



## Les 7 SENS

La VISION



Le TOUCHER



Le GOÛT



L'ODORAT



L'AUDITION



*Mais il existe également :*

La PROPRIOCEPTION

Réfère au message qui est envoyé des os, muscles, ligaments et des articulations jusqu'au cerveau. C'est ce message qui nous indique la **position de chacune des parties de notre corps dans l'espace**. Cela permet à notre corps de **s'orienter dans l'espace et d'exécuter des mouvements**.

Par exemple : Mettre ses mains sur sa tête sans regarder

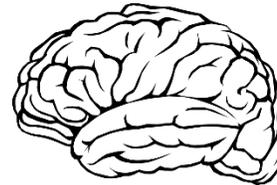
Le SYSTÈME VESTIBULAIRE

Il transmet l'information provenant des changements de position de la tête. Ce système nous **permet de maintenir des réactions d'équilibre statique (sur place) et dynamique (en mouvement)**.

Par exemple : Se balancer, sauter sur un trampoline

## DÉFINITION DE L'INTÉGRATION SENSORIELLE

- 1) Les sens **reçoivent les informations de l'environnement** (aussi appelées **stimuli**)  
Par exemple, le bruit, chaleur, vent, etc.



- 2) Le cerveau **analyse et traite** ces informations



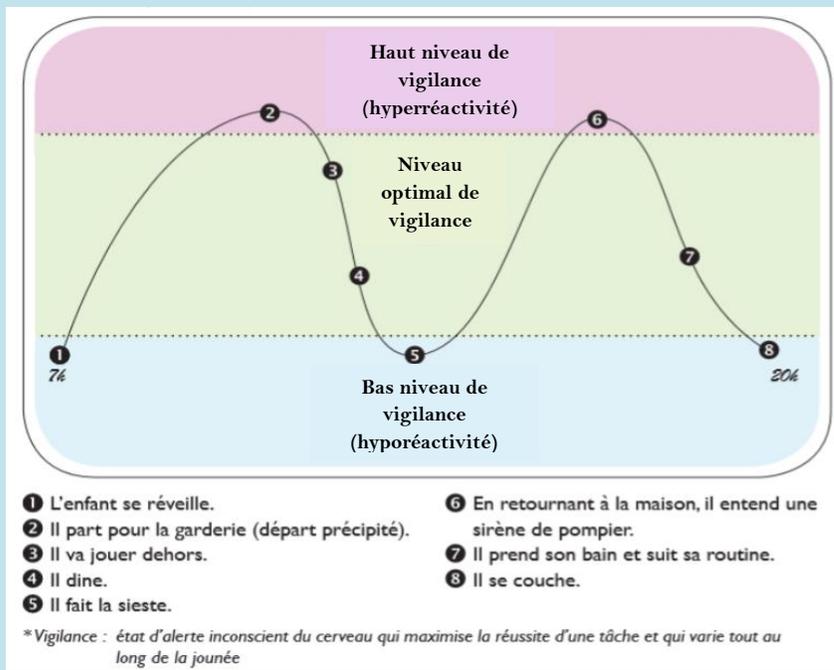
- 3) Le corps produit une **réponse** (ex : comportement, émotion, geste)

Des **difficultés d'intégration sensorielle** peuvent se présenter chez la clientèle TSA. Le type le plus courant est : la **difficulté de modulation sensorielle**.

## DÉFINITION DE LA MODULATION SENSORIELLE

Capacité à **régulariser et organiser le niveau, l'intensité et la nature des stimuli** afin de produire des **réponses de manière graduée et adaptée au contexte**.

Les réactions du cerveau aux stimuli de l'environnement varient au cours d'une journée chez chacun d'être nous.



### Définition de la difficulté de modulation sensorielle :

Présentes lorsque les réactions aux stimuli sont **exagérées et trop fréquentes**.

Ces difficultés peuvent s'observer dans :

- Les **comportements** de l'individu
- Ses **interactions** avec les autres
- Son **développement** par rapport à celui des autres individus de son âge
- Ses capacités d'**apprentissage**

Une difficulté de modulation sensorielle peut se manifester sous forme d'**hyperréactivité** ou d'**hyporéactivité**.

