|  |
| --- |
| COURS 11 CCP 1 : L'ADVF VEILLE A LA SECURITE DE LA PERSONNE |

|  |
| --- |
| **Définition :**  Les accidents de la vie courante (AC-VC) sont définis comme les « traumatismes non intentionnels » qui surviennent dans un cadre domestique (à la maison, ou dans ses abords immédiats) ou à l'extérieur (dans un magasin, sur un trottoir, etc.), dans un cadre scolaire, lors d'une pratique sportive, etc. Cette définition exclut les accidents de la circulation et les accidents du travail. |

Chaque année, les accidents de la vie courante touchent plus de 11 millions de personnes et en tuent 20 000. Parmi eux, les accidents domestiques, dont les enfants et les seniors sont les premières victimes. Pourtant, beaucoup sont évitables si on adopte de bons réflexes.

**I) Éviter les accidents domestiques**

* **Éviter les chutes**

Les troubles de la vision et de l'équilibre, l’isolement, un habitat peu adapté, sont des facteurs de risque de chute chez la personne âgée. La fragilité des os, en particulier chez la femme, expose également à un risque accru de fracture. Les chutes représentent 85 % des accidents de la vie courante au-delà de 65 ans.

Il est donc essentiel que l'ADVF repère les facteurs de risques de chutes présents dans ses situations de travail :

|  |
| --- |
| **Vieillissement de l'organisme :**  Atteintes de la motricité : modification de la masse musculaire et osseuse, vieillissement des articulations, tassements vertébraux, atteintes sensorielles : baisse de la vue et de l'audition, troubles de l'équilibre, la fatigue est plus importante, |
| **Mauvais chaussage :**  Les pieds sont le premier outil de l'autonomie. Le choix de la chaussure est essentiel, elle doit : permettre aux orteils de bouger, tenir le pied et la cheville et être antidérapante, confortable et pratique. Le risque de chute varie de manière significative selon le type de chaussures portées par la personne accompagnée. |
| **Problématique au niveau des pieds :**  Ongles incarnés, durillons, orteils en griffes, les pathologies du pied gênent la marche de la personne. Le bon état général du pied est à prendre en compte comme un critère essentiel de la prévention de la chute. L'ADVF encouragera la personne âgée à consulter régulièrement son podologue. |
| **Mauvais habillage :**  Tout comme le choix du chaussage, le choix de l'habillage peut s'avérer efficace pour éviter une chute. L'ADVF pourra conseiller à la personne accompagnée d'éviter de porter des habits trop longs ou trop larges et inversement trop cintrés ou trop petits. |
| **Problèmes de santé :**  Certains problèmes de santé accentuent encore les risques de chute (par exemple, une tension artérielle basse, l'hypoglycémie, des maladies: neurologiques, de l'audition et de la vision, ostéo-articulaires, etc.). Leurs conséquences sur les déplacements des personnes doivent être prises en compte. |
| **Prise de médicament :**  La prise de certains médicaments peut provoquer de la somnolence et diminuer les réflexes. En France, les plus de 75 ans ont une consommation de soins et de médicaments 3 fois plus importante que la population générale. |
| **Environnement inadapté :**  Eclairage insuffisant, système d'allumage difficile d'accès Espace de marche difficile, encombré, glissant, pas ou peu de points d'appuis ou d'assise. Pas ou peu d'aides techniques ou d'aménagement permettant l'accessibilité et la sécurisation du lieu de vie de la personne fragilisée. |

|  |
| --- |
| **Exemples concrets :**  Par mesure de prévention, l'ADVF peut encourager la PA ou sa famille à aménager son domicile, en installant des barres d'appui dans la salle de bains par exemple, ou une rampe d'escalier, et en ajoutant des éclairages dans un couloir ou un recoin trop sombre. Elle conseille la PA sur la façon de se chausser. Par mesure de sécurité et en concertation avec la personne, l'ADVF retire les descentes de lit qui glissent ou les tapis non fixés au sol. Elle demande un tapis antidérapant à mettre au fond de la douche ou de la baignoire. Elle range au fur et à mesure le matériel de ménage, enroule les fils électriques qui traînent, dégage les lieux de passage vers les portes. Elle prévient quand elle lave les sols et n'utilise pas de cire. Dans la cuisine, elle range à portée de main les ustensiles les plus utilisés. |

**II) Éviter les risques infectieux**

L'ADVF peut faire courir un risque infectieux à la PA en apportant à son domicile un virus (grippe, bronchite, rhinopharyngite, rhume). Certaines vaccinations ont donc un intérêt réciproque lorsqu'elles sont possibles.

Les virus respiratoires se transmettent principalement par des gouttelettes émises:

- soit directement : toux, éternuements, par le biais de la salive, des postillons, des écoulements du nez;

- soit indirectement : par les mains, et parfois les objets (linge de toilette, jouets, tétines, poignées de porte, etc.).

Pour éviter de transmettre une infection virale à une autre personne, des mesures d'hygiène simples, « de base », peuvent être appliquées par l'ADVF: se couvrir la bouche lorsqu'elle tousse ou éternue avec un mouchoir jetable, puis prendre soin de le jeter dans une poubelle fermée et de se laver les mains ; et éviter les contacts directs avec la PA.

