

Titre : Prévention de l'incontinence urinaire de la jeune fille au collège

Auteur :

Marianne Lenoir, médecin de l'éducation nationale, inspection académique de Saône et Loire

Acteurs de terrain

Marianne LENOIR, médecin de l'éducation nationale
Philippe CASABURO, conseiller principal d'éducation

Référent contact :

Marianne LENOIR : Marianne.Lenoir@ac-dijon.fr

Résumé :

L'incontinence urinaire de la jeune fille nullipare est un phénomène retrouvé dans la bibliographie mondiale. D'autres facteurs que la grossesse concourent donc à la survenue de cette incontinence, et notamment des facteurs scolaires comme la non fréquentation des toilettes du collège. Le travail réalisé a consisté tout d'abord à évaluer la réalité de l'incontinence urinaire chez des jeunes collégiennes, puis à étudier le facteur de non fréquentation des toilettes. Par la suite, un travail de prévention et d'éducation à la santé a été élaboré, à l'initiative des élèves, en équipe pluridisciplinaire. Une évaluation a pu être réalisée.

Mots clés : Collège, toilettes, incontinence urinaire, filles nullipares, prévention.

PREVENTION DE L'INCONTINENCE URINAIRE AU COLLEGE

INTRODUCTION

L'ICS (International Continence Society) définit l'incontinence urinaire comme " *la plainte de toute fuite involontaire d'urine*". Elle est identifiée comme un problème de santé publique difficile à évaluer car sujet tabou pour les femmes qui en souffrent. Cependant, une revue mondiale de la littérature (1) réalisée à partir d'une recherche sur Medline a sélectionné 35 articles et permis de calculer une prévalence médiane de 27,6 % de femmes présentant des signes d'incontinence urinaire.

L'incontinence urinaire est souvent reliée à la survenue de grossesse. Cependant des études américaines et canadiennes (2) auprès de collégiennes font état de cette pathologie. L'incontinence urinaire a été identifiée dans des établissements scolaires : une étude française réalisée par le Pr Faussat (3) retrouve des fuites d'urine chez 8,5% des jeunes filles pendant les cours d'éducation physique et sportive. Chez la jeune fille, l'incontinence urinaire d'effort est la plus fréquente.

Deux professeurs de médecine, le Pr Pigné, gynécologue spécialiste de l'incontinence urinaire et le professeur Averous uro-pédiatre (4), interpellaient les médecins de l'éducation nationale sur la nécessité de la prévention de ce problème de santé, en rapport à des facteurs scolaires en favorisant la survenue.

Les missions du médecin de l'éducation nationale consistent, en effet, à identifier les problèmes de santé publique émergeant au sein des établissements scolaires, de mettre en œuvre des actions de prévention individuelles et collectives en relation avec ces problèmes de santé (5).

Un travail a été initié dans un collège de Saône et Loire afin de connaître la réalité de l'incontinence urinaire, d'identifier les facteurs scolaires la favorisant et de mettre en place des actions de prévention (6).

1. DESCRIPTION DU TRAVAIL

La bibliographie nous a permis d'identifier un facteur important de survenue de l'incontinence urinaire au collège : la non fréquentation des toilettes du collège qui favorise les infections urinaires par stagnation des urines dans la vessie. Ces

infections urinaires basses ont été identifiées par l'ANAES (Agence Nationale d'Accréditation et d'Evaluation en santé) (7) comme facteur favorisant de l'incontinence urinaire. La rétention des urines dans la vessie impose, par ailleurs, des contraintes sur le plancher pelvien, ce qui le fragilise.

1.1. méthodologie

Le collège choisi pour l'étude est situé en zone ZEP. Il comportait au moment de l'étude 770 élèves dont 50% de filles.

Un questionnaire a été distribué aux 126 filles de 5eme et de 3eme du collège lors d'une visite médicale.

Ce questionnaire a été complété par une observation des toilettes pendant quinze jours avec remplissage d'une grille d'observation.

