant sur <https://sanitationlearninghub.org/connect-share-learn/>

 [/SanLearningHub](https://www.facebook.com/SanLearningHub)

 [@SanLearningHub](https://twitter.com/SanLearningHub)

 [@SanLearningHub](https://www.instagram.com/SanLearningHub)