

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE POUR ENFANTS, ADOLESCENTS ET LEUR(S) PARENT(S) EN SURPOIDS : PRISE EN CHARGE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE : Journées Santé (JOS)

Programme porté par l'équipe du RéPPOP-BFC à Besançon

PARCOURS PATIENT

L'éducation thérapeutique est l'outil thérapeutique principal pour la prise en charge du surpoids et de l'obésité pédiatrique. Ce programme décrit la prise en charge proposée dans le cadre des situations complexes selon les recommandations de la HAS : recours à une équipe spécialisée en raison d'une situation compliquée. Une prise en charge du parent en surpoids semble nécessaire dans cette démarche.

OBJECTIFS

Aider le jeune et sa famille à modifier durablement ses comportements dans le cadre de la prise en charge d'un surpoids ou d'une obésité, en séances d'éducation individuelle et collective, afin de les rendre compétents et autonomes :

- ❖ en apportant des connaissances théoriques sur l'obésité et ses conséquences,
- ❖ en rendant le jeune responsable et autonome dans ses choix diététiques par la mise en situation, la réflexion et le partage d'expériences,
- ❖ en sensibilisant le jeune à l'intérêt d'une activité physique et sportive pour l'amener à une pratique régulière,
- ❖ en soutenant la motivation du jeune et de sa famille par un échange autour des difficultés rencontrées, un encouragement individuel, le soutien apporté par le groupe...

Ceci après un bilan partagé individuel et de groupe.

PRISE EN CHARGE COLLECTIVE : JOS

- Les jeunes accueillis dans ces programmes ont tous déjà engagé un suivi individuel auprès de leur médecin acteur du RéPPOP libéral ou hospitalier, et présentent un surpoids ou une obésité dont la prise en charge pourrait bénéficier d'un travail en groupe.
- L'annonce des dates de mise en œuvre des programmes est faite aux médecins concernés et directement aux familles connues par le réseau et sur notre site internet.

Pour les adolescents :

Groupe « ados » : 6 à 10 jeunes collégiens ou lycéens,

- 3 journées pendant des petites vacances scolaires de 10h00 à 17h00.
- Un des parents doit être présent sur une partie des journées. Des ateliers leur sont destinés : groupe de parole, atelier diététique, atelier activité physique, entretien médical...
- 1 à 2 entretiens éducatifs individuels sont proposés au cours du programme.
- 1 entretien individuel d'évaluation termine le programme et permet d'organiser la suite de l'accompagnement individualisé.

Pour les enfants :

Groupe « enfants » : 6 à 10 jeunes d'âge > 8 ans, avant l'entrée au collège,

- 5 demi-journées le mercredi de 13h30 à 17h30.
- au moins un des parents doit être présent lors de ces après-midi. Des ateliers leur sont destinés : groupe de parole, atelier diététique, atelier activité physique, entretien médical...
- 1 entretien éducatif individuel est proposé au cours du programme.
- 1 entretien individuel d'évaluation termine le programme et permet d'organiser la suite de l'accompagnement individualisé.

Un diagnostic éducatif ou bilan partagé individuel est fait avant le démarrage du programme, souvent lors de nos journées d'accueil. La première journée permet le diagnostic éducatif de groupe et la mise en place du contrat éducatif individuel avec le jeune et son parent.

INTERVENANTS

Par équipe intervenante :

- 1 infirmière
- 1 médecin : pédiatre, endocrinologue ou médecin généraliste
- 1 diététicienne
- 1 psychologue
- 1 éducateur en activité physique adaptée

THEMES DES JOURNEES

Ils sont définis en début de programme en fonction du diagnostic éducatif initial de chaque jeune et du groupe. Il n'a pas été prévu de permettre un choix parmi les journées avec un programme « à la carte », car il y a beaucoup d'intérêt pour cette tranche d'âge à avoir un groupe identique du début à la fin du programme du fait des interactions, échanges entre jeunes (groupe fermé).

Voici une partie des thèmes récurrents abordés aux journées, que nous adaptons en fonction des problématiques rencontrées avec les jeunes :

- ❖ Diététique
 - Connaître les besoins du corps
 - Goûter avec ses 5 sens
 - Reconnaître la faim et la satiété
 - Equilibrer son alimentation
 - Développer un regard critique sur la publicité
 - Apprendre à maîtriser les grignotages
 - Faire face à l'exceptionnel : vacances, invitations, barbecues, sorties au restaurant ...
- ❖ Activité physique
 - Faire de l'activité physique en prenant soin de son corps
 - Prendre conscience de l'importance de la respiration à l'effort
 - Analyser et tenter de comprendre les causes d'une contre performance
 - Prendre des repères dans l'espace afin de gérer sa peur, son stress
 - S'épanouir dans une activité sportive, un groupe
 - Bouger régulièrement à une intensité modérée...
- ❖ Groupes de parole
 - Le regard de l'autre
 - Les peurs, l'angoisse
 - Les limites
 - Le harcèlement
 - Les moqueries...

OUTILS PEDAGOGIQUES

- Discussion, métaplan, échanges
- Ateliers pratiques : saveurs, dégustations, cuisine, repas pris ensemble, jeux, activité sportive, théâtre de leurs situations, dialados, marionnettes, jeux de rôle, Kamishibai, conte...
- Groupes de parole

PRISE EN CHARGE INDIVIDUELLE APRES LES JOS

En fonction de l'évaluation faite en fin de programme collectif pour chaque famille, l'accompagnement individuel va se poursuivre et reprendre des thèmes/outils utilisés en groupe afin d'approfondir les compétences non acquises.