Émotions, apprentissage et activité physique chez les enfants qui fréquentent les cliniques de cardiologie

english

Points clés:

Les enfants qui fréquentent les cliniques de cardiologie peuvent avoir une bonne qualité de vie. Cependant, ils peuvent avoir besoin d'aide au niveau des émotions ou de l'apprentissage.

Le diagnostique et le traitement d'une maladie cardiaque peut être à la fois stressant et émotionnel pour vous, les parents, et votre enfant. Il est important de reconnaître que les enfants atteints de problèmes cardiaques peuvent avoir une bonne qualité de vie, fonctionner à leur plein potentiel et être des individus en santé.

Il est possible que le problème cardiaque de votre enfant puisse affecter sa santé émotionnelle, de même que son niveau d'apprentissage et d'activité physique. L'information située sur les pages suivantes est destinée à vous introduire à certains domaines dans lesquels votre enfant POURRAIT avoir besoin de l'aide et du soutient supplémentaire. Même si la plupart des enfants avec de conditions cardiaques n'auront pas à faire face à ces problèmes, certaines familles ont suggérées que la connaissance des possibilités qui POURRAIENT se développer les aiderait à se sentir mieux préparées. Vous familiarisez avec les intérêts, les pensées et les sentiments de votre enfant est la chose la plus importante à faire. Parlez à votre cardiologue ou à votre infirmière afin que vous puissiez mieux comprendre les expériences et les traitements que votre enfant a du endurer. Soyez au courant que chacun vie ces expériences différemment. Il est préférable de parler avec le pédiatre, le cardiologue ou l'infirmière de votre enfant si vous avez des inquiétudes particulières.

Gardez en tête que même si certaines inquiétudes au niveau des émotions, de l'apprentissage et de l'activité physique peuvent provenir directement des expériences reliées au problème cardiaque de votre enfant, il est possible que ces inquiétudes proviennent de circonstances complètement différentes. Demandez à votre pédiatre ou consultez un professionnel de santé mentale lorsque vous en ressentez le besoin

Appuyez sur un des liens suivant afin d'en apprendre d'avantage au sujet de :

L'apprentissage
La santé émotionnelle
L'activité physique

L'information située sur les pages qui suivent a été résumée et provient des sources ci-dessous :

www.aboutkidshealth.ca
www.tchin.org
Latal B, Helfricht S, Fischer JE, Bauersfeld U, Landolt MA. Psychological adjustment and quality of life in children and adolescents following open-heart surgery for congenital heart disease: a systematic review. BMC Pediatrics 2009;9(6):10.
Karsdorp PA, Everaerd W, Kindt M, Mulder BJM. Psychological and cognitive functioning in children and adolescents with congenital heart disease: A meta-analysis. Journal of Pediatric Psychology 2007;32(5):527-41.

Les inquiétudes de santé émotive ci-dessous peuvent être plus communes :

- Anxiété
- Dépression
- Impulsivité
- Hyperactivité

Inquiétudes au niveau de l’apprentissage

Les enfants atteints de problèmes cardiaques sont aussi intelligents que les enfants qui n’ont pas de problèmes cardiaques. Cependant, les enfants qui ont un problème cardiaque vont souvent avoir besoin un peu d’aide afin de bien réussir à l’école. En fait, une étude a démontré que 1 enfant sur 3 atteint d’un problème cardiaque avait besoin d’aide supplémentaire afin de bien réussir à l’école. Quelques enfants vont peut-être avoir besoin de l’aide spécialisé. Dans un tel cas, il pourrait aller dans une salle de classe spécialisée. Les études suggèrent également que certains enfants atteints de problèmes cardiaques vont devoir reprendre une année s’ils ont manqué trop d’école à cause de rendez-vous à l’hôpital ou de problèmes de santé.

Il est très important de suivre le progrès de votre enfant. Si vous voyez apparaître un problème, il est beaucoup mieux d’obtenir de l’aide supplémentaire plus tôt que tard. Il existe de nombreuses façons qui peuvent faciliter l’apprentissage de votre enfant. Le point clé est de trouver la meilleure personne, le livre ou la stratégie d’apprentissage qui répondra aux besoins de votre enfant.

Chez les enfants avec de problèmes cardiaques plus complexes, les troubles d’apprentissages pourraient être plus communs. Quelques études ont démontré que les enfants qui nécessitent une chirurgie avec pontage cardio-pulmonaire sont plus susceptibles d’avoir des problèmes au niveau de la compréhension du langage parlé ou au niveau de l’organisation et de la réaction de ce qu’ils voient dans l’environnement. Quelques enfants atteints de problèmes cardiaques ont de la difficulté à faire un lien entre ce qu’ils voient et la manière dont ils font bouger leurs bras et leurs jambes. Ceci rend très difficile la tâche d’écriture. Il pourrait également être difficile pour eux de retranscrire les notes écrites au tableau. Il existe plusieurs stratégies d’enseignement, comme par exemple des méthodes d’apprentissage variées, des appuis visuels ou des livres audio qui pourraient aider les enfants qui ont de la difficulté à écrire.

Certains enfants atteints de problèmes cardiaques auront plus de difficulté à s’exprimer. Il leur prendra plus de temps à trouver leurs mots ou à exprimer leurs idées avec la bonne grammaire et la bonne ponctuation. Des retards ou déficits linguistiques de même qu’au niveau de la parole sont également communs, surtout pour la langue parlée. De plus, les enfants pourraient également avoir de la difficulté à comprendre ce qui est dit par les gens qui les entourent. Il pourrait être bénéfique de prendre rendez-vous avec un orthophoniste.

