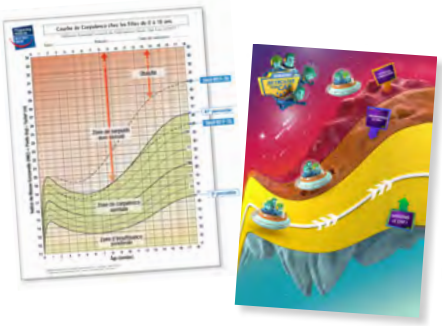
COURBE PÉDAGOGIQUE D'IMC « MISSION : RETROUVE TON CAP »



PRÉSENTATION

La courbe IMC est un support qui permet d'expliquer à la famille le surpoids et l'obésité de l'enfant. Elle est ici symbolisée par des routes dans l'espace parcourues par l'enfant et sa famille dans un univers rappelant des dessins animés et des jeux vidéo. La famille est représentée dans un vaisseau spatial, pour illustrer le fait qu'il est essentiel d'« embarquer » toute la famille dans la prévention de l'obésité infantile et la prise en charge des enfants à risque, car ce sont les habitudes familiales qui sont en jeu à cet âge.

OBJECTIFS DE CET OUTIL

- **Expliquer de manière simple et ludique la courbe de corpulence** à l'enfant et à sa famille afin d'illustrer le parcours de l'enfant (augmentation trop rapide de l'IMC faisant craindre un « envol haut dans l'espace », rebond d'adiposité précoce...) et sa situation actuelle : zone de corpulence normale en jaune, zone de surpoids en orange et zone d'obésité en rose-violet.
- **Présenter le principe de la prise en charge proposée :** retrouver petit à petit « son cap », grâce à une prise en charge pluridisciplinaire, en restant ou en retournant vers la route principale jaune.
- **Montrer l'évolution de l'IMC de l'enfant au début et en cours de suivi.**

TECHNIQUE

- **Montrer à l'enfant et à sa famille le tracé des différentes courbes, et les comparer à des routes spatiales/voies d'autoroutes galactiques :** « *conduire son vaisseau spatial en retrouvant le cap* ».
- **Se servir de cet environnement graphique pour mobiliser l'enfant et sa famille autour d'une « mission » à réaliser ensemble.**

CONSEILS

- **Dans une posture éducative,** après avoir expliqué aux parents à quoi correspond la courbe de corpulence, on peut leur demander ce qu'ils pensent de l'évolution de la courbe de leur enfant.
- Il est souhaitable de dire que « *la courbe montre que* » et de **ne pas caractériser d'emblée l'enfant comme « trop gros/obèse »** (éviter les attitudes culpabilisatrices/stigmatisantes).
- Quelle que soit la situation actuelle de l'enfant et la zone dans laquelle il se situe, il convient d'expliquer à la famille que **prendre en charge dès maintenant le risque d'obésité va permettre,** avec des mesures simples, **de limiter sa prise de poids et de retrouver le cap en grandissant.**

Document élaboré en collaboration avec :

ars Agence Régionale de Santé — msa santé famille retraite services, L'essentiel & plus encore — Collège de la Médecine Générale — AFPA Association Française de Pédiatrie Ambulatoire — APSOP — CNRéPPOP — AFDN Association Française des Diététiciens Nutritionnistes

mission
RETROUVE TON CAP
ATTENTION TURBULENCES
RALENTISSONS UN PEU !
GARDONS LE CAP !