

Aménager le cadre scolaire

En concertation avec l'élève, ses parents, le thérapeute, l'enseignant référent et la direction de l'établissement, les aménagements suivants peuvent être proposés :

Aménager les horaires scolaires pour permettre à l'élève de se rendre plus facilement aux rendez-vous de l'équipe soignante.

Lors des cours d'éducation physique, **être attentif à l'intensité de l'effort physique sollicité**. Le cas échéant, la participation au cours d'éducation physique individualisée (EPI) peut être envisagée.

En cas d'hospitalisation, et avec l'aval du médecin, **organiser la transmission du matériel scolaire à l'élève sur son lieu de soins**. Lors du retour à l'école, collaborer avec l'équipe soignante pour **permettre une reprise progressive de la participation aux cours et aux évaluations**.

De manière générale, **être attentif et ne pas tolérer les remarques, plaisanteries et insultes concernant le corps ou le poids**.

Le harcèlement par les pairs nourrit l'insatisfaction corporelle et contribue fortement au développement et au maintien des TCA.

Pour plus d'informations:

Cap Intégration

<https://edu.ge.ch/site/capintegration/>
2017

LES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE (TCA)

Les TCA regroupent plusieurs pathologies, dont les plus fréquentes sont l'anorexie, la boulimie et les accès hyperphagiques.

Ces troubles se développent principalement au cours de l'adolescence et touchent plus souvent les filles que les garçons.

L'anorexie se caractérise par :

- une restriction des apports alimentaires induisant un amaigrissement significatif ;
- une peur intense de devenir gros, une obsession du corps et de la nourriture et des comportements interférant avec la reprise de poids ;
- une altération de la perception de la forme corporelle et un fort impact sur l'estime de soi.

La boulimie se caractérise par :

- des crises récurrentes de prise alimentaire durant lesquelles la personne perd le contrôle sur le type et la quantité d'aliments consommés;
- des comportements compensatoires visant à prévenir la prise de poids (vomissements provoqués, laxatifs/durétiques, jeûne, exercice physique excessif) ;
- une image corporelle négative et un fort impact sur l'estime de soi.

Les accès hyperphagiques se caractérisent par :

- des crises récurrentes de prise alimentaire durant lesquelles la personne perd le contrôle sur le type et la quantité d'aliments consommés, sans vomissements ou prise de médicaments;
- un sentiment de culpabilité et une détresse marquée suite aux crises, renforcés par le fait qu'elles entraînent généralement une prise de poids importante.

Impacts possibles sur la vie scolaire

Les troubles du comportement alimentaire entraînent de **lourdes conséquences physiques, psychologiques et sociales**. Les élèves avec un TCA présentent souvent une hypersensibilité au regard des autres, un fort perfectionnisme avec des exigences très élevées vis-à-vis d'eux-mêmes, un besoin de contrôle extrême et des tendances dépressives et anxieuses.

Le trouble n'est pas nécessairement lié à des difficultés familiales ou scolaires. Il est le plus souvent dû à un problème d'identité ou de perception du monde extérieur, associé à un sentiment d'insécurité.

Les TCA peuvent avoir des **répercussions plus ou moins importantes sur le cursus de formation et sur la vie scolaire**. La dénutrition peut par exemple diminuer la concentration, la mémorisation, la compréhension et les compétences logiques. Elle peut également entraîner un épuisement physique et des malaises, voire des pertes de connaissance. Dans les cas les plus graves, une hospitalisation de longue durée peut être nécessaire. Par ailleurs, les vomissements provoqués peuvent induire un affaiblissement cardiaque, des tremblements et des malaises. De manière générale, les pensées obsessionnelles autour du poids et de la nourriture, ainsi que les efforts déployés par l'élève pour dissimuler son trouble, risquent d'entraver l'attention accordée au travail scolaire et de ralentir le fonctionnement général.

Le rôle de l'entourage et des enseignants est essentiel dans le **dépistage** des TCA. Un **aménagement du cadre scolaire** peut également aider l'élève à poursuivre sa scolarité avec le moins de perturbations possible et à gérer une prise en charge thérapeutique souvent chronophage.

Il est normal que l'enseignant puisse se sentir déstabilisé par le caractère extrême et l'apparente irrationalité du trouble. Il ne doit cependant en aucun cas se substituer au réseau de soins nécessaire à la prise en charge, mais simplement s'intéresser sur les signes qu'il observe et orienter l'élève vers un interlocuteur adapté.

Être à l'écoute des signaux d'alerte

Perte ou prise de poids rapide et importante. Dans le cas de la boulimie, le poids est généralement dans la norme ce qui rend le trouble plus difficile à repérer.

Malaises(s) ou pertes(s) de connaissances en classe ou lors des cours d'éducation physique.

Absences fréquentes pour se rendre aux toilettes, en particuliers après les repas, qui pourraient indiquer le recours aux vomissements provoqués et aux laxatifs.

Surinvestissement dans le travail scolaire et/ou hyperactivité physique avec une pratique excessive du sport.

Repli sur soi et perte de confiance, qui peut mener à un isolement social.

Signes de **déprime, d'anxiété et/ou d'irritabilité**.

Réagir et orienter de manière adaptée

En cas de doute, **demandez conseil** à la conseillère sociale ou à l'infirmière de l'établissement. Le cas échéant, **prenez l'élève à part et partagez vos inquiétudes** afin de lui donner l'occasion de s'exprimer.

Suite à un malaise, **questionnez l'élève en privé sur sa dernière prise alimentaire** afin de déterminer s'il a sauté un repas et s'il mange suffisamment.

Dans le cadre du réseau de l'école, **proposez à l'élève de prendre contact avec l'infirmière scolaire, le psychologue scolaire ou le conseiller social**. L'enseignant peut également inviter l'élève à prendre contact avec **son médecin traitant, un psychologue, un diététicien ou un centre spécialisé**.