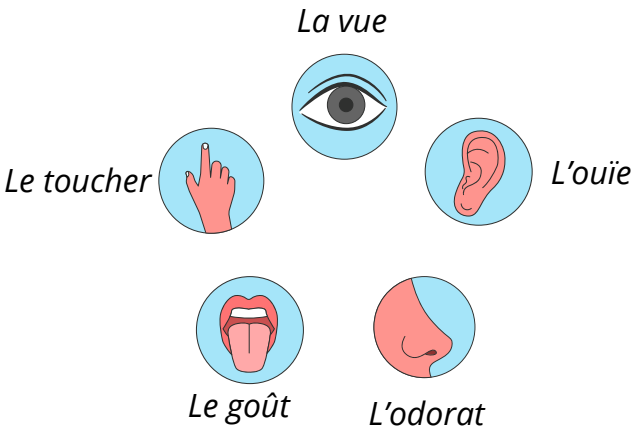
# Comprendre l'intégration sensorielle des personnes autistes

AUTISME ESTRIE

## Les 7 sens




*Mais il existe également :*

**LA PROPRIOCEPTION**

Réfère au message qui est envoyé par les os, muscles, ligaments et les 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 son doigt sur son nez, les yeux fermés.

**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 : bruit, chaleur, vent, odeur, etc.

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

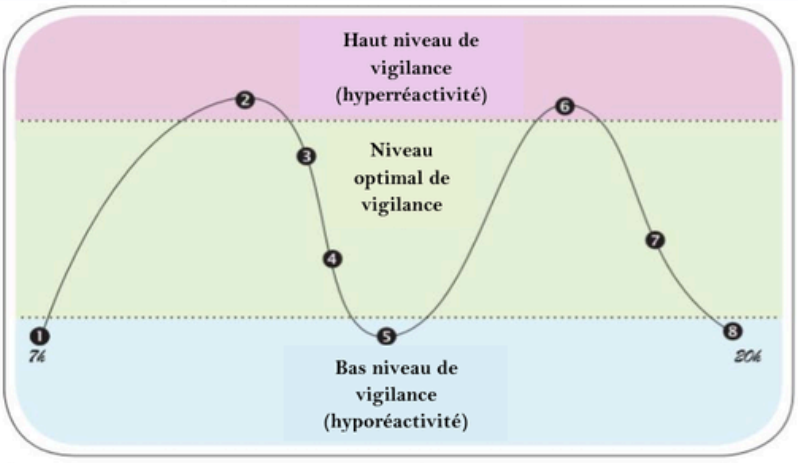
3) Le corps produit une **réponse** (ex : comportement, émotion, geste).

Des difficultés d'intégration sensorielle peuvent se présenter chez les personnes autistes. 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.




❶ L'enfant se réveille.
❷ Il part pour la garderie (départ précipité).
❸ Il va jouer dehors.
❹ Il dine.
❺ Il fait la sieste.
❻ En retournant à la maison, il entend une sirène de pompier.
❼ Il prend son bain et suit sa routine.
❽ Il se couche.

*Vigilance : *état d'alerte inconscient du cerveau qui maximise la réussite d'une tâche et qui varie tout au long de la journée*

## DÉFINITION DE LA DIFFICULTÉ DE MODULATION SENSORIELLE :

Présente 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 agressante, 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, fuir, etc.).

## 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 .

AUTISME ESTRIE

# PISTES D'ACTIONS 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 par heure)

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

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

## 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

## RECHERCHE SENSORIELLE :

Ces personnes ont tendance à aller elles-mêmes chercher les stimulations voulues. L'important est de d'offrir l'encadrement nécessaire pour assurer leur sécurité 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.

**VOIR DOCUMENT: LA BOÎTE DE RETOUR AU CALME**

## PRÉCAUTIONS

- Rester alertes aux signes physiques : fatigue, étourdissements, douleur (la grande tolérance à la douleur ne veut pas dire que la personne n'est pas blessée)
- Sécurité avant tout

Pour plus de renseignements, informez-vous à : • Institut de réadaptation en déficience physique du Québec (IRDPQ) : https://www.ciusss capitalenationale.gouv.qc.ca/ • Autism Canada : https://autismcanada.org/?lang=fr Références : • IRDPQ, Comprendre l'intégration sensorielle, https://www.ciusss capitalenationale.gouv.qc.ca/sites/default/files/broc hcomprendreintegrationsensoriellebasseres.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.