Offres

Les physiothérapeutes pour enfants sont des spécialistes dans les domaines de la motricité et de la perception du corps. Outre leur fonction de conseil pour les enfants et les adolescents concernés et leur entourage, ils proposent de nombreuses possibilités d'accompagnement et de traitement en cas de surpoids/d'obésité:

- Examen des structures et fonctions corporelles
- Analyse des activités par rapport au mouvement, aux capacités physiques et aux problèmes qui se posent
- Incitation à l'exercice physique grâce à des activités qui plaisent à l'enfant
- Accompagnement de l'exercice et des loisirs
- Planification individuelle des possibilités d'exercice au quotidien
- Proposition d'exercices en groupe
- Formation à la perception du corps
- Traitement individuel/en groupe dans l'eau
- Conseil et adaptation de l'environnement en rapport avec la posture et le mouvement.
- Traitement des maladies secondaires (mauvaise position articulaire, par exemple)

L'intervention la plus efficace est une combinaison de la gestion nutritionnelle, de la thérapie comportementale et familiale et de la conception d'activités motrices au quotidien.

Souhaitez-vous un conseil ou un traitement de physiothérapie pour enfants?

Vous trouvez des informations complémentaires sur:

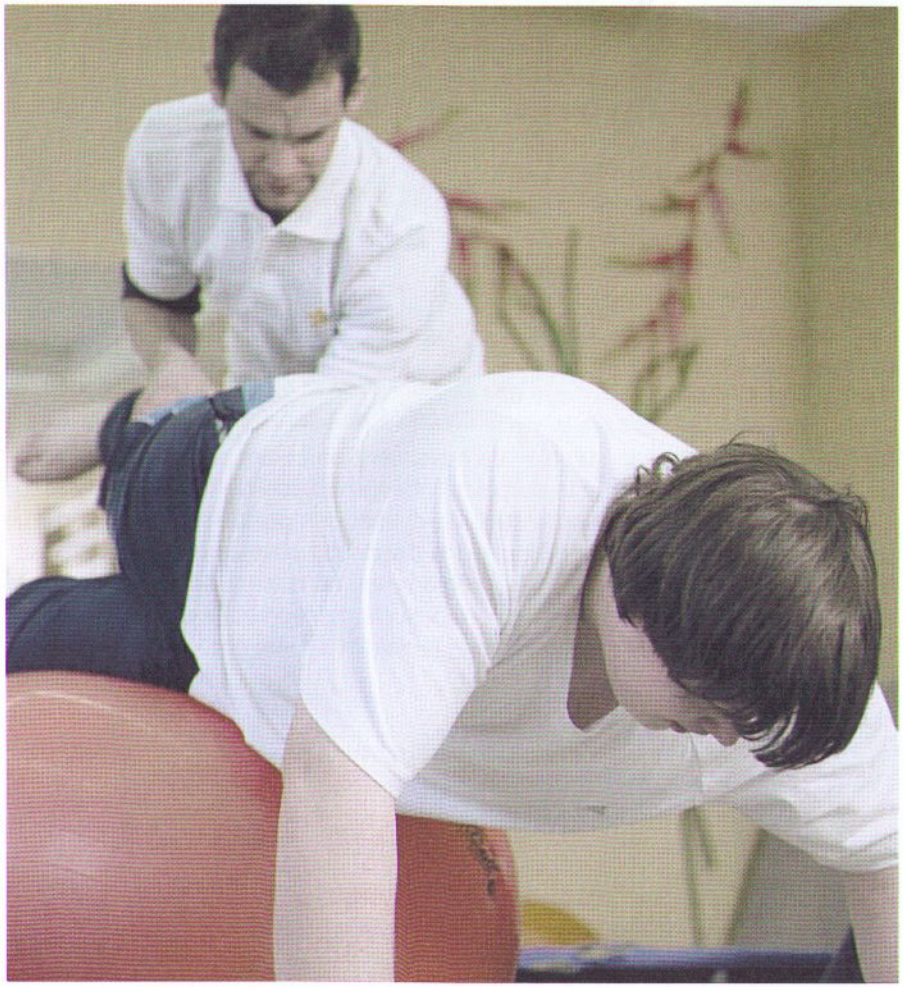
www.physiotherapia.paediatrica.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch
www.bewegter-lebensstart.ch
www.a-g-a.de
www.suissebalance.ch
www.minuweb.ch
www.physioswiss.ch
www.hepa.ch
www.bzga-kinderuebergewicht.de
www.kig-adipositas.com
www.bag.admin.ch

