

Le Trouble Déficitaire

Le Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité - TDA/H est un trouble neurologique, qui se caractérise par une tendance excessive à la distraction et des difficultés de concentration, parfois accompagné d'hyperactivité ou d'impulsivité. Le TDA/H est une pathologie fréquente touchant 3 à 5 % des enfants d'âge scolaire, mais aussi, dans une moindre proportion, les adolescents et les adultes.

A l'heure actuelle, parce que ce trouble est peu connu, le TDA/H est encore trop lié dans l'esprit du grand public à l'hyperactivité seule, et malheureusement bien souvent, à l'image des enfants catalogués «trop difficiles».

Afin de sensibiliser le grand public à cette pathologie, l'asbl TDA/H Belgique a demandé à Jacques Mercier, figure incontournable du paysage audio visuel belge et écrivain de talent, de devenir son parrain.

Jacques Mercier profite ainsi de sa liberté toute nouvelle pour mettre son temps, sa force et son énergie au service de toutes les personnes confrontées au TDA/H.

«Lorsqu'on m'a parlé de ce «Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité», j'ai été surpris car je ne connaissais pas bien ce problème. Et je ne dois pas être seul dans le cas. Cela m'a éclairé sur des personnes que je connais et qui en souffrent. A présent que j'ai reçu les explications des symptômes, des conséquences, de la manière de soigner ce trouble, je voudrais faire connaître ce trouble, plus courant qu'on ne le croit, au plus grand nombre de personnes. Il existe des brochures, des permanents, une adresse, etc.

«Car en premier lieu, c'est l'enfance qui est touchée. Et nous savons que de notre enfance dépend tout le reste de notre vie. Dans ce cas: la gêne, la sensation d'être différent et surtout incompris, l'injustice terrible ressenties par ces enfants me touchent beaucoup.

Plus tard, ce sera parfois encore plus aigu, à l'adolescence.

«Ensuite, ce qui me frappe c'est qu'existent des solutions: informer, éduquer, diagnostiquer, et comme «médiateur», j'essaierai de faire passer le mieux possible cette information, ce message.

Il est ponctuel: on peut avec la famille, avec l'école, avec les médecins rendre confiance et changer réel-

lement une vie!
Il est plus général: une fois de plus, ne nous fions pas aux apparences. Si quelqu'un manque d'attention, est impulsif, turbulent, s'organise mal, etc. ce n'est peut-être pas de sa faute! Écoutons, prenons conseil, on peut ensemble «transformer» l'existence d'un être humain! Ce n'est pas rien. Cela mérite bien un peu de notre temps!»

Jacques Mercier

Une association, parce que le meilleur moyen d'améliorer les choses, c'est encore d'en parler

Très consciente du flou autour du TDA/H, du manque d'information des uns et des autres et de l'absolue nécessité de soutenir autant les enfants que les parents dans ce long et lent parcours du combattant qu'exige ce trouble fort mal perçu, l'Association TDA/H Belgique poursuit son action sur plusieurs fronts.

Rendez-vous déjà sur son site www.tdah.be véritable mine d'informations pour tous!

TDA/H Belgique

www.tdah.be
Rue de la Glacière, 24
1060 Bruxelles

Permanence le jeudi de 10 à 16h.
Tel: 0484/17 77 08
info@tdah.be

hyperactivité
troubles associés
TDA/H BELGIQUE



de l'Attention

avec ou sans Hyperactivité

Le TDA/H, c'est quoi exactement?

Petite définition d'un trouble pour décapsuler certains préjugés

Le TDA/H, c'est un syndrome encore trop peu connu pour ce qu'il est réellement. Le TDA/H est un trouble qui se manifeste par une tendance excessive à la distraction et des difficultés de concentration, mais pas toujours accompagnées d'hyperactivité ou d'impulsivité exagérée.

Il est en effet faux de vouloir forcément associer les deux. La plupart des enfants hyperactifs présentent en plus des troubles de l'attention. Mais l'inverse n'est pas vrai, puisque près de 50% des enfants souffrant d'un TDA ne sont pas hyperactifs.

Voilà qui est important à savoir et à garder à l'esprit pour poser un bon diagnostic et proposer un traitement approprié.

Enfin, il faut savoir que le TDA/H touche environ 5% des enfants et des adolescents. Il touche également mais, dans une moindre mesure, les adultes.

Les manifestations du TDA/H

L'élément central du trouble consiste en un déficit des processus cognitifs. Un enfant souffrant de déficit d'attention aura souvent de grandes difficultés à être attentif, se mettre au travail, ne pas se disperser, s'organiser, rester attentif à ce qu'il fait. Il lui est très difficile d'intégrer plus d'une consigne à la fois ou à ne pas oublier la seule consigne qu'on vient de lui donner. Un oiseau qui chante, une feuille qui tombe de l'arbre... un rien viendra le distraire, il n'arrive pas à faire le tri parmi toutes les sollicitations de son environnement.

L'hyperactivité ou la trop grande impulsivité dans les actes est une des manifestations du trouble. L'hyperactivité semble toucher

plus les garçons que les filles. Elle peut aussi disparaître avec l'âge alors que les déficits attentionnels et cognitifs persistent. Voilà pourquoi on retrouve encore beaucoup de TDA/H chez les adultes!

Une fois scolarisé, l'enfant peut connaître des troubles d'apprentissage, être en échec scolaire. Enfin, conscient de sa différence et de ses «défauts», il peut se replier sur lui-même, se sentir «nul», développer une très basse estime de lui-même, connaître des moments dépressifs.

La difficulté dans le diagnostic de ce trouble, c'est que la manifestation de ces symptômes est de plus irrégulière.

«L'attention est un processus neurophysiologique complexe qui permet de nous orienter dans notre environnement et de réagir de façon appropriée en filtrant les stimuli appropriés.»

