

Quel suivi médical est conseillé pour le surpoids de mon enfant ?

Le site du Docteur Michel MAILHOL

Adresse du site : www.docvadis.fr/michel-mailhol



Validé par

le Comité Scientifique Endocrinologie

La prise en charge du surpoids ou de l'obésité de l'enfant s'inscrit dans la durée, et nécessite un suivi régulier de l'enfant et de sa famille, afin d'évaluer les résultats et de limiter les échecs.

En quoi consiste la prise en charge de mon enfant en surpoids ou obèse ?

La prise en charge de l'obésité de votre enfant passe par une première étape : **comprendre l'origine** de la prise de poids trop importante (déménagement, séparation des parents, naissance d'un autre enfant, problèmes scolaires, accidents, effets secondaires de médicaments...). On recherche aussi un éventuel problème endocrinien.

Cette étape est très importante pour déterminer la **prise en charge la plus adaptée** à votre enfant et augmenter les chances de succès.

C'est une prise en charge hygiéno-diététique qui implique **de véritables changements de la part de votre enfant**, que ce soit sur les habitudes alimentaires ou l'activité physique. Ceci est bien sûr à adapter à l'âge de l'enfant dont la **coopération** est indispensable pour ne pas induire des troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie) et l'aggravation du surpoids.

Pour la réussite de la prise en charge, le **soutien de l'ensemble de la famille** est indispensable.

Un **suivi médical régulier** est essentiel. L'objectif recherché est la **stabilisation de l'IMC** (Indice de Masse corporel) c'est-à-dire **que votre enfant grandisse sans prendre du poids**. Ne cherchez pas à faire maigrir votre enfant à tout prix ! Votre médecin fixera avec votre enfant et vous-même, des objectifs à atteindre. Il suivra l'évolution et apportera des corrections si nécessaire.

Quels sont les modalités et le planning du suivi ?

La prise en charge s'inscrit dans la durée car les changements sont progressifs, et s'opèrent en plusieurs étapes.

Elle se compose :

- d'un soutien régulier pour encourager votre enfant et votre famille,
- d'une consultation médicale tous les mois, nécessaire durant les 6 premiers mois, comprenant un contrôle de son poids et de sa taille. Le rythme du suivi est ensuite adapté à la situation.
- Une période de suivi peut s'étaler sur plusieurs années de manière à obtenir la stabilisation des résultats et limiter les récurrences. Si votre enfant reprend du poids par la suite, n'hésitez pas à consulter le médecin.

Il est important de noter que les résultats peuvent ne pas être visibles rapidement. Mais il ne faut pas se décourager. Parlez-en avec le médecin.

L'essentiel est de mettre en place les règles hygiéno-diététiques.

D'autres personnes peuvent-elles intervenir dans la prise en charge ?

D'autres professionnels de santé peuvent intervenir dans la prise en charge et le suivi multidisciplinaire en coordination avec le médecin : diététicien ou médecin nutritionniste, kinésithérapeute, psychologue.

Une psychothérapie peut-elle être utile ?

Dans certaines situations, un soutien psychologique peut être proposé à votre enfant pour mieux l'accompagner.

La prise en charge d'un enfant en surpoids ou obèse est globale et s'inscrit dans la durée. Elle est du ressort d'un médecin. Le rythme de suivi est mensuel les 6 premiers mois, puis se poursuit au cas par cas pendant plusieurs années.