Des entretiens semi-directifs ont été réalisés auprès des personnes assurant l'entretien des toilettes.

Par ailleurs, une séance " hygiène et puberté" a été organisée pour les élèves de 5eme dans le cadre des séances d'éducation à la sexualité afin de savoir, entre autre, si elles connaissaient les précautions élémentaires pour protéger leur périnée. Un questionnaire leur a été distribué en fin de séance afin de savoir leur niveau de connaissance antérieur sur ce sujet.

1.2. résultats de l'étude

Le questionnaire a montré deux points importants :

- l'incontinence urinaire d'effort est une réalité dans ce collège : 9,5% des jeunes filles avouaient avoir eu des fuites urinaires notamment pendant le sport. Un tiers des élèves ne fréquentaient jamais les toilettes du collège car elles étaient perçues comme sales (91%), malodorantes (91%) et peu accueillantes.

70% des élèves ne se sentaient pas en sécurité dans les toilettes du fait d'un manque d'intimité. Par ailleurs, elles n'avaient jamais le temps d'aller aux toilettes pendant les intercourts et elles étaient peu souvent autorisées à se rendre aux toilettes pendant les cours.

- De plus, la non- fréquentation des toilettes entraînait un impact au niveau pédagogique puisque 43% des élèves disaient avoir souvent ou parfois

mal au ventre pendant les cours parce qu'elles n'étaient pas allées aux toilettes.

L'observation des toilettes sur une semaine a confirmé les résultats du questionnaire au niveau du manque de propreté et de la mauvaise odeur. Les entretiens semi-directifs auprès des personnels d'entretien montraient que la saleté constatée était surtout due au non respect des lieux par les élèves. En effet, les toilettes étaient propres en début de journée, mais leur état se dégradait dès la récréation du matin.

Lors de la séance " hygiène et puberté", 55 % des filles ne connaissaient pas les précautions élémentaires à prendre pour protéger leur périnée.

1.3. actions entreprises suite à ce travail

Dans les suites, un plan d'éducation à la santé a été mis en place dans le collège. L'objectif principal était de diminuer l'incidence de l'incontinence urinaire en améliorant la fréquentation des toilettes.

1.3.1. La première année : évaluation

Le travail réalisé dans le collège a permis de faire un état des lieux, à la fois de la réalité de l'incontinence urinaire d'effort auprès des jeunes filles de 5eme et de 3eme du collège, mais également de l'état et de la fréquentation des toilettes au collège.

1.3.2. Deuxième année : rendu des résultats aux élèves et projet d'action

L'année suivant l'état des lieux, les résultats du questionnaire ont été présentés aux élèves alors en 4eme (les 3eme interrogées étant sorties du collège).

Les élèves ont alors élaborés deux sortes d'action :

➤ Amélioration du passage aux toilettes

- Demande d'augmentation du nombre de passage du personnel d'entretien au cours de la journée pour maintenir la propreté tout au long de la journée.
- Améliorations matérielles demandées lors d'une réunion organisée en présence de l'intendante du collège : le renouvellement plus fréquent du papier toilette, des poubelles fermées pour les protections périodiques, la réparation des sèche-mains soufflants, du savon pour se laver les mains à la sortie des toilettes, la réparation des verrous.
- Par ailleurs, elles souhaitent qu'une surveillante puisse passer régulièrement dans les toilettes pour limiter les incivilités.
- Elles demandaient également qu'une salle d'étude soit ouverte pendant la pause méridienne pour éviter à certaines élèves de faire leurs devoirs dans les toilettes.

➤ **Plan d'éducation à la santé**

Les élèves ont alors fait remarquer que l'amélioration matérielle des toilettes n'était pas suffisante puisque certains problèmes de saleté dans les toilettes étaient dus aux non respect des lieux par les élèves. Elles se proposaient donc d'élaborer un plan d'éducation à la santé dont l'objectif principal était de faire prendre conscience à leurs camarades que la propreté était l'affaire de tous.

