

L'ABC grâce à Fido

Après les chiens-guides,
les chiens-enseignants ?

Par Sarah Poulin-Chartrand



© Cape Breton Post / reproduction autorisée

Faire la lecture à un chien ne fait pas partie des activités habituelles de Dylan Delaney, 10 ans, le samedi matin. Mais cette activité le rend heureux. Michelle MacNeil et sa chienne Katie, âgée de 15 ans, sont membres du Cape Breton Chapter of the Therapeutic Paws of Canada et participent au programme Paws to Read à la Bibliothèque McDonnell de Sydney, en Nouvelle-Écosse.

On connaît de plus en plus les bienfaits de la zoothérapie pour apaiser ou stimuler certains patients. Mais des programmes élaborés aux États-Unis font le pari que des chiens peuvent aussi aider les enfants à apprendre à lire.

Des programmes tels que *Reading Education Assistance Dogs*, ou *PAWSitive Reading*, qui mettent des chiens en contact avec de jeunes élèves existent depuis plus de 20 ans aux États-Unis. Ils sont maintenant utilisés au Canada anglais et dans d'autres pays à travers le monde.

Comment les chiens peuvent-ils favoriser l'apprentissage de quelque chose d'aussi complexe que la lecture ? Les partisans de ces programmes croient que les chiens, de par leur nature sociable qui n'émet pas de jugement, sont perçus par les enfants comme des alliés.

Les enfants qui apprennent à lire sont parfois timides et craignent de lire à voix haute devant la classe. Lire à un chien leur permet de s'exercer dans un environnement rassurant, exempt de critiques. L'interaction avec l'animal est toujours positive.

La présidente de la Corporation des zoothérapeutes du Québec, Isabelle Berthonneau, croit que ces arguments sont tout à fait fondés. Celle qui a participé en 2010 à un projet pilote avec des élèves en difficultés d'apprentissage a également observé que l'enfant considère que l'activité avec un chien est un privilège. Ce qui n'est pas toujours le cas lorsqu'il doit aller voir l'orthophoniste ou l'orthopédagogue.



Isabelle Berthonneau
Présidente de la
Corporation des
zoothérapeutes du
Québec

« La grande force d'un chien est qu'il ne juge pas. Pour un enfant, il est beaucoup plus facile d'entrer en relation avec un animal qui ne le confronte pas à ses faiblesses en lecture. »

Une étude

Malgré la grande popularité de ces programmes aux États-Unis, aucune étude n'avait fait de lien entre l'amélioration des habiletés de lecture et la présence

d'un chien aux côtés des enfants. À l'Université de Californie, le département de l'agriculture et des ressources naturelles a donc mené deux études, en 2008 et en 2009, pour tenter de prouver ce lien. Durant dix semaines, des élèves de 3^e année, âgés de 8 et 9 ans, et des enfants scolarisés à la maison étaient encouragés à parler à un chien et à lui faire la lecture à voix haute.

L'étude a démontré que les enfants en classe amélioraient leurs habiletés de lecture de 12 % ; ceux recevant leur enseignement à la maison ont connu une amélioration de 30 %. Les enfants du groupe témoin, pour la même période, n'ont montré aucune amélioration significative. Plusieurs des enfants qui faisaient la lecture à un chien ont indiqué que leur expérience de la lecture, auparavant négative, était maintenant positive et leur avait donné confiance en eux.

Et ici ?

L'organisme à but non lucratif, Zoothérapie Québec, a conçu un programme de zoothérapie éducative qui vise l'acquisition des différentes habiletés nécessaires à la réussite scolaire, pas seulement l'apprentissage de la lecture. L'École Montessori de l'Outaouais offre, grâce à une bénévole, un programme d'aide à la lecture avec un chien. Mais aucun programme officiel d'aide à la lecture, tels qu'ils existent chez nos voisins anglophones, ne semble offert au Québec. Simple question de temps, croit la zoothérapeute Isabelle Berthonneau. ■

Pour plus d'information sur les services de zoothérapie au Québec :

<http://corpozootherapeute.com>

Sources

Entrevue avec Isabelle Berthonneau, présidente de la Corporation des zoothérapeutes du Québec.

Friesen, L. et E. Delisle. *Animal-Assisted Literacy-Supportive Environment for Constrained and Unconstrained Learning*. [En ligne : <http://corpozootherapeute.com/Childhood-Education-Final-Article-Proofs.pdf>]

Ottawa Therapy Dogs. *Programme R.E.A.D.* [En ligne : www.ireadwithdogs.ca/]

University of California. « Canine buddies help youth develop reading skills ». [En ligne : <http://ucanr.edu/delivers/?impact=800>]

Plus de cancers du sein moins de décès



Nathalie Le Prohon
Présidente, Fondation
du cancer du sein du
Québec

« Environ 18 % des cas sont diagnostiqués chez des femmes de moins de 50 ans alors qu'elles n'ont pas accès au dépistage systématique. »

Selon les *Statistiques canadiennes sur le cancer 2013*, le taux de mortalité attribuable au cancer du sein a chuté pour atteindre son plus bas niveau depuis 1950. Cette année, près de 6 000 Québécoises ont reçu un diagnostic de cancer du sein.

« La diminution du taux de mortalité est signe que les efforts déployés par tous les acteurs portent fruit », indique Nathalie Le Prohon, présidente du conseil d'administration de la Fondation du cancer du sein du Québec. « La recherche joue aussi un rôle primordial puisqu'elle permet de mieux cerner les risques et de développer des traitements davantage ciblés et plus efficaces », rappelle la présidente. Ayant investi plus de 23 millions de dollars dans divers projets de recherche au Québec, la Fondation confirme que son programme de subventions à la recherche sera renouvelé en 2014.

Malgré ces statistiques encourageantes, le cancer du sein demeure le type de cancer le plus diagnostiqué chez la femme. « La hausse du taux d'incidence demeure inquiétante. Recevoir un diagnostic de cancer du sein bouleverse la vie des femmes et celle de leurs proches. La Fondation existe pour les aider et met à leur disposition une multitude de services qui visent à les soutenir dans leur cheminement et leur lutte contre la maladie », conclut M^{me} Le Prohon.

■ L.S.

Pour en savoir plus :
www.rubanrose.org

Sylvie Le May

Personnalité de la semaine La Presse/Radio-Canada

Après avoir reçu le prix Florence de l'année 2013, catégorie Recherche en sciences infirmières, Sylvie Le May a été nommée *Personnalité de la semaine La Presse/Radio-Canada* du 8 juillet 2013. Infirmière bachelière et chercheuse au Centre de recherche du CHU Sainte-Justine à Montréal, elle travaille depuis dix ans à améliorer le traitement de la douleur chez les jeunes patients.

Par ses recherches, elle souhaite améliorer leur première expérience en milieu hospitalier. « Pour que celle-ci soit plus agréable et qu'ils n'aient pas d'appréhension par la suite », explique-t-elle en entrevue à l'émission *C'est bien meilleur le matin*.

Ses travaux comportent deux volets : une meilleure utilisation des analgésiques, dont la morphine et l'ibuprofène, et des stratégies pour détourner l'attention de l'enfant de sa douleur durant les soins. Ses résultats préliminaires montrent que lorsque l'enfant est distrait par un jouet durant les soins,



ceux-ci lui semblent moins douloureux : on n'a plus besoin de préposés pour le tenir en place. Et l'expérience est moins anxiogène autant pour l'enfant que pour ses parents. « Je ne suis pas en recherche pour pelleter des nuages. Si mes travaux n'aident personne, à quoi bon continuer », a confié l'infirmière à *La Presse*.

Cette nouvelle reconnaissance de son travail rejaillit sur toutes les infirmières. Félicitations ! ■ N.B.

Sources

Beauséjour, M. « La personnalité de la semaine : Sylvie Le May », *La Presse*, 8 juillet 2013, p. LPA10.