**III) Faire face à un problème technique ou à une urgence (interventions de professionnels)**

* **Problèmes de plomberie :**

Bien que nous ayons gardé le mot « plomberie » pour parler de l'acheminement de l'eau potable dans les logements, il faut savoir que pour des raisons de Santé publique, le plomb est désormais strictement interdit.

Les fuites se produisent généralement au niveau des raccords avec les appareils (robinets, vannes, siphons) et des raccords et soudures entre canalisations. Si vous repérez une tache d'humidité ou un suintement :

- Fermez le robinet de la canalisation concernée ou le robinet d'arrêt général;

- Alertez la personne accompagnée et/ou sa famille ; quelqu'un de l'entourage pourra peut-être changer un joint ou un robinet.

Si ce n'est pas le cas, appelez un plombier, avec l'autorisation de la PA.

Tout débordement signale un bouchon qu'il faut évacuer. Il existe des produits pour déboucher W.-C., lavabos, douches, éviers. Vous pouvez utiliser ces produits, en prenant beaucoup de précautions car ils sont très agressifs. Lisez bien le mode d'emploi, respectez scrupuleusement les directives. Laissez le pro duit agir pendant plusieurs heures. Si la canalisation est toujours bouchée, il faut alors faire appel au plombier.

* **Problèmes d’électricité :**

Étincelles ou odeurs de brûlé provenant d'une prise ou d'un interrupteur ou encore d'un appareil ménager sont les signes d'un risque d'électrocution présent dans le logement.

Si un appareil électrique produit des étincelles ou dégage une odeur de brûlé :

- coupez l'arrivée du courant au disjoncteur général;

– puis débranchez la prise ;

- enfin, remettez le courant.

Vérifiez le raccordement du fil dans l'appareil, et demandez à ce qu'il soit réparé ou changé.

* **Problèmes de gaz :**

Le gaz naturel a maintenant une odeur caractéristique, elle a été ajoutée pour nous permettre de déceler toute fuite, même minime.

Cette odeur doit nous faire réagir rapidement. Si vous sentez une odeur de gaz sur le lieu de votre travail, ne provoquez ni flamme, ni étincelle. Ouvrez les fenêtres. Il faut d'abord vérifier les appareils à gaz du logement : les brûleurs de la cuisinière sont peut-être restés ouverts ou la fuite peut provenir d'un chauffe-eau, d'un appareil de chauffage ou du tuyau d'arrivée de gaz naturel.

**Coupez le gaz à l'arrivée dans le logement, si besoin, téléphonez, de l'extérieur, aux pompiers (composez le 18).**

**IV) Les risques d'usure professionnelle**

|  |
| --- |
| **Définition :**  L'usure est un « processus d'altération de la santé lié au travail qui dépend du cumul et/ou de combinaisons d'expositions de la personne à des contraintes du travail qui peuvent être de nature diverse » (Source : ANACT). |

Beaucoup d'efforts sont nécessaires pour l'entretien régulier des logements. A cela s'ajoute le fait qu'ils sont tous différents, chacun avec leurs particularités et parfois leurs difficultés : anciens et/ou exigus; avec des animaux; avec un niveau d'hygiène et de sécurité élevé ; chaleureux et pratiques ; modernes, luxueux et/ou spacieux; inadaptés et/ou désorganisés ; sales et/ou encombrés; impénétrables et/ ou en refus d'aide ; avec des attentes et des besoins divergents, etc.

**V) La prévention de l'usure professionnelle**

Une charge de travail trop importante par rapport au temps accordé, des déplacements trop longs entre les domiciles, des PA aigries ou insatisfaites, entraînent à la longue, stress et épuisement. Comment pallier une usure professionnelle prématurée ?

|  |
| --- |
| **Attention :**  L'usure professionnelle n'est pas seulement physique. Elle peut être également d'ordre psychologique. La saturation, la routine, la perte de motivation mènent à l’usure. |

Réfléchissez à une façon d'améliorer votre organisation : évitez les pertes de temps ou la dépense d'énergie inutile.

Vérifiez aussi que le travail que vous effectuez correspond bien à la demande écrite sur le contrat de prestation ou la fiche de mission. Petit à petit, vous avez peut-être augmenté le nombre de tâches réalisées, sans demander que la durée de la prestation soit elle aussi augmentée.

Demandez alors un rendez-vous avec votre hiérarchie afin de renégocier le temps imparti en fonction du travail, la nature des missions de vos prestations ou d'autres PA.

Demandez à suivre une formation continue (ergonomie, communication, etc.).

Demandez des congés. Faites le point, repartez sur de nouvelles considérations.

Pour maintenir sa motivation au travail et/ou pour sa fonction, il faut prendre de la distance par rapport à son quotidien et s'occuper de sa carrière :

- Préparer son entretien annuel d'évaluation pour des échanges constructifs ;

- Construire son projet de carrière ;

- S'intéresser à son entreprise ou association, connaître les possibilités de mobilité interne (changement de fonctions dans la même structure);

- S'intéresser au secteur de l'aide aux personnes, connaître les possibilités de mobilité externe (intégrer un poste différent dans une autre structure);

- Développer ses compétences dans des domaines porteurs en demandant des formations à votre employeur ;

- Essayer d'être le plus possible polyvalente, en ayant des missions d'accompagnement très différentes : par exemple, travailler avec des personnes âgées, des enfants et des personnes handicapées.