Inquiétudes au niveau de la santé émotionnelle

La plupart des enfants atteints de troubles cardiaques passent à travers les mêmes stades émotionnels et de développement que le reste des enfants (e.g., les colères des enfants de deux ans, les crises de l’adolescence). Cependant, il est important de surveiller de près la santé émotionnelle et le développement de votre enfant afin que vous puissiez obtenir de l’aide plus rapidement si vous avez des inquiétudes.

[key-points-2-fr] Quelques études ont démontré que les parents d’enfants atteints d’une condition cardiaque semblent dire plus souvent que leur enfant a de la difficulté à s’ajuster à de nouvelles situations ou à bien se comporter. Ces problèmes de comportement pourraient se développer plus fréquemment chez les enfants qui ont eu dû avoir une chirurgie et ceux qui ont du faire face à des épisodes de manque d’oxygène (hypoxie).

Les enfants avec certains problèmes cardiaques pourraient être plus susceptibles d’avoir un Trouble du déficit de l’attention/hyperactivité (TDAH). Les études suggèrent qu’un tiers, et même plus, des enfants atteints d’un problème cardiaque seraient plus enclins à un comportement impulsif ou à être facilement distraits. Évidement, ces symptômes pourraient avoir un impact sur leur réussite scolaire. Si vous avez des inquiétudes, parlez avec votre pédiatre afin d’obtenir plus d’information au sujet des traitements appropriés pour votre enfant.

Il semblerait que les enfants plus âgés et les adolescents sont plus susceptibles à être inquiets ou tristes. De plus, l’agressivité pourrait devenir une préoccupation importante. Certaines études suggèrent que les problèmes de santé mentale sont deux fois plus communs chez les enfants atteints d’un problème cardiaque. Même si ce nombre semble élevé, il est important de savoir que la majorité des enfants atteints de problèmes cardiaques n’aura pas de problèmes de santé mentale.

Votre attitude, de même que votre soutient envers la santé émotionnelle de votre enfant est très important. Restez toujours ouverts à en connaitre d’avantage sur les pensées, les sentiments, les frustrations et les inquiétudes de votre enfant par rapport à leurs problèmes cardiaques et de l’impact que tout ceci a sur leur vie. En tant que parent, il est naturel de devenir surprotecteur ou anxieux lorsque vous voyez que votre enfant commence à souffrir ou à avoir de la difficulté. Essayez de vous souvenir qu’une approche calme et attentionnée permettra le développement plus sain et heureux de votre enfant.

Inquiétudes au niveau de l’activité physique

La plupart des enfants atteints de problèmes cardiaques peuvent faire n’importe quelle activité physique qui les intéresse. Après un traitement réussi, la plupart des enfants auront la capacité de participer à tous les types d’activité physique, ce qui inclut les activités très vigoureuses. Quelques enfants auront quelques limitations ou auront besoin d’une attention spéciale lorsqu’ils font de l’activité physique ou participent aux cours d’éducation physique à l’école. Demandez à votre cardiologue s’il peut vous fournir de l’information spécifique au sujet des activités qui sont

appropriées pour votre enfant. Vous pouvez imprimer **ce formulaire** et l'apportez à votre cardiologue afin d'obtenir plus d'information au sujet de l'activité physique spécialement pour votre enfant.

Votre enfant pourrait être capable de :

1. Participer pleinement aux activités physiques.
2. Participer à la majorité des activités physiques, avec quelques limitations.
3. Avoir des restrictions d'activités physiques spécifiques.

Les activités très intenses peuvent être très difficiles à faire pour les enfants atteints de certains problèmes cardiaques. Si votre enfant est atteint d'une de ces conditions cardiaques, il va pouvoir participer aux activités physiques qui lui permettront de se reposer s'il en ressent le besoin. Les enseignants et les animateurs d'activités devront être informés du niveau d'activité physique qui est permis pour votre enfant.

Les activités qui requièrent beaucoup de force ou de puissance, comme l'haltérophilie, pourraient être difficiles pour les enfants atteints de certains problèmes cardiaques. Si votre enfant devrait limiter les activités qui impliquent beaucoup de force et de puissance (tirer/pousser) à cause de son problème cardiaque, parlez avec l'animateur d'activité physique, l'entraîneur ou l'instructeur de votre enfant afin de connaitre si l'activité en question nécessitera beaucoup de force ou de puissance.

Lors d'activités impliquant des contacts, les enfants qui ont des dispositifs implantés (comme un stimulateur cardiaque ou un défibrillateur) et ceux qui prennent des médicaments pour éclaircir le sang pourraient devoir faire plus attention. Parlez à votre cardiologue afin de connaitre les types d'activités qui seraient appropriées pour votre enfant. Il existe plusieurs activités qui sont sécuritaires pour les enfants qui doivent faire attention au niveau de contacts. Votre cardiologue peut vous indiquer quels sports et activités de contact sont appropriées pour votre enfant sur cette **page d'information**.

Il est important que vous discutiez avec l'équipe de soins cardiaques des capacités de votre enfant à faire de l'activité physique. La plupart des enfants qui fréquentent une clinique cardiaque peuvent jouir de tous les types d'activités physiques. Téléchargez **ce formulaire** d'activité physique afin que votre cardiologue puisse le compléter si vous voulez obtenir de l'information plus spécifique.