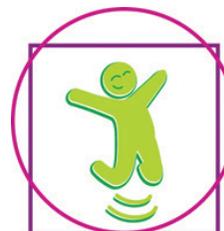


Quelques règles d'or pour bien commencer :

- Ton sommeil est précieux
- Prends le temps de manger à table, lentement et sans écran
- Bois de l'eau régulièrement dans la journée
- Bouge un maximum, tous les jours

Notre équipe :

Médecins : pédiatre endocrinologue, chirurgien.ne pédiatre, pédopsychiatre
Diététicien.ne pédiatriques
Psychologue
Kinésithérapeute
Assistante sociale
Secrétaire



CLINIQUE DU POIDS JUNIOR
KINDERKLINIEK IN BALANS

Centre de prise en charge pluridisciplinaire pour enfants et adolescents avec surpoids ou obésité

T +32 (0)2 477 31 97 - +32 (0)2 477 30 29
M cliniquedupoidsjunior.hudrf@hubruxelles.be

H.U.B

HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS BRUSSEL



Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola
Avenue Jean-Joseph Crocq 15 - 1020 Bruxelles
T +32 (0)2 477 33 11 - M info@hubruxelles.be
www.hudrf.be

Editeur responsable : Service de communication H.U.B
Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola
Avenue Jean-Joseph Crocq 15 - 1020 Bruxelles
03/2024

H.U.B

HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS BRUSSEL



Clinique du Poids Junior



CLINIQUE DU POIDS JUNIOR
KINDERKLINIEK IN BALANS

Qu'est-ce que l'obésité?

L'obésité est l'une des maladies chroniques de l'enfant les plus courantes. Longtemps vue comme une conséquence de choix personnels, l'obésité a des causes génétiques, physiologiques, socio-économiques et environnementales. Cet excès de masse grasseuse augmente le risque de développer des maladies cardiovasculaires, du diabète, des problèmes de foie et orthopédiques,... Par ailleurs, plusieurs dimensions psychologiques telles que l'estime et l'image de soi, la socialisation, la santé mentale au sens large peuvent être affectées par l'obésité.

Malgré sa nature complexe, l'obésité peut être traitée avec succès. Ce traitement est axé sur le comportement de l'enfant et de sa famille. L'objectif est de favoriser un mode de vie qui permette de manger bien, être actif, dormir suffisamment et connaître ses émotions.



Nos objectifs

Aider votre enfant et son entourage à adopter des habitudes saines à long terme pour préserver sa santé des dégâts liés à l'excès de poids. Trois axes de changement sont valorisés :

- Développer et soutenir les compétences du jeune et de son entourage dans les domaines alimentaire, physique et sportif
- Nourrir l'estime de soi et une bonne image corporelle
- Apprendre à connaître et réguler ses émotions

Centre Pédiatrique Multidisciplinaire pour l'Obésité (CPMO)

Le CPMO Poids Junior propose un trajet de soins ambulatoire pour les enfants avec une surcharge pondérale ayant un impact sévère sur la santé. Depuis le 1^{er} décembre 2023, ce trajet de soins est soutenu par l'état (gratuité des consultations paramédicales).



La prise en charge au CPMO est individualisée mais elle comportera pour tous un bilan annuel par toute l'équipe. Le patient sera ensuite vu tous les 1 à 3 mois. Des ateliers de groupe sont proposés.

Chaque enfant aura donc un suivi adapté à ses besoins et à son degré de surpoids

Ateliers de groupe

Le but des ateliers de groupe est de proposer **une prise en charge plus ludique et un soutien social qui sont efficaces pour certains enfants/adolescents.**

Ces ateliers approfondissent 3 aspects : **diététique** via l'éducation nutritionnelle, **psychologique** via la reconnaissance des émotions liées aux sensations alimentaires et **sportif**.