1.3.3. troisième année : réalisation du plan d'éducation à la santé

Un groupe d'élève de 3eme (les élèves qui étaient en 5eme au début de l'étude) ont travaillé sur le plan d'éducation à la santé élaboré l'année précédente dans le cadre d'un groupe de travail intitulé " toilette", pendant le temps de pause méridienne. La réalisation de ce travail a été possible grâce à la coordination du médecin scolaire et du conseiller principal d'éducation.

➤ **Interview du personnel d'entretien et article dans le journal du collège**

Les élèves ont interrogé les personnes responsables de l'entretien dans le collège et notamment des toilettes. Elles ont pu faire remonter auprès des

élèves du collège la réalité de ce travail, les techniques utilisées et l'importance en matière de santé. Un article a été élaboré au sein de la commission journal.

➤ **Fabrication de panneaux montrant l'état des toilettes et de la cour en début et fin de journée sans nettoyage au cours de la journée; exposition des panneaux au CDI**

Les élèves ont organisé "une journée sans nettoyage" en demandant au personnel d'entretien de ne pas ramasser les débris qui jonchaient chaque jour le sol du préau couvert appelé aquarium. Elles ont pris des photos au début de la journée et à intervalles réguliers. Puis elles ont balayé l'aquarium et ont photographié le tas de débris. Puis elles ont réalisé des posters qu'elles ont affichés au CDI, lieu fréquenté par tous les élèves du collège. Dans les suites, elles ont pu obtenir de l'administration, la pose de poubelles supplémentaires dans l'aquarium et dans la cour.

➤ **Réalisation d'un film pour la journée porte ouverte du collège**

Le film retrace "la journée sans nettoyage", avec appel au civisme des élèves afin que les débris soient mis à la poubelle et non pas jetés sur le sol. Ce film a été projeté lors de la journée porte ouverte du collège. Le montage a été réalisé par les élèves et le conseiller principal d'éducation.

➤ **évaluation du plan d'éducation à la santé**

○ **par l'observation des toilettes**

Une observation des toilettes à la fin de la troisième année, avec remplissage de la grille d'observation originale montre une réelle amélioration de la propreté des locaux. Il est noté la présence de papier toilette, de savon et de sèche main en état de marche. Des poubelles avec couvercle sont également en place dans chaque toilette. Les murs ont été repeints et les verrous réparés.

○ **par ré administration du questionnaire**

Le questionnaire du travail d'origine a été de nouveau distribué aux élèves de 3^{ème} (qui étaient en 5^{ème} au début de l'étude). Les filles trouvent les toilettes sales à 86% et une mauvaise odeur à 84%. On note amélioration de l'opinion en faveur d'une meilleure hygiène des toilettes. Cependant, nous n'avons pas pu calculer si cette amélioration était significative du point de vue statistique car la population interrogée n'était pas la même (il manquait les élèves interrogées en 3^{ème} la première année). D'autre part, les conditions d'administration du questionnaire n'étaient pas les mêmes : remplissage en classe alors que le premier remplissage avait été fait en situation d'attente à la fin de la consultation médicale.

1.4. nécessité d'un travail pluridisciplinaire

Ce plan d'éducation à la santé n'a pu être réalisé que par le travail en commun d'une équipe, au sein d'un collège, à partir d'un problème identifié, sur une initiative des élèves.

L'implication du principal du collège dans la prise en charge des problèmes de santé des élèves est primordiale.

Le médecin de l'éducation nationale doit repérer les problèmes de santé des établissements dont il est le référent médical. Ce travail de repérage doit être réalisé en relation avec les grands problèmes de santé publique identifiés au niveau national, en tenant compte des particularités régionales et départementales. Une fois l'état des lieux dans l'établissement accompli, il doit définir des objectifs d'amélioration du problème de santé identifié. Un plan d'éducation à la santé doit être élaboré en partant des idées des élèves et du personnel de l'établissement, si possible dans le cadre du Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté. Il reste en appui technique tout au long de l'exécution de ce plan. Il doit prévoir une évaluation en fonction des objectifs prévus.