élaboré par: Physiotherapia Paediatrica
Association suisse des physiothérapeutes pour enfants.

physio swiss
Notre passion – votre mouvement.

Secrétariat général
Stadthof | Centralstrasse 8b | 6210 Sursee
Téléphone 041 926 69 69 | Téléfax 041 926 69 99
info@physioswiss.ch | www.physioswiss.ch

physio swiss
Schweizer Physiotherapie Verband · Swiss Association of Physiotherapy
Association Suisse de Physiothérapie · Associazione Svizzera di Fisioterapia
Associaziun Svizra da Fisioterapia



Le surpoids chez les **enfants et les adolescents**

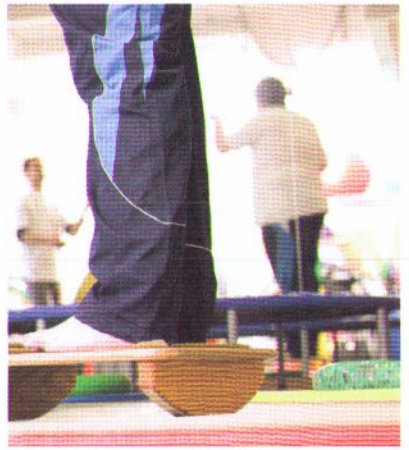
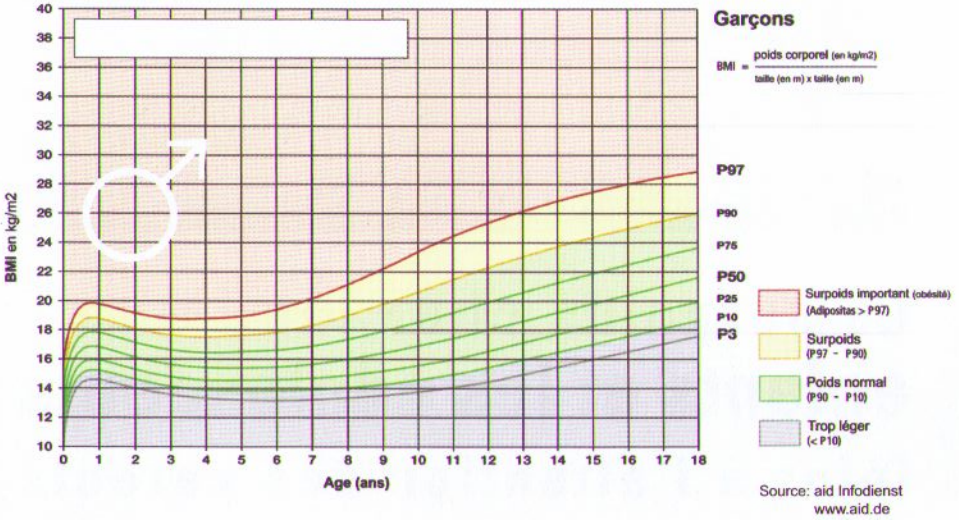
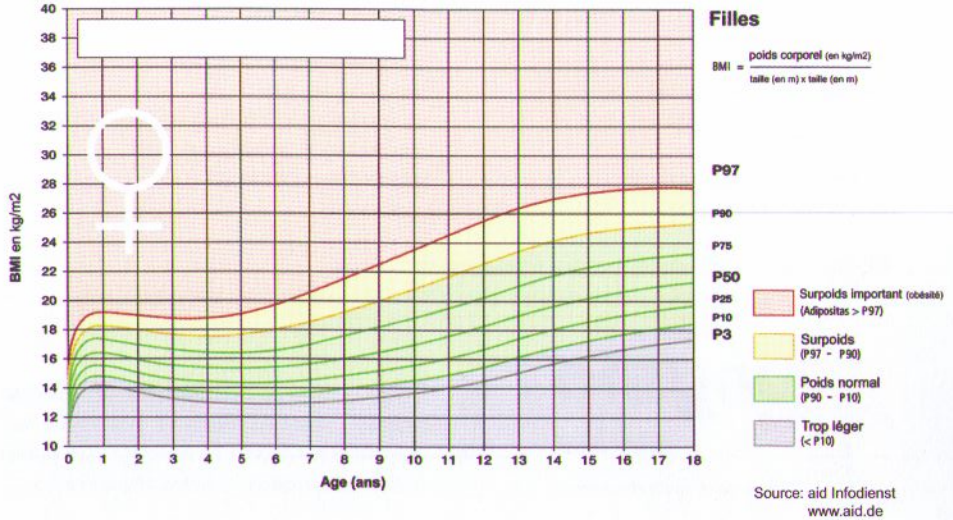
Infos à l'attention des parents

