

**INFORMATION AUX MEDIAS**

**pour publication immédiate**

## **L'art-thérapie pour adolescents obèses**

**La première étude suisse sur l'efficacité d'un programme d'art-thérapie chez les adolescents obèses montre des résultats convaincants. La perception de son propre corps, l'estime de soi et donc la qualité de vie des personnes concernées par l'obésité se sont sensiblement améliorées. On a également constaté que les effets perdurent six mois après la fin du programme.**

Insécurité, manque d'estime de soi, peur de l'avenir, mais aussi le sentiment d'être mal-aimé sont les caractéristiques que l'on rencontre fréquemment chez les adolescents obèses. Et ce dans un contexte où ces jeunes doivent décider de leur avenir et où ils sont plongés de plus en plus tôt dans le monde des adultes. Ces questions existentielles et ces peurs sont souvent aggravées par la problématique de l'obésité, avec des conséquences graves au niveau du comportement alimentaire.

### **Le problème du surpoids**

Ce sont actuellement plus de 40 pour cent de la population que souffrent de troubles alimentaires en lien avec le surpoids ou l'obésité, ce qui a pour conséquences de graves problèmes de santé physique et psychique. En Suisse, 21 pour cent des adolescents sont déjà en surpoids ou obèses.

L'art-thérapie fait appel à l'expérience artistique et permet en particulier aux personnes concernées par l'obésité de trouver de nouvelles manières de communiquer, autrement qu'avec la parole. Les patientes et les patients peuvent donc, par le biais de l'expression artistique, exprimer de manière non-verbale leurs sentiments et leurs besoins, et gagner ainsi en confiance et en assurance.

Grâce à une recherche menée simultanément dans trois hôpitaux suisses, on a pu étudier pour la première fois les effets d'un programme d'art-thérapie sur l'image du corps de l'adolescent obèse. L'étude multicentrique coordonnée par la fondation Art-Thérapie et financée par la Fondation Alta Mane a été menée dans trois hôpitaux membres fondateurs

FONDATION ART-THERAPIE

Geschäftsstelle : Eléonore Gruffel Sauter, Wolframplatz 16, 8045 Zürich

Tel. +41 78 888 38 39 Mail : [eleonore.gruffel@arttherapie.org](mailto:eleonore.gruffel@arttherapie.org) [www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)

de la Fondation: le Service d'Enseignement Thérapeutique pour Maladies Chroniques des Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), le Centre socio-pédiatrique de l'Hôpital cantonal de Winterthour et le Département de pédiatrie de l'Hôpital régional de Lugano (EOC).

27 patientes et patients ont participé à ce programme d'art-thérapie qui comportait 14 séances de 90 minutes et qui était dirigé par des art-thérapeutes diplômées. L'évaluation a eu lieu dans les trois hôpitaux à l'aide de questionnaires reconnus, notamment le «Test of creative thinking», d E. Paul Torrance, et le «Impact of Weight on Quality of Life-Lite (IWQOL-Lite)». Ces tests ