

APPROCHES CORPORELLES ÉDUCATIVES ET PRISE EN CHARGE DE L'OBÉSITÉ

Bertrand Isabelle*, Fedor Marie Christine, Leysse-Ouvrard Claire, Miolanne Magalie, Farigon Nicolas, Montel Florence, Bois Danis*, Boirie Yves.
Service de Nutrition Clinique, Hôpital Gabriel Montpied, CHU de Clermont-Ferrand, *CERAP, Université Fernando Pessoa

Introduction / Objectifs

La prise en charge de l'obésité et de ses complications a fait l'objet de nombreux consensus notamment sur la nécessité d'une **approche multidisciplinaire**. Toutefois, **les troubles du rapport au corps** (image corporelle, satisfaction corporelle et sensibilité) sont encore peu considérés au sein des équipes cliniques malgré une insatisfaction avérée et fréquente des patients sur ce point.

A partir d'une enquête observationnelle menée au sein d'un Centre Spécialisé de l'Obésité, l'efficacité de deux pratiques à médiation corporelle a été étudiée, à partir d'une analyse de dossiers-patients portant sur plusieurs dimensions de la relation à soi : rapport au corps, qualité de vie, motivation, estime de soi, adaptation au stress et comportement alimentaire.

Matériel et méthode

Approches à médiation corporelle : les soins proposés intègrent la **relaxation, le toucher de relation, des exercices gestuels, l'entretien verbal à médiation corporelle**. Ils sont pratiqués par deux infirmières cliniciennes hospitalières.

Toutes les pratiques visent à développer les **perceptions corporelles des patients** (limites du corps, zones d'appui, repos, présence à soi) afin de travailler sur le rapport souffrant de la personne obèse à son corps, il s'agit d'**activités physiques intériorisées**.

En effet, les infirmières ont identifié **différents troubles du rapport au corps** chez les patients obèses. Se retrouvent notamment l'insatisfaction corporelle, l'ignorance et/ou l'oubli du corps, l'inutilité du corps, l'absence de perception des limites corporelles, la lourdeur physique, la perte de force, le vide intérieur, la honte du corps, la haine du corps, la distance perceptive.

Les pratiques à médiation corporelle tentent d'accompagner le patient vers un **nouveau rapport à son corps** :

Un corps plus « délimité » : perception des contours du corps, des appuis du corps, de l'ancrage corporel, Un corps plus « vivant » : perception d'une présence à soi, d'une confiance en son corps, du corps calme à l'abri des turbulences des pensées et des jugements.

Les données de la recherche portent sur **18 dossiers-patients** utilisés pour les consultations (données signalétiques, compte-rendu), chaque infirmière ayant sélectionné de façon aléatoire 9 dossiers (16 femmes et 2 hommes, âge moyen 42 +/-20 ans, IMC 39

Une grille de lecture des dossiers comportant 4 critères signalétiques et 8 catégories qualitatives a été élaborée, permettant de transcrire le propos des patients (demande des patients à ce suivi, problématique identifiée par l'infirmière, effets obtenus lors de la séance).

A partir de cette grille, **une analyse transversale des données** a été réalisée afin de mieux connaître la demande des patients à être suivis par une approche corporelle et les effets décrits par les patients des séances à médiation corporelle.

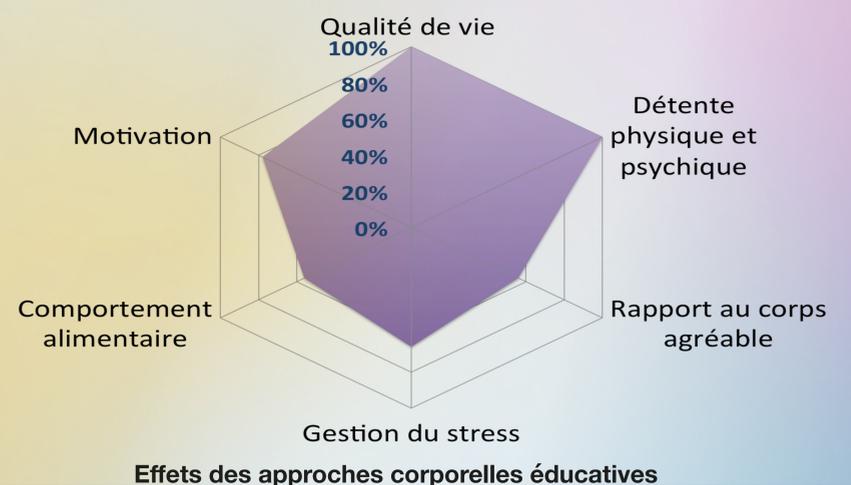


Résultats

Les demandes initiales des patients sont essentiellement : la **perte de poids** et la **régulation du comportement alimentaire**, la **gestion des peurs et du stress**, **l'écoute**, le **bien être** et la **gestion de la fatigue**.

Les effets des séances le plus fréquemment relevés :

- 18 patients sur 18 (100%) attribuent à ces pratiques **une détente physique et psychique**: calme, relâchement, apaisement, repos;
- 18 patients sur 18 (100%) témoignent d'une **meilleure qualité de vie** : moins de douleurs, meilleur sommeil, mieux-être, vitalité;
- 14 patients sur 18 (78%) décrivent **un regain de motivation** : pratique personnelle des exercices, responsabilité part active;
- 12 patients sur 18 (66%) rapportent une **diminution de leur stress** : diminution des angoisses, des cauchemars, de la peur de perdre du poids;
- 10 patients sur 18 (56%) mentionnent un **rapport au corps agréable** : souplesse, légèreté, liberté;
- 10 patients sur 18 (56%) témoignent d'**effets positifs sur leur comportement alimentaire**.



Conclusion et Discussion

Les approches à médiation corporelle ont des **effets qualitatifs sur la relation à soi** du patient souffrant d'obésité. Elles permettent aux patients de réinvestir leur santé, leur corps et leur alimentation et ainsi modifier leur rapport à ces différentes dimensions d'eux-mêmes.

Ces premiers résultats permettent d'envisager un effet bénéfique et complémentaire à la prise en charge multidisciplinaire, des approches corporelles éducatives afin de modifier le rapport de la personne obèse à elle-même.

Afin d'approfondir notre connaissance dans ce domaine, une étude doctorale en cours questionne l'impact des pratiques à médiation corporelle dans le parcours de soin du patient (observance thérapeutique, comportement alimentaire) et vise à mieux cerner les effets sur la relation à soi (qualité de vie, adaptation au stress, estime de soi, rapport au corps, satisfaction corporelle) de ces pratiques chez les patients en obésité sévère et massive.

Bibliographie

- Apfeldorfer G, (2008), Le corps comme icône en souffrance, Corps, 2008/1, 4/71-78
- Bois D, (2007), Le corps sensible et la transformation des représentations chez l'adulte : vers un accompagnement perceptivo cognitif à médiation du corps sensible, Thèse de Doctorat Européen, Université de Séville, sous la direction d'Antonio Morales et d'Isabel López Górriz.
- Bouchard L, (1977), The effects of body awareness exercise program on body concept, self concept and body composition of inactive obese and non obese young women, Thesis of master of physical education, the University of British Columbia
- Gracia M, Contreras J, (2008), Corps gros, corps malades ? une perspective socioculturelle, Corps, 2008/1, 4/63-69
- Le journal du CNRS (2004), Obésité, syndrome de la modernité, déclaration de l'OMS
- Servan D, (2009), La relaxation : nouvelles approches, nouvelles pratiques, éditions Elsevier Masson