Définition et diagnostic

On parle généralement de surpoids/d'obésité dans les cas d'équilibre perturbé entre l'apport et la consommation d'énergie.
Nombreux sont les enfants qui font de moins en moins d'exercice. Les loisirs tournent autour de la télévision ou de l'ordinateur et le comportement alimentaire est déséquilibré. Il manque l'heure d'exercice quotidien recommandée par les spécialistes. Les écoles, associations sportives et le milieu politique (Jeunesse et Sport) proposent des mesures incitatives dans ce sens. Le problème concerne l'enfant, la famille, l'entourage, la société et le monde politique. Du point de vue des experts, le comportement relatif à l'exercice physique et le comportement alimentaire jouent un rôle important dans le surpoids de quasiment un enfant sur trois en Suisse. Le ou la pédiatre détermine le surpoids/l'obésité à l'aide de l'Indice de Masse Corporelle modifié pour les enfants. Celui-ci tient compte du poids, de la taille, de l'âge et du sexe de l'enfant. Une fois le diagnostic posé, le médecin introduit une thérapie multidisciplinaire. Ces programmes consistent principalement en une modification comportementale portant sur la nutrition et l'exercice. Pour que l'effet perdure, il est décisif que l'enfant, sa famille et son entourage effectuent ce travail en commun.

Les principaux facteurs de risque de surpoids sont un comportement alimentaire inadapté, le manque d'exercice et une prédisposition génétique. Le stress, une image corporelle négative ainsi que les effets secondaires de médicaments peuvent constituer d'autres facteurs.

Le surpoids peut, s'il n'est pas traité, avoir des conséquences graves pour la santé de l'enfant et de l'adolescent.
La pression artérielle augmente, de même que le cholestérol et la glycémie. Une maladie liée au sucre, le diabète de type 2, peut apparaître. Une surcharge pondérale durable est également nocive pour les os et les articulations. Le processus d'usure des articulations commence de manière précoce. Les muscles ne sont plus assez performants car ils sont moins sollicités. Globalement, la capacité physique diminue fortement et de plus en plus. En cas de surpoids, des symptômes similaires à ceux de l'asthme s'installent. Du fait de leur mobilité réduite et de leur apparence, les enfants sont souvent l'objet de moqueries. Ceci peut avoir un impact sur leur confiance en eux et entraîner de l'anxiété et des dépressions.



Percentiles du Body-Mass-Index (BMI)