Le conseiller principal d'éducation a un rôle de coordination et d'organisation de ce plan d'éducation à la santé dont il est partie prenante.

La démarche doit être réflexive et doit pouvoir évoluer en fonction des événements intercurrents et des idées des acteurs, notamment des élèves.

2. Les prolongements de ce travail de terrain

Ce travail a pu être utilisé pour l'élaboration de plusieurs brochures :

- Le rapport de l'Observatoire National de la sécurité des établissements Scolaires (O.N.S) intitulé "Les sanitaires dans les écoles élémentaires". Suite à l'augmentation des accidents dans les sanitaires des écoles élémentaires, l'ONS a diligenté une enquête auprès des directeurs et auprès d'élèves de CM2. Les résultats de cette enquête ont permis de mettre en évidence les problèmes inhérents aux toilettes et les conséquences sur la santé des élèves. Des objectifs ont pu être élaborés dans les suites de ce travail. (8)
- La brochure : "hygiène et santé dans les écoles primaires". *"Elle précise toutes les informations nécessaires pour faciliter la mise en œuvre des mesures d'hygiène, indispensables aussi bien dans le déroulement, au jour le jour, de la vie de l'école que dans certaines situations plus exceptionnelles."* Elle aborde notamment la thématiques de l'hygiène des locaux et en particulier des toilettes. (9)
- Prochainement, seront mises en ligne des préconisations sur le site de l'inspection académique de Saône et Loire, dans la rubrique "social/santé des élèves" concernant la prévention de l'incontinence urinaire dans le cadre scolaire.

CONCLUSION

L'incontinence urinaire de la jeune fille a été reconnue comme un réel problème de santé publique. Des facteurs scolaires ont été identifiés au collège, notamment l'accès aux toilettes. Un plan d'éducation à la santé a été réalisé par une équipe pluridisciplinaire à l'initiative des élèves du collège dans le cadre de la prévention primaire.

Mais d'autres actions peuvent être entreprises au niveau du collège. Les précautions élémentaires de protection du périnée peuvent être travaillées avec les élèves pendant les séances d'éducation à la sexualité en développant les compétences psychosociales des élèves dans une démarche de prise en charge globale.

En prévention secondaire, un dépistage systématique au cours de la visite médicale scolaire peut être réalisé.

BIBLIOGRAPHIE

(1) **MINASSIAN V.A., DRUTZ H.P., ALBADR A.** Urinary incontinence as a worldwide problem. *International Journal of gynaecology and obstetrics*, 2003,n° 82, pp.327-338.

(2) **ALANAIF B., DRUTZ H.P.** The prevalence of urinary and faecal incontinence in Canadian secondary school teenager girls: questionnaire study and review of literature. *Int. Urogynecol. J. Pelvic Floor Dysfunction*, 2001, n°12, pp. 134-137.

(3) **COUSSE-HENKER R.** *Féminité et muscles cachés*. R.C.H Publications, B.P. 92, 94 003 Créteil Cedex.

(4) **AVEROUS M.** Un fléau scolaire méconnu : l'infection urinaire et les troubles mictionnels de la fillette. *Progrès en urologie (Paris)*, 2004, Volume 14, n°6, pp.1228-1230.

(5) **MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE.** Missions des médecins de l'éducation nationale. *Circulaire n°2001-013*, 12 janvier 2001.

(6) **LENOIR M.** *L'incontinence urinaire de la jeune fille nullipare: état des lieux et rôle du médecin de l'éducation nationale*, mémoire E.N.S.P., juillet 2005, 51p.

(7) **ANAES.** *Prise en charge de l'incontinence urinaire de la femme en médecine générale*. Service des recommandations professionnelles, mai 2003. 17 p.

(8) **O.N.S.** : Les sanitaires dans les écoles élémentaires, dossier extrait du rapport 2007, <http://ons.education.gouv.fr>

(9) **MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE, D.G.S.C.O,** *Hygiène et santé dans les écoles primaires*, <http://Eduscol.education.fr> .