

Provided for non-commercial research and education use.  
Not for reproduction, distribution or commercial use.



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>

pratique soignante

# Soigner autrement : les ateliers neuro-olfactifs

**DIDIER LESAUVAGE**  
Cadre supérieur de santé  
SSR/SLD Neurologie,  
Groupe hospitalier  
Pitié-Salpêtrière – Charles  
Foix/AP-HP,  
47-83, boulevard de l'Hôpital,  
75013 Paris, France

■ Les odeurs, ancrées dans notre mémoire, sont en lien direct avec nos émotions et nos souvenirs  
■ Les ateliers olfactifs ont pour objectif thérapeutique de stimuler la mémoire et de susciter des émotions de manière ludique, grâce à l'utilisation d'odeurs variées.

© 2014 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

**Mots clés** – atelier olfactif ; émotion ; mémoire ; neurologie ; odeur

L'olfactothérapie est une méthode qui se fonde sur la capacité des odeurs à éveiller, stimuler la mémoire et faire remonter des émotions ou souvenirs passés. Les ateliers olfactifs ont un but thérapeutique. Leur principe consiste à faire sentir aux patients les odeurs de la vie courante (*encadré 1*) afin de stimuler la mémoire, le langage et la concentration. Aidés par des professionnels de l'olfaction, les patients réussissent à évoquer des souvenirs.

## HISTORIQUE

■ **Les premiers ateliers d'olfactothérapie en France sont organisés en 2001** par le

*Cosmetic Executive Women* (CEW), dans le service de médecine physique et de réadaptation de l'hôpital Raymond-Poincaré de Garches (Hauts-de-Seine). Ils prennent place ensuite dans onze hôpitaux ou centres médicaux français, en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ephad), en maisons des adolescents, en médecine physique et de réadaptation, ou encore en cancérologie. Début 2012, l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (AP-HP, 75) intègre les ateliers olfactifs au sein du pôle maladies du système nerveux, dans le service de soins de suite et réadaptation et soins de longue durée (SSR/SLD).

■ **En service de SSR/SLD**, les ateliers sont destinés aux patients ayant des troubles cognitifs (troubles mnésiques, de la concentration, de l'élocution) notamment les patients en rééducation neurologique, cérébrolésés (après un accident vasculaire cérébral ou un traumatisme crânien sévère), épileptiques, atteints de pathologies neurologiques dégénératives, de sclérose en plaques, du syndrome de Korsakoff, les patients atteints de la maladie d'Alzheimer, d'autisme.

## OBJECTIFS DES ATELIERS

■ **Ce ne sont pas les odeurs qui soignent.** L'objectif des

ENCADRÉ 1

### Une olfactothèque

■ **L'olfactothèque est une mallette** contenant, dans différentes fioles, parfums et arômes alimentaires (*figure 1*). Il s'agit d'un outil pédagogique permettant de faire ressurgir la mémoire et les émotions. Ces produits sont réalisés par l'*International Flavors and Fragrances* (IFF)<sup>1</sup>. Elle est composée de 40 flacons de 15 mL.

■ **Il existe différents types d'odeurs** : parfums de fleur,



**Figure 1.** Dans chaque flacon de cette olfactothèque, un type d'odeur à reconnaître.

fruit, arôme alimentaire, essence, savon, dentifrice, cire de parquet, goudron, mousse à raser, gaz,

brûlé, viande, épices, colle, bonbon à la fraise, bâton de réglisse, bois coupé, cartable neuf (cuir), uniforme d'écolier, odeur de bois, de la craie, cahier, crayon, etc.

<sup>1</sup> *L'IFF, un des leaders mondiaux dans la création et la fabrication d'arômes et de parfums, a été la première, dans les années 1960, à étudier l'impact de l'olfaction et du goût sur notre cerveau, nos émotions et notre santé.*

[www.iff.com](http://www.iff.com)

Adresse e-mail :  
didier.lesauvage@psl.aphp.fr  
(D. Lesauvage).

ateliers n'est pas d'identifier l'odeur de façon précise, le patient ne devant pas être mis en situation d'échec, mais de l'utiliser pour faire resurgir des sensations, favoriser le travail de la mémoire et établir une dynamique de communication. L'atelier est, en général, un moment agréable qui peut aider les patients à mieux vivre leur pathologie ou leur handicap. Il s'agit d'un outil qui permet de travailler autrement qu'avec des tests et schémas visuels classiques. La découverte des odeurs favorise également la communication.

