



This article appeared in a journal published by Elsevier. The attached copy is furnished to the author for internal non-commercial research and education use, including for instruction at the authors institution and sharing with colleagues.

Other uses, including reproduction and distribution, or selling or licensing copies, or posting to personal, institutional or third party websites are prohibited.

In most cases authors are permitted to post their version of the article (e.g. in Word or Tex form) to their personal website or institutional repository. Authors requiring further information regarding Elsevier's archiving and manuscript policies are encouraged to visit:

<http://www.elsevier.com/authorsrights>

stratégie soignante

Préserver son image personnelle malgré le cancer

■ Le cancer et les effets secondaires des traitements affectent l'image de soi ■ L'intervention d'une conseillère en image personnelle et socio-esthéticienne peut aider la personne soignée à restaurer son apparence pour mieux s'accepter ■ Elle lui permet d'être plus à l'aise dans la relation à l'autre et renforce l'estime de soi.

© 2014 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés – cancer ; conseil en image personnelle ; image corporelle ; socio-esthétique

AURY CALTAGIRONE
Conseillère en image et socio-esthéticienne

Institut Gustave-Roussy,
144, rue Edouard-Vaillant
94800 Villejuif, France

Preserving one's self-image despite cancer. Cancer and the side effects of the treatments affect a patient's self-image. The assistance of a personal image consultant and socio-aesthetics can help the patient restore their appearance and become more accepting of themselves. It enables them to be more at ease in their relationships with others and reinforces self-esteem.

© 2014 Elsevier Masson SAS. All rights reserved

Keywords – body image; cancer; personal image consulting; socio-aesthetics

L' image de soi se construit par l'apparence physique, les attitudes et comportements. Elle constitue un ensemble qui permet aux autres de nous "lire" et influence fortement nos relations sociales. Or, lorsqu'une personne est atteinte d'un cancer, les interventions chirurgicales, la radiothérapie et les effets secondaires de la chimiothérapie peuvent entraîner une transformation importante de son aspect physique : mastectomie, chute des cheveux, des cils et des sourcils, fragilisation des ongles (qui noircissent voire tombent), modification du teint de la peau, sécheresse de l'épiderme, prise ou perte de poids, etc. La perception qu'elle a d'elle-même peut être profondément altérée.

CONSEIL EN IMAGE ET SOCIO-ESTHÉTIQUE

■ Dans le parcours de soins, la rencontre avec la conseillère en image et socio-esthéticienne, intégrée dans l'équipe pluridisciplinaire, fait partie de la prise en charge globale. Dans un centre de lutte contre le cancer, elle aide les patients à pallier les transformations subies par le corps pendant la maladie et à leur donner l'envie de prendre soin d'eux-mêmes. La socio-esthétique est fondée sur l'interactivité avec la personne soignée par le biais des soins esthétiques, notamment ceux du visage et du corps, le maquillage, la manucure, les épilations, etc. Il est assez fréquent de disposer d'une cabine d'esthétique à

disposition des patients, souvent grâce à des associations. Une conseillère en image guide et accompagne la personne afin qu'elle puisse se présenter à elle-même et aux autres de manière optimale.

■ L'approche du travail sur l'image comprend trois axes.

- **l'apparence physique** : soins du corps, maquillage, forme et couleur des vêtements, accessoires, style et personnalité, etc. ;
- **le comportement** : développement personnel, confiance en soi, "étiquette" et protocole ;
- **la capacité à communiquer** : langage verbal et non verbal, construction des relations, résolutions des conflits, etc.

L'association du conseil en image et de la socio-esthétique permet d'obtenir rapidement des améliorations importantes de l'apparence et du bien-être des patients.

UNE CONSULTATION SPÉCIFIQUE INTÉGRÉE AU PARCOURS DE SOINS

■ **L'objectif principal de la consultation** est de créer les conditions favorables à la restauration de l'image corporelle de la personne malade, ainsi qu'à sa revalorisation et sa préservation identitaire, autant d'éléments indispensables pour mieux accepter les traitements et trouver l'énergie pour traverser l'épreuve de la maladie. Un espace privilégié et dédié, au sein de l'hôpital,

Adresse e-mail :
caltagirone@gustaveroussy.fr
(A. Caltagirone).

NOTES

¹ Les enfants et les adolescents sont parfois accueillis avec leurs parents et les personnes soignées viennent souvent en couple.