C'est bien meilleur le matin. Radio-Canada Première Chaîne, 8 juillet 2013. [En ligne : www.radio-canada.ca/emissions/cest_bien_meilleur_le_matin/2012-2013/archives.asp?date=2013/07/08&indTime=1596&idmedia=6754105]

Psoriasis



Le 29 octobre dernier avait lieu la Journée mondiale du psoriasis, une maladie douloureuse physiquement... et psychologiquement.

Par **Louis Gagné**

France Veilleux n'avait que 5 ans lorsqu'une maladie qui allait chambouler sa vie se déclara. Ce qui n'était qu'un simple bouton rougeâtre sur une cuisse s'est transformé en une, puis plusieurs plaques érythémato-squameuses qui se sont répandues sur une grande surface de son corps entraînant des démangeaisons insoutenables. Le psoriasis est une maladie qui cause de la douleur et de l'inconfort, mais aussi de la détresse psychologique.

M^{me} Veilleux est aujourd'hui âgée de 45 ans. Elle est au nombre des quelque 200 000 personnes au Québec à souffrir de psoriasis. Cette dermatite chronique se caractérise habituellement par l'apparition de lésions rouges à bords nets surmontées d'épaisses squames qui se détachent sous formes « d'écaillés » blanches. Les plaques apparaissent à différents endroits du corps. Aucune partie n'est épargnée.

Le psoriasis se manifeste par cycles, chaque poussée est entrecoupée de périodes de rémission. Bien que non contagieux, le psoriasis peut rebuter et occasionner chez les personnes qui en sont atteintes des répercussions émotives.

« J'ai vécu une enfance et une adolescence difficiles durant lesquelles j'étais hospitalisée deux à trois fois par année à raison de plusieurs jours à la fois. La maladie est douloureuse puisque les démangeaisons te poussent à te gratter jusqu'au sang. Mais il y a aussi le regard de l'autre. Les enfants peuvent être méchants et avoir des remarques blessantes », se souvient M^{me} Veilleux.

Causes

Environ 80 % des personnes atteintes de la maladie souffrent de psoriasis en plaques. Il en existe toutefois d'autres types : le psoriasis en gouttes (petites plaques arrondies), le psoriasis inversé (situé dans les plis cutanés), le psoriasis pustuleux caractérisé par des cloques blanches contenant du pus non infectieux et le psoriasis érythrodermique, une forme particulièrement inflammatoire qui touche presque toute la surface du corps.

Les causes exactes du psoriasis demeurent inconnues. Des facteurs génétiques et environnementaux seraient en cause dans l'apparition de la maladie. Il existe des antécédents familiaux de psoriasis dans 10 à 30 % des cas. Le père ainsi que le grand-père et l'oncle paternels de M^{me} Veilleux en sont atteints. Le stress, l'anxiété, la fatigue, les lésions, les infections et la prise de certains médicaments peuvent contribuer au déclenchement de la maladie.



France Veilleux
Porte-parole de la campagne de sensibilisation 2012

« Le psoriasis est douloureux. Les démangeaisons te poussent à te gratter jusqu'au sang. Mais il y a aussi le regard de l'autre. Les enfants peuvent être méchants. »

« Le psoriasis pourrait aussi être causé par des réactions auto-immunes favorisant l'accélération de la multiplication des cellules de l'épiderme. Les cellules cutanées se renouvellent normalement tous les 28 à 30 jours. Dans le cas des personnes atteintes de psoriasis, elles se renouvellent tous les 3 à 6 jours. Mais leur durée de vie étant la même que chez une personne non atteinte, les cellules de la peau s'accumulent et forment d'épaisses croûtes.

La gravité du psoriasis diffère d'une personne à l'autre. Environ 65 % des



patients sont atteints de psoriasis léger. La maladie touche alors moins de 3 % de leur corps, habituellement au niveau des genoux, des coudes, du cuir chevelu, des mains et des pieds. Le psoriasis est dit modéré lorsqu'il touche de 3 % à 10 % du corps. Les bras et le tronc sont alors touchés. Quelque 25 % des personnes souffrent de psoriasis modéré. Enfin, on estime



Hélène Lacroix
Infirmière du Centre de recherche dermatologique du Québec métropolitain

« C'est important d'être à l'écoute du patient. Il ne doit jamais oublier qu'il est possible de vivre normalement avec le psoriasis et qu'un traitement existe pour l'aider. »

à 10 % les cas de psoriasis grave. La maladie se manifeste sur de grandes zones de la peau et touche le visage, les paumes ou la plante des pieds.

