

## CONTEXTE

Les ateliers (At) de soins socio-esthétiques (SSE) permettent un accompagnement du patient (pt) hors contexte médicalisé. Recommandés par l'AFSOS, les AtSSE favorisent la communication, le mieux-être, la gestion du stress mais aussi la prévention et la gestion des toxicités de la peau et des phanères dues aux traitements (ttt). Nous rapportons notre expérience de 3 AtSSE initiés en période COVID, réalisés dans le cadre de l'Education Thérapeutique du Patient (ETP).

## OBJECTIFS

L'amélioration de la qualité de vie des pts, but de l'ETP, passe par l'optimisation de l'image et le renforcement de l'estime de soi. Les techniques développées dans les At permettent aux pts, quel que soit leur sexe, de développer des compétences d'auto-soin afin de gagner en autonomie et en sérénité.

## METHODOLOGIE

At 1/ : Ma peau et mes ongles : Après une présentation des toxicités cutanées et des phanères, les solutions sont expliquées et discutées. Une phase pratique d'apprentissage des gestes techniques (soins des mains et de la peau, application de vernis) est réalisée.

At 2/ : Soins et conseils capillaires : Selon les besoins exprimés, des conseils sur les soins du cuir chevelu, les prothèses capillaires, les accessoires de tête et/ou le nouage du foulard sont dispensés. Lors de la phase pratique les pts peuvent s'exercer avec leurs accessoires.

At 3 : Relaxation : Après explication des techniques de respiration, un temps de détente amène à une prise de conscience corporelle. Des exercices personnalisés de respiration et de relaxation sont entrecoupés par des temps d'échanges. Puis des mouvements sensoriels sont proposés et les ptes expriment leur ressentis et besoins.

Des questionnaires avant et après les At, ainsi qu'à distance sont renseignés.

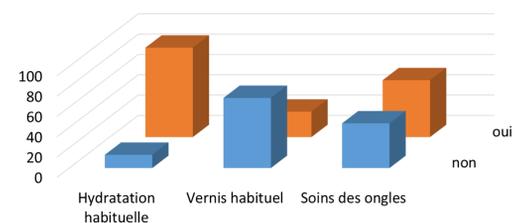
## RESULTATS

De nov. 20 à sept. 21, 48 ptes ont suivi les AtSSE, dont 37ptes (1 At) ; 10 ptes (2At), 1pte (3At).

At 1 : Toutes les ptes (16) savent qu'il faut appliquer le vernis jusqu'à 6 mois après la fin de la chimiothérapie. 100% ont compris l'importance des conseils et ont l'intention de les suivre, 88% connaissent les risques encourus.

### Habitudes avant At « Ma peau mes ongles » (N=16)

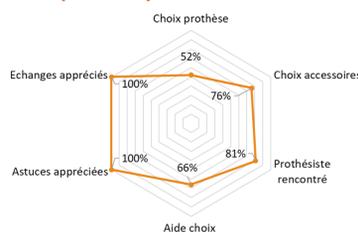
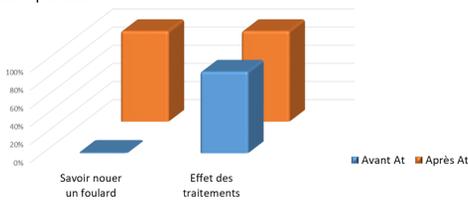
% de réponses



### Acquisition At « Foulard » (N=21)

### Satisfaction (N=21)

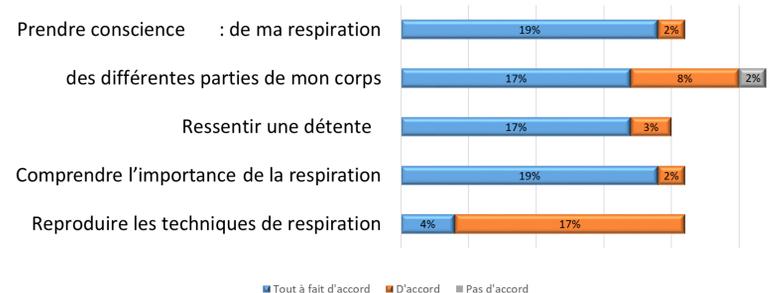
% de réponses



At 3 : 12 At pour 21 ptes (1 à 3 ptes/At). 90 % des ptes ont ressenti « une détente », un « relâchement de tout leur corps ». 100% ont compris l'importance de la respiration et sauront s'approprier des techniques de détente corporelle

At 2 : 66% des ptes ont été aidées dans le choix de leurs accessoires capillaires. 95% sauront reproduire les techniques enseignées après l'At. Pour avoir plus de conseils et d'astuces, 5 ptes, ayant déjà fait leur choix avant l'At, ont assisté à l'At.

### At « Relaxation » : évaluation (N=21)



## DISCUSSION

L'atteinte corporelle due aux ttt (alopécie, acné, folliculite, radiodermite, etc..) stigmatise les pts et les handicape. Les SSE permettent aux pts de mieux contrôler ces effets secondaires<sup>1</sup>. L'apprentissage de la gestion du stress facilite les modifications de comportement demandées par les ttt<sup>2</sup>. En période COVID, ces At sont appréciés.

## CONCLUSION

L'impact esthétique du ttt du cancer qu'il soit médicamenteux, ionisant ou chirurgical entraîne une souffrance d'autant plus sévère que les pts sont isolés ou fragiles. L'ETP permet un accompagnement complémentaire du soin direct au travers d'At SSE et de relaxation.

1. Saghatchian M, Bouleuc C, Naudet C, et al. (2018) La socio-esthétique en oncologie : impact des soins de beauté et de bien-être évalué dans une enquête nationale auprès de 1166 personnes. Bull Cancer 105:671-8  
2. Harorani M, Zamerjani NM, Golitaleb M, et al. (2020) Effects of relaxation on self-esteem of patients with cancer: a randomized clinical trial. Support Care Cancer 28:405-11