■ **Les ateliers permettent d'identifier des troubles de l'odorat** : une odeur de brûlé, de gaz ou de nourriture avariée non identifiée peut être à l'origine d'accidents domestiques lors du retour au domicile. Le patient et l'entourage sont alors prévenus du risque. Ce type d'atelier est mis en place, en particulier lorsque les patients sont atteints de troubles visuels qui empêchent une rééducation par l'image.

### DÉROULEMENT DES ATELIERS

■ **Les ateliers se déroulent au rythme de deux journées par mois.** Les séances ont lieu, au minimum à 8 jours d'intervalle, avec les mêmes patients afin d'évaluer à distance la mémoire. Un planning de patients est proposé par demi-journée. L'atelier est animé par la neuropsychologue et l'olfactothérapeute<sup>1</sup>. Une aide-soignante, une infirmière, un orthophoniste ou un ergothérapeute accompagne le patient en atelier et y participe.

■ **Au cours de cette séance individuelle d'une demi-heure,** quatre ou cinq odeurs différentes sont présentées au patient à l'aide

de touches olfactives (figure 2). Il sent et tente d'identifier l'odeur. La neuropsychologue ou l'olfactothérapeute oriente si besoin le patient : est-ce une odeur agréable ? Désagréable ? Sucrée ? Salée ? Fruitée ? Florale ?

■ **L'odorat, sens primaire et complexe, est lié aux émotions.**

Le thérapeute ne peut en aucun cas s'arrêter à la lecture de l'étiquette du flacon. Par exemple, le parfum de l'œillet peut évoquer, chez un patient, le souvenir d'une séance chez un dentiste. En revanche, cette même odeur peut rappeler à un autre un souvenir olfactif totalement différent comme le jardin de sa grand-mère dans sa petite enfance.

■ **L'odeur permet d'amorcer la communication par un sourire, une expression.** Elle est

l'occasion pour le soignant de créer un temps d'échange et d'obtenir de nouvelles informations sur son patient. Pour ce dernier, l'atelier lui permet de sortir de son quotidien, de s'évader et de se remémorer des moments de sa vie d'avant, souvent méconnue du soignant.

■ **Pour chaque patient, est créé un dossier d'olfactothérapie qui comprend :**

- une fiche d'inscription du patient avec les nom, âge, niveau de scolarité, profession, mode de vie, lieu de vie, état civil, pathologies, troubles cognitifs connus... ;

- la date de l'atelier et l'objectif de la séance : faire travailler le langage, la mémoire et la concentration ;

- le professionnel présent à l'atelier ;

- les odeurs proposées et l'évaluation en fin de séance.

■ **Ce temps permet de recréer une relation différente soignant/soigné** par un côté ludique et plaisant lors d'un soin. L'aide-soignante, à partir



Figure 2. Les touches olfactives présentées au patient aident à faire resurgir des sensations, des souvenirs.

de l'atelier, peut faire travailler la mémoire, la concentration et l'élocution lors d'un soin qui peut être difficilement vécu parfois.

### CONCLUSION

De plus en plus d'études s'intéressent à la pertinence d'utiliser l'olfaction comme aide à l'encodage d'une information. L'odeur rappelle des souvenirs agréables, des émotions, des lieux, des couleurs, etc. Ces ateliers permettent de recentrer l'intérêt du soignant sur le patient. Il n'est plus l'accessoire qui subit les examens, mais l'acteur. Ces moments personnalisés qui tiennent compte de la personne sont un soin non agressif et satisfaisant pour le soigné et le soignant qui assure un suivi. Depuis l'intervention d'experts en olfaction dans les hôpitaux pour des pathologies lourdes (cancérologie, Alzheimer, anorexie, autisme), les différentes équipes soignantes s'intéressent et exploitent les odeurs dans leur accompagnement thérapeutique. ■

### NOTE

<sup>1</sup> Certains centres proposent de former des équipes soignantes : médecins, orthophonistes, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, psychologues, éducateurs spécialisés, infirmières, aides-soignants. L'utilisation des odeurs leur permet d'accroître leur sensibilité et de comprendre l'intérêt thérapeutique de ces ateliers.

### POUR EN SAVOIR PLUS

- <http://cew.asso.fr/>
- [www.iff.com](http://www.iff.com)
- [www.olfarom.com](http://www.olfarom.com)

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