Détresse

Plus la gravité de la maladie est grande, plus la qualité de vie et l'état émotif risquent d'en souffrir et plus grande sera la détresse psychologique du patient. Un sondage canadien commandé par la pharmaceutique Janssen inc. et dévoilé en octobre 2012 dans le cadre de la Journée mondiale du psoriasis en dresse un portrait éclairant.

Selon les résultats, 88 % des femmes et des hommes signalent des répercussions négatives sur leur vie affective. Ainsi, 77 % des femmes et 58 % des hommes disent éprouver de la gêne par rapport aux symptômes de la maladie. Ce sentiment de gêne croît avec la gravité des symptômes. De plus, 26 % des femmes et 18 % des hommes sont plus susceptibles de se sentir repoussants en raison de leur psoriasis.

Les symptômes physiques le plus souvent responsables des répercussions négatives sur la qualité de vie sont les démangeaisons (76 %), les plaques écaillées visibles (74 %) et les plaques rouges visibles (63 %).

Les causes exactes du psoriasis demeurent inconnues. Il existe des antécédents familiaux dans 10 à 30 % des cas.

Malgré les sarcasmes et les moqueries vécus durant son enfance et son adolescence, France Veilleux affirme avoir vécu ses pires moments après avoir donné naissance à son troisième enfant. « L'idée que mes enfants puissent vivre l'enfer que j'ai vécu m'a beaucoup affectée », confie cette femme originaire de Sainte-Clothilde-de-Beauce.

Cette crainte s'est toutefois estompée avec le temps. Ses enfants, âgés de 17, 20 et 22 ans, n'ont toujours pas développé les symptômes qui apparaissent généralement au début de la vingtaine. Si cela devait se produire, ils pourraient compter sur des traitements qui sont à des années-lumière de ceux suivis par leur mère autrefois tels que les bains de goudron et les crèmes malodorantes.

Traitements

De nos jours, à défaut de guérir, les personnes atteintes de psoriasis peuvent voir leurs symptômes grandement atténués grâce à des traitements topiques. Des crèmes hydratantes et émollientes sont recommandées pour diminuer les démangeaisons et hydrater la peau. De plus, des onguents à base de corticostéroïdes ou rétinoïdes permettent de réduire l'inflammation.

France Veilleux affirme que son état s'est grandement amélioré depuis « cinq ou six ans » grâce à un immunosuppresseur.

Pour les cas plus graves, des traitements à action générale peuvent s'avérer efficaces. Plusieurs médicaments oraux ont fait leurs preuves. Ils agissent sur la croissance des cellules. D'autres, administrés par injection sous-cutanée, ciblent les étapes du cycle immunitaire notamment en bloquant l'activation des cellules. Un traitement aux rayons ultraviolets (photothérapie) consiste à exposer la peau à une dose de lumière artificielle ultraviolette. Il

ralentit la prolifération anormale des cellules cutanées et est indiqué pour les personnes dont le psoriasis couvre plus de 40 % du corps.

« Ces différents traitements sont souvent combinés. Cela permet de mieux contrôler la maladie », affirme Hélène Lacroix, une infirmière du Centre de recherche



Paul-François Bourgault
Président-directeur général de l'Alliance québécoise du psoriasis

« Nous portons souvent attention aux effets physiques et visibles du psoriasis, mais les personnes atteintes sont également affectées sur le plan émotif. Nous devons trouver des moyens qui permettraient de leur offrir un plus grand soutien. »

dermatologique du Québec métropolitain, qui travaille depuis près de quinze ans avec des personnes atteintes de psoriasis.

