

RETROUVE LE CAP



Normandie Pédiatrie
Ressources et Appui au parcours de Santé



« Retrouve le cap »

Courbes pédagogiques de l'Indice de Masse Corporelle

L'outil « Retrouve le cap » proposé aux professionnels de santé par Normandie Pédiatrie, se destine aux enfants présentant un surpoids ou une obésité et leurs familles. Représentation ludique de la courbe de corpulence issue du PNNS dans un univers marin, ce support pédagogique a vocation à être abordé en consultation, accompagné d'un temps d'information et d'échange, au moment du tracé de la courbe dans le carnet de santé de l'enfant.

Trois situations illustrées pour trois couloirs d'IMC

Le support représente de manière pédagogique les couloirs d'IMC avec pour points de repères un navire. À son bord, un enfant et un adulte représentés dans trois situations :

- Une situation de mer calme, voile gonflée, avec pour cap le phare vers lequel se dirige l'embarcation : **le couloir d'IMC correspondant à une corpulence normale.**
- Une situation de mer agitée, présentant des personnages chahutés par les vagues, dont la direction du bateau s'éloigne du faisceau lumineux du phare : **le couloir d'IMC caractéristique du surpoids.**
- Une situation de tempête, personnages accrochés au mat du bateau, semblant proches de la dérive : **le couloir d'IMC correspondant à une obésité.**

À l'inverse, le rivage est représentatif du **couloir de l'IMC caractéristique de la maigreur**, vers lequel l'enfant ne doit pas non plus se diriger.

Objectifs de l'outil

- **Rendre accessible et facilement compréhensible pour l'enfant la représentation de sa courbe de corpulence** afin de parler de son surpoids ou de son obésité avec une notion de « cap » grâce à la symbolique du phare.
- **Impliquer les parents dans la prévention de l'obésité infantile et dans la prise en charge de leur** en vue d'une démarche d'évolution des habitudes à échelle familiale : l'enfant ne navigue pas seul.

Quand et comment l'utiliser en consultation ?

Différentes utilisations possibles :

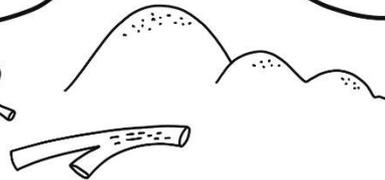
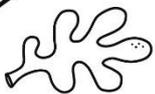
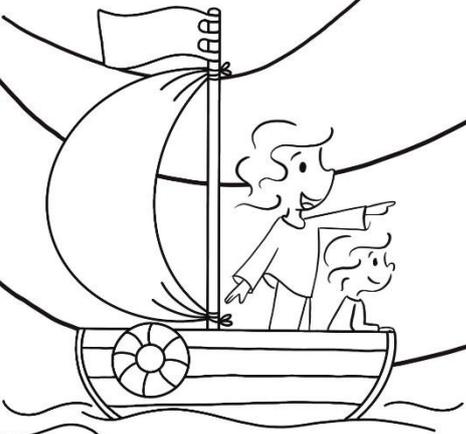
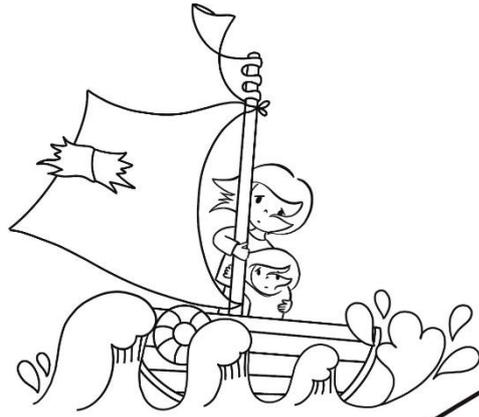
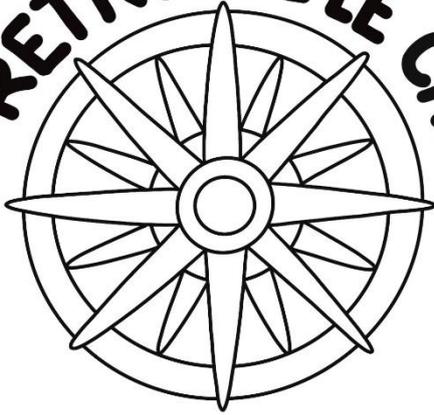
- Montrer à l'enfant et sa famille où se situe sa courbe de corpulence à l'instant « t » en l'illustrant par la position du navire représentative de sa situation.
- Expliquer les objectifs à atteindre pour « Retrouver le cap » petit à petit, vers une mer moins agitée.
- Reprendre au besoin l'outil comme fil conducteur, lors des consultations suivantes, pour présenter l'évolution de l'IMC de l'enfant (position différente dans le couloir ou changement de couloir) grâce à la prise en charge pluridisciplinaire mise en place.

À savoir : Il existe une version « noir et blanc » du support permettant aux enfants de s'approprier l'outil en le coloriant s'ils le souhaitent.

Conseils de formulation pour échanger autour du support

- Utilisez des tournures non culpabilisantes de type :
 - « La courbe montre une situation de mer agitée représentant un surpoids »
 - **ou** « La courbe montre une situation de tempête représentant une obésité »
- Après avoir expliqué l'outil, vous pouvez :
 - Interroger les parents avec un questionnement de type : « Que pensez de vous de l'évolution de la courbe de votre enfant ? ».
 - Expliquer à l'enfant : « Le cap que nous nous fixons est de nous diriger ensemble vers une mer plus calme ».

RETROUVE LE CAP



Normandie Pédiatrie
Ressources et Appui au parcours de Santé

