

CONSULTATION SANTÉ ET MOUVEMENT

Pour les enfants et les jeunes



Hôpitaux
Universitaires
Genève

Présentation

La Consultation santé et mouvement vise à améliorer les habitudes alimentaires, la condition physique et le bien-être chez les enfants et jeunes souffrant de :

- ▶ surpoids ou d'obésité
- ▶ maladie chronique qui limite leurs capacités physiques : affections pulmonaires, cardiopathies, cancers, etc.

L'équipe multidisciplinaire

La consultation est composée d'une équipe médico-soignante multidisciplinaire spécialisée dans :

- ▶ la surcharge pondérale
- ▶ les thérapies familiales
- ▶ l'activité physique chez les enfants et les jeunes.

L'équipe comprend des médecins, diététiciens et diététiciennes, psychologues, infirmiers et infirmières, maîtres et maîtresses de sport.

Enfants et jeunes souffrant de **surcharge pondérale**

Pourquoi consulter ?

L'excès de poids constitue un problème majeur de santé publique qui touche de plus en plus d'enfants et de jeunes. La surcharge pondérale peut provoquer de la souffrance morale et physique ainsi que des complications à plus ou moins long terme.

Comment ?

Après un premier entretien médical, une prise en charge individuelle ou en groupe est proposée.

Prise en charge ambulatoire individuelle

Une évaluation complète de l'enfant ou de l'adolescent et adolescente est d'abord effectuée par une ou un médecin et une ou un infirmier spécialisés. Elle permet d'identifier les causes du surpoids ainsi que ses conséquences sur la santé, dans le but d'établir un programme personnalisé.

Objectifs

- ▶ Mettre en place un traitement de soins adaptés incluant la famille.
- ▶ Favoriser une stabilisation du poids, voire une perte pondérale.
- ▶ Améliorer les habitudes de vie et le bien-être quotidien.
- ▶ Prévenir les complications liées à l'obésité et au surpoids.

Programme multidisciplinaire de groupe

La prise en charge en groupe se déroule sur quatre mois et inclut également la participation des parents. Ce programme intensif est composé de séances d'activités physiques, diététiques et psycho-éducatives hebdomadaires.

Ensuite, une phase de maintien est mise en place. L'accompagnement se poursuit pendant huit mois sous forme de rendez-vous individuels personnalisés.

Objectifs

- ▶ Améliorer la perception de l'exercice physique.
- ▶ Modifier les habitudes alimentaires familiales.
- ▶ Restaurer la perception du corps et de l'estime de soi.
- ▶ Renforcer le rôle parental.
- ▶ Améliorer le bien-être quotidien de l'enfant ou de l'adolescent et adolescente et de sa famille.
- ▶ Favoriser une stabilisation du poids, voire une perte pondérale.

Enfants et jeunes souffrant d'une **maladie chronique**

Les enfants et jeunes souffrant d'une maladie chronique sont parfois limités dans leurs activités quotidiennes ou sportives, ce qui a pour effet de diminuer leurs capacités physiques. Il est dès lors important d'évaluer ces dernières et, si besoin, mettre en place un programme de réentraînement adapté.

Évaluation des capacités physiques

La consultation propose une évaluation de la tolérance à l'effort et des capacités physiques globales à l'aide d'un test d'effort cardiorespiratoire et de différents tests d'aptitude.

Programme de réentraînement personnalisé

Si les capacités physiques de l'enfant ou de l'adolescent et adolescente sont abaissées, une prise en charge peut lui être proposée sous la forme d'un programme de réentraînement personnalisé, individuel ou en petit groupe. La durée du programme peut varier de deux à six mois.

Informations pratiques

Pour obtenir un rendez-vous

Pour les enfants et jeunes jusqu'à 16 ans

Consultation santé et mouvement

Maison de l'enfance et de l'adolescence
(MEA) – 3^e étage

Boulevard de la Cluse 26, 1205 Genève

📞 022 372 44 95

obesite.ped@hug.ch

Informations

➡ www.hug.ch/enfants-ados/specialites-medicales-chirurgicales/surcharge-ponderale



Les jeunes de 16 à 20 ans en excès de poids peuvent s'adresser à la Consultation ambulatoire de santé des adolescents et adolescentes et des jeunes adultes (CASAA) à la MEA. Cette consultation ne propose pas de programme de réentraînement.

Bd de la Cluse 26, 1205 Genève

📞 022 372 33 87