Les infirmières jouent un rôle actif auprès des patients. Elles assurent un suivi et veillent à ce que les patients observent leur traitement. « Certains traitements sont extrêmement efficaces et permettent de vivre une vie normale, sans symptômes pendant plusieurs mois. Les patients doivent les suivre assidûment », dit-elle. Il importe aussi que les infirmières soient attentives à l'état psychologique et émotif de leur patient. Car les poussées de psoriasis peuvent créer de l'anxiété, de l'insomnie, des difficultés sexuelles, voire de la dépression. ■■

Pour en savoir plus :

Alliance québécoise du psoriasis :
www.psoriasisquebec.org/

Carrefour Psoriasis :
www.carrefourpsoriasis.ca/fr/treat/treatments.jsp

Janssen. « Un nouveau sondage canadien montre un fardeau émotif du psoriasis plus lourd chez les femmes que chez les hommes » (communiqué), 24 oct. 2012.

National Psoriasis Fondation :
www.psoriasis.org/

AUX SOINS INTENSIFS :

Moins de médicaments, plus de musique

Par **Martin Primeau**

L'écoute de la musique classique réduirait de façon significative le stress vécu par des patients hospitalisés aux soins intensifs. Mieux encore, elle permettrait de réduire l'usage des médicaments.

Voilà ce que conclut une équipe de chercheurs menée par le D^r Olivier Lesur, médecin intensiviste au Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke (CHUS), après avoir étudié l'effet de la musique sur 55 de ses patients.

Souvent intubés et ventilés artificiellement, portant des cathéters et entourés de tubulures, les patients aux soins intensifs vivent un stress important. Une situation inconfortable et douloureuse contrôlée par une armada de médicaments.

Mais l'utilisation de médicaments ne va pas sans conséquence. Le D^r Lesur a cherché comment il pourrait réduire leur emploi. La musique s'est présentée parmi les options.

Étude

Aucune étude ne s'était penchée précisément sur les patients aux soins intensifs. L'étude randomisée menée

par le D^r Lesur a été réalisée auprès de patients du CHUS.

À raison de deux séances d'une heure par jour aux jours 1 et 3 suivant leur admission, des patients ont écouté dix pièces de musique classique par l'entremise d'un lecteur MP3. En mesurant leurs signes vitaux, le chercheur a conclu que pour deux patients sur trois, la musique avait un véritable effet calmant. De plus, ces patients ont eu besoin de moins de narcotiques que les autres.

« Selon les musicologues, c'est le tempo lent de la musique classique qui est responsable de cet effet calmant parce qu'il se rapproche de celui des battements cardiaques », explique le D^r Lesur. Toutefois, un genre musical précis ne serait pas absolument requis. « La musique doit avant tout être aimée par le patient », poursuit-il.

Selon le spécialiste, il faudra encore mener d'autres études, à plus grande échelle, pour raffiner les données relatives à l'influence de la musique sur le mieux-être des patients. L'approche pourrait toutefois faire son chemin « assez rapidement » selon lui puisqu'elle est à la fois peu coûteuse, sans danger et potentiellement



D^r Olivier Lesur
Médecin intensiviste
au CHUS

« L'utilisation de la musique existe depuis longtemps dans le domaine médical. Plusieurs études indiquaient déjà que l'écoute de la musique avait un effet relaxant sur les patients. »

bénéfique pour le patient. « Il faudra en discuter avec les autorités hospitalières », dit-il.

L'étude baptisée « Projet Musique » a fait appel à la musicologue Louise Drouin, rattachée à l'Université de Sherbrooke. Ses résultats ont été publiés dans la revue *Journal of Critical Care* en août dernier. ■

Sources

Beaulieu-Boire, G., S. Bourque, F. Chagnon, L. Chouinard, N. Gallo-Payet et O. Lesur. « Music and biological stress dampening in mechanically-ventilated patients at the intensive care unit ward—A prospective interventional randomized crossover trial », *Journal of Critical Care*, vol. 28, n° 4, août 2013, p. 442-450.

Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke (CHUS). « La musique adoucirait le séjour des patients hospitalisés aux soins intensifs » (communiqué), 18 avril 2013.

Entrevue avec D^r Olivier Lesur du CHUS le 16 septembre 2013.

LA MORSURE