➤ Ces réactions peuvent se présenter pour chaque sens

## HYPERRÉACTIVITÉ

Présente des **réactions trop intenses**. Perçoit plusieurs stimuli (ex : mouvements, bruits) comme étant **agressants ou menaçant**, alors qu'ils ne le sont pas pour les autres. Ces réactions **empêchent l'individu de bien fonctionner** dans des activités simples.

*Peut se traduire par :*

Des **réactions actives** (ex : s'éloigner d'une situation agressive, se boucher les oreilles s'il y a trop de bruits, ne pas manger certains aliments en raison des textures).

Des **réactions passives** (ex : pleurer, crier).

## HYPORÉACTIVITÉ

Besoin que les **stimuli soient plus nombreux, plus fréquents, plus intenses et qu'ils durent plus longtemps** afin que le cerveau puisse les percevoir.

*L'individu peut réagir de 2 façons :*

**Apathie** (aussi appelé **faible enregistrement sensoriel**) : Être dans sa bulle, avoir l'air fatigué malgré les stimulations autour, difficile à engager dans une activité

**Recherche sensorielle** (réponse de recherche très forte à une stimulation sensorielle) : Incapable de rester assis, saute et tourne sur lui-même, bouscule les autres, intrusif avec les autres, mets différents items dans sa bouche, touche à tout

# PISTES D'ACTION POSSIBLES

## HYPERSENSIBILITÉ :

### Exemples de modalités sensorielles pour calmer

**Tactiles :** Objets à mâcher, vibration à basse intensité

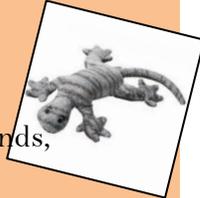
**Vestibulaires :** Se bercer doucement, se balancer doucement de l'avant vers l'arrière, bondir lentement sur un gros ballon

**Proprioceptives :** Faire des massages profonds, utiliser des animaux lourds lors de tâches sédentaires (utilisation de 20 minutes maximum)

**Auditives :** Réduire les bruits ambiants, musique douce/bruits blancs, coquilles pour les oreilles



**Visuelles :** Réduire les stimuli visuels (lumières vives, couleurs contrastantes, encombrement)



## RECHERCHE SENSORIELLE :

### Modalités sensorielles pour répondre aux besoins sensoriels

Ces personnes ont tendance à aller eux-mêmes chercher les stimulations voulues, l'important est de leur offrir l'encadrement nécessaire pour assurer la sécurité de ses personnes tout en répondant à leurs besoins sensoriels.

- Donner accès à du matériel et s'assurer de la sécurité de la personne
- Guider la personne dans ses activités : démontrer ce qui peut être fait dans les activités et comment utiliser les différents objets
- Encadrer les périodes de jeux avec une minuterie pour éviter une surstimulation



## PRÉCAUTIONS

- ✓ RESTER ALERTE AUX SIGNES PHYSIQUES (DOULEUR, FATIGUE, ÉTOURDISSEMENTS)
- ✓ SÉCURITÉ AVANT TOUT

## FAIBLE ENREGISTREMENT SENSORIEL :

### Exemples de modalités sensorielles pour stimuler

**Tactiles :** Chatouiller, glue, utiliser différentes textures dans le jeu, vibration à plus haute intensité

**Vestibulaires :** Rouler au sol, se balancer, sauter sur un trampoline, grimper, glisser dans une glissade, jeux de ballon

**Proprioceptives :** Bandes de résistance, déplacer des objets lourds

**Auditives :** Musique rythmée, jouets qui font du bruit

**Visuelles :** Lampes de poches, jouets lumineux, jouets fluorescents

## Pour plus de renseignements, informez-vous à :

- Institut de réadaptation en déficience physique du Québec (IRD PQ) : <https://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/>
- Autism Canada : <https://autismcanada.org/?lang=fr>

## Références :

- IRDPQ, *Comprendre l'intégration sensorielle*, <https://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/sites/default/files/brochurecomprendreintegrationsensoriellebasseres.pdf>
- Conférence sur l'approche d'intégration sensorielle : la théorie, l'évaluation et le traitement, Marie-Josée Tessier, erg. M. Sc., 4 septembre 2018, Université de Sherbrooke.