² Même si elle est objectivement un acte médical sur un organe non vital.

permet d'offrir au malade un moment de détente et de bien-être, et des échanges très personnels à travers une écoute non médicalisée.

■ **La consultation est gratuite et accessible à tous**, malades ou parents de malades¹, même si la priorité est donnée aux adolescents et jeunes adultes, aux femmes atteintes d'un cancer du sein, aux personnes portant une poche de stomie et aux patients en soins palliatifs. La consultation peut aussi se dérouler en dehors de la cabine, au chevet du patient, en chambre stérile ou non, lorsque celui-ci ne peut se déplacer.

APPRENDRE À VIVRE AVEC LE CANCER

Un accompagnement pour vivre avec le cancer et ses conséquences est nécessaire.

Pour le maintien de la vie sociale

■ **Plus la consultation de conseil en image et socio-esthétique arrive tôt dans la maladie** – l'idéal étant juste avant la chirurgie –, plus la personne soignée pourra bénéficier des techniques et conseils préventifs, afin de minimiser au mieux l'altération de son image corporelle. La première consultation dure une heure et demie à deux heures et comporte un entretien basé sur un questionnaire personnel pour mieux définir les attentes de la personne. Lors de cette consultation, l'analyse du contexte du patient (social, professionnel, familial) permet de rechercher la congruence entre sa personnalité et la nouvelle image qu'il recherche. En fonction des besoins exprimés, un certain nombre de séances supplémentaires lui sont proposées, généralement deux à cinq séances d'une heure trente.

■ **À chaque séance sont évalués le suivi des conseils au quotidien et les étapes franchies** afin qu'il ou elle s'approprie pleinement sa nouvelle image. La méthode est essentiellement indicative et pédagogique par son interactivité, en donnant l'opportunité au patient d'être actif dans son histoire personnelle, et en l'aidant ainsi à exercer son autonomie, notamment pour les soins corporels, le choix et la gestion des prothèses (mammaire ou capillaire) et le choix des vêtements.

■ **À l'issue du cycle de consultations**, un guide personnalisé contenant des conseils pratiques est remis au patient. Il permet de le rassurer et favorise sa prise d'autonomie. Si la personne souhaite effectuer un changement d'image radical, la recherche de ses motivations profondes permet de s'assurer que ce changement lui sera bénéfique.

Pour vivre avec les effets secondaires des traitements

■ **La chute des cheveux, des cils et des sourcils est l'effet secondaire qui a le plus d'impact**, car l'aspect du visage s'en trouve totalement modifié.

L'action de la conseillère en image est multiple :

- **présenter aux patients une sélection de per-ruques ou d'accessoires** vestimentaires, chapeaux et foulards, qu'ils ou elles peuvent essayer sur place ;

- **déterminer ensemble la meilleure couleur de cheveux** et la coupe la plus adaptée à la forme du visage ;

- **conseiller différentes boutiques spécialisées** pour acheter la perruque, avant que les cheveux ne tombent ;

- **préconiser les soins du cuir chevelu**, l'état de celui-ci étant important pour une bonne repousse des cheveux en fin de traitement ;

- **apprendre à confectionner des foulards** et turbans personnalisés ; ces séances créatives permettant de dégager une véritable énergie positive.

■ **Pour les femmes atteintes d'un cancer du sein, la mastectomie a un impact visuel symbolique également très fort²**. Une sidération de la patiente et un malaise après l'opération sont souvent observés car il s'agit d'une atteinte identitaire forte. Une étude récente a montré que plus de 70 % des femmes ayant subi une mastectomie n'effectuent pas de reconstruction du sein, certaines pour des raisons médicales, mais principalement parce qu'elles refusent une nouvelle chirurgie et qu'elles ressentent un "trop-plein" du monde hospitalier [1].

Même si certaines femmes préfèrent se reconstruire psychologiquement en assumant ce nouveau corps dissymétrique, la plupart des femmes opérées et "non-reconstruites" choisissent de porter une prothèse mammaire externe. La conseillère en image peut aider ces dernières à mieux accepter le port d'une telle prothèse en les familiarisant – ainsi que leur conjoint – avec l'objet lui-même, et en leur présentant une gamme de vêtements adaptés (lingerie et maillots de bain), dont la qualité et la diversité se sont accrues ces dernières années, permettant d'associer féminité et confort. Des soins pour la peau au niveau du sein opéré, comme l'hydratation et l'effleurage, en vue d'une reconstruction mammaire éventuelle, sont aussi recommandés.