Dr Anne François

Les causes du TDA/H: on avance

Pourquoi ces enfants-là connaissent-ils ce trouble-là? Sur ce point, la recherche avance aussi.

Aujourd'hui, plusieurs pistes sont creusées. On sait qu'il y a des déficits neurochimiques importants qui sont impliqués dans le TDA/H. Selon le Dr. Diane de Longueville, «le TDA/H est bien un trouble neuropsychologique au cours duquel un dysfonctionnement cérébral, même minime, entraîne

des troubles observables appartenant au domaine psychopathologique (trouble du comportement, irritabilité, instabilité...) et neuropsychologique (trouble de l'attention, perturbations neurocognitives).»

Mais ce trouble peut également avoir des origines héréditaires. Pour le quart des cas, tant chez les hommes que chez les femmes, on trouve un ou des parents présentant une forme de déficit de l'attention. Dans

les autres cas, les liens héréditaires peuvent cependant être établis avec la famille élargie. Enfin, certains facteurs non génétiques peuvent aggraver, parfois même causer le TDA/H: malformation prénatale due à la consommation de drogues, abus d'alcool, oxygénation insuffisante du fœtus, empoisonnement au plomb, accident cérébral endommageant le cortex cérébral...

Le jugement des autres.

On le voit, les parents doivent faire face à une multitude de problèmes qui surgissent quotidiennement. Il faut hélas encore aussi y ajouter une pincée de culpabilité générée

chaque jour par le regard des autres. Tous ces regards qui stigmatisent les parents d'enfants TDA/H vite catalogués «mal éduqués». Toutes ces paroles qui isolent les

enfants TDA/H dans leur différence... Dès lors, oui, le seul moyen de pallier tous ces troubles corollaires, c'est de parler, faire connaître et reconnaître le TDA/H.

L'Association TDA/H Belgique: une présence, des actions concrètes

Des objectifs

Faire connaître le TDA/H

- Favoriser l'information, la coordination et la promotion de méthodes éducatives et d'accompagnement adaptées aux spécificités du TDA/H et ses troubles associés.
- Créer une bibliothèque et une vidéothèque d'ouvrages spécifiques.
- Favoriser, soutenir et coordonner les associations poursuivant des buts analogues.
- Organiser ou faire organiser des conférences, des forums de discussion.

Soutenir les enfants et les familles

- Favoriser la création de groupes de rencontres et de discussions pour permettre de développer une solidarité.
- Participer à la création de cellules d'aide aux adultes.
- Défendre les droits des personnes diagnostiquées TDA/H, les assister si nécessaire et combattre l'ignorance et les préjugés dont ces troubles font l'objet.
- Organiser ou faire organiser des activités d'éveil, scolaires ou parascolaires pour enfants et adolescents TDA/H.

Collaborer avec les professionnels

- Organiser et coordonner la solidarité multidisciplinaire, nécessaire à la bonne intégration sociale et scolaire des enfants et adolescents atteints par ces troubles, par la mise en œuvre de mesures adaptées.

Etendre l'accès au traitement

- Encourager la recherche sur les protocoles de dépistage, solliciter et participer à la mise en place de suivi thérapeutique multidisciplinaire.
- Participer à la création d'un ou plusieurs centres spécialisés de diagnostic, de traitement, et de rééducation spécifique associée ou non à une prise en charge psychothérapeutique, psychanalytique, comportementale ou cognitive.
- Favoriser les mises en place des thérapies les mieux adaptées aux troubles évoqués.

Des actions

• Permanence téléphonique et physique

Rue de la Glacière, 24 à 1060 Bruxelles • Tél.: 0484 177 708 – 02 534 38 31

le jeudi de 10 h à 16 h (hors vacances scolaires) ou sur rendez-vous: information, guidance, soutien.

info@tdah.be

L'Association accueille chaque semaine dans ses locaux, 3 à 4 familles en demande d'informations, de guidance ou de soutien. Elle aide de nombreux étudiants souhaitant réaliser un travail sur le TDA/H dans le cadre de leurs études (mémoire, travail de fin d'année...).

• Site Internet: www.tdah.be

• Forum de discussion: www.forumhyper.net

• Newsletter: 8000 personnes directement concernées par le TDA/H (parents, adultes, enseignants, logopèdes, psychologues, médecins généralistes, médecins spécialisés, thérapeutes...) se sont abonnées à la newsletter de l'Association.

Envoyée mensuellement, elle permet à tous de se tenir au courant de l'actualité en matière de TDA/H, des avancées scientifiques, médicales et thérapeutiques et des actions de l'Association.

• Rédaction, édition et diffusion du «Guide à l'attention des enseignants confrontés au TDA/H».

• Rédaction, édition et diffusion du «Guide à l'attention des parents confrontés au TDA/H».

• Mise à disposition du public, dans les locaux de l'association, d'une bibliothèque composée d'ouvrages sur le TDA/H et ses troubles associés.

• Accompagnement des parents chez le médecin ou lors d'une réunion à l'école, lorsqu'un médiateur s'avère nécessaire.

• Groupes de parole mensuels pour parents d'enfant TDA/H, et pour adultes TDA/H

• Sorties en famille (promenade, musée...) – activité trimestrielle.

• Animation de conférences sur le TDA/H et ses troubles associés: conférences pédagogiques pour enseignants, formations pour futurs enseignants, conférences d'information pour le «tout public», etc.

• Fondation d'un Groupe d'Entraide pour les personnes atteintes du Syndrome Gilles de la Tourette: www.sgt-Belgique.be

«Nos enfants sont tous différents, c'est cette différence qui fait leur force et leur beauté intérieure. Ensemble apprenons aux autres à apprécier nos différences et celles de nos enfants.»