

# L'apprentissage de la propreté



Sylvie Bédard  
sbedard@asstsas.qc.ca

Voilà une étape importante du développement de l'enfant. Toutefois, pour l'éducatrice, certaines tâches liées à cet apprentissage peuvent comporter des risques et occasionner des inconforts ou des troubles musculosquelettiques (TMS). La capsule vidéo *Change-ment de couche et apprentissage de la propreté* propose plusieurs astuces pour prévenir les TMS. Voyons-en quelques-unes.

**A**u début de la capsule, plusieurs tâches pouvant occasionner des TMS sont illustrées : soulever un enfant pour l'asseoir sur la toilette, s'accroupir pour remonter le pantalon, se pencher pour prendre le petit pot, se retourner pour jeter un regard aux autres enfants dans le local. Pour bien circonscrire les situations de travail où vous adoptez une posture contraignante, observez-vous en action. Ensuite, complétez la grille des facteurs de risque. Utilisez aussi le modèle de l'approche globale en prévention et le processus de résolution de problème pour trouver, en équipe, des solutions appropriées. Tous ces outils développés par l'ASSTSAS se retrouvent au même endroit et sont accessibles en quelques clics ([asstsas.qc.ca/avousdejouer](http://asstsas.qc.ca/avousdejouer)).

Pour bien circonscrire les situations de travail où vous adoptez une posture contraignante, observez-vous en action.



S'accroupir et se pencher sont des postures contraignantes.

## Pistes de solution

La capsule présente plusieurs pistes de solution pour favoriser des postures de travail sécuritaires. Elles reposent sur un objectif commun : respecter la posture de base, que vous soyez en position assise ou debout.

Chez les tout-petits comme chez les grands, un principe essentiel s'impose : les éducatrices doivent faire participer les enfants au maximum de leurs capacités. C'est bon pour eux et pour vous ! Les occasions de faire participer les enfants sont nombreuses. Demandez-leur de grimper sur le banc de la toilette, de se placer près de vous, de se pencher pour que vous puissiez leur essuyer les fesses ou remonter leurs vêtements.

**Chez les tout-petits comme chez les grands, un principe essentiel s'impose : les éducatrices doivent faire participer les enfants au maximum de leurs capacités.**

Une solution consiste à utiliser un banc à roulettes (ou une chaise). C'est un outil indispensable en services de garde : il permet à l'éducatrice de se placer à la hauteur de l'enfant et d'éviter les postures penchées. La mobilité de cet équipement vous permet de vous positionner facilement pour avoir l'œil sur le groupe, sans être en torsion ou en flexion.

Dans les toilettes, un tabouret à roulettes (une chaise ou un petit banc) est un atout pour éviter de vous pencher. Devant la toilette, l'ajout d'une marche stable élimine le soulèvement de l'enfant pour l'installer. Cet équipement fait toute la différence et l'enfant est bien content d'y grimper ! Donnez-lui la main pour l'aider au besoin.



Préparer le matériel.

Outre l'utilisation d'équipements adéquats, la prévention des TMS passe par de bonnes méthodes de travail. Par exemple, prenez le temps de vous préparer et de déposer le matériel requis à portée de main. Si vous le placez du côté de votre main dominante, vous évitez des torsions.

Lorsque vous essuyez les fesses d'un enfant, la méthode recommandée est de vous asseoir avec



S'asseoir à la hauteur de l'enfant.

l'enfant placé de profil près de vous. Quand il est penché, vous pouvez l'essuyer avec un minimum de contrainte posturale. Pour ramasser un petit pot, prenez le temps de fléchir les genoux ; si nécessaire, n'hésitez pas à prendre appui pour vous relever.

### Une démarche d'équipe

La capsule vidéo propose seulement quelques astuces. D'autres mesures peuvent mieux convenir à votre réalité. Discutez-en, planifiez des essais et n'hésitez pas à explorer d'autres options et à faire appel à l'ASSTSAS pour vos projets de prévention. ●