■ **À celles et ceux qui souhaitent dissimuler leurs cicatrices, leur chambre implantable,**

Vivre après un cancer

leur poche ou leur lymphœdème, les conseils donnés sont basés sur le maquillage ou l'utilisation de vêtements et d'accessoires adaptés. Les techniques utilisées sont variées et choisies avec les patients, en fonction de leurs attentes et préférences, et selon les traitements. Certaines apprennent à se maquiller en utilisant les couleurs adaptées à leur carnation, en mettant en valeur les atouts naturels de leur visage, grâce à une méthode structurée utilisant une palette de deux cents tissus colorés. Cette analyse colorimétrique permet aussi de déterminer les couleurs à privilégier pour le choix d'un vêtement, pour les cheveux ou des lunettes, par exemple. Une analyse de la morphologie et de la personnalité permet aussi de compenser au mieux les éventuels déséquilibres entre le choix du style vestimentaire, du maquillage et la forme du corps, du visage, en adéquation avec la personnalité.



© J. Legans/Elsevier Masson SAS

APPRENDRE À VIVRE APRÈS LA FIN DES TRAITEMENTS

■ **La fin des traitements est souvent un moment difficile** pour le patient qui a vécu à l'hôpital des épreuves et des moments très forts, avec un accompagnement et un encadrement importants. Le retour chez soi donne souvent lieu à un sentiment de vide et de décalage. La vie ne sera plus jamais exactement comme avant.

■ **Parfois, le couple ne résiste pas à la maladie**, et la personne qui souhaite de nouveau séduire et commencer une nouvelle relation attend aussi des conseils. De nos jours, les malades atteints d'un cancer sont souvent assez jeunes et il existe une meilleure espérance de survie qu'il y a vingt ans, ce qui change énormément la perspective après les traitements.

■ **La personne en rémission peut avoir une attitude de repli sur soi et ressentir un malaise vis-à-vis de son corps**. Or la communication se

réalise à 80 % au travers du langage non verbal : chaque fois que l'on parle, notre corps communique avec nous. Des conseils importants sur l'attitude, la posture et les gestes appropriés peuvent aider à maintenir des relations adaptées avec les autres.

■ **Le retour au travail** dépend grandement des compétences de la personne et du type de poste qu'elle occupait auparavant. Le télétravail ou le temps partiel thérapeutique peuvent être de bonnes solutions. Pour diminuer l'impact de la maladie et des traitements (notamment la mastectomie) sur la force physique, les patientes sont orientées vers des kinésithérapeutes spécialisés. Le monde du travail est souvent celui de la performance. Or le cancer introduit de l'incertitude et de la fragilité, qui sont en opposition avec ce concept. Des conseils spécifiques en image professionnelle, concernant l'hygiène du corps, les vêtements, les accessoires, les gestes et les comportements adaptés, aident à réussir les entretiens d'embauche ou reprendre un travail.

Les points à retenir

- **Le cancer et ses traitements peuvent atteindre profondément l'apparence** de la personne malade et la perception qu'elle a d'elle-même.
- **La conseillère en image et socio-esthéticienne fait partie de l'équipe pluridisciplinaire** et peut aider la personne à vivre avec et après le cancer, pour un retour à la vie normale et lors de la reprise du travail.

CONCLUSION

Les infirmières peuvent aider les patients à prendre soin de leur corps et de leur image en identifiant les ressources disponibles au sein de leur structure hospitalière et en orientant les patientes vers ces services quand elles le jugent nécessaire. Le conseil en image personnelle et la socio-esthétique sont bénéfiques pour les patients et doivent être intégrés dans le parcours de soins, avec un travail en équipe pluridisciplinaire. ■

RÉFÉRENCE

[1] <http://auseindesadifference.files.wordpress.com/2013/10/hecc81quet-springerplus2013.pdf>

POUR EN SAVOIR PLUS

- Caltagirone A. Savoir rester belle pendant et après les traitements anti-cancer. Kremlin-Bicêtre: Éditions Salutaires; 2012
- www.savoirresterbelle.com

Déclaration d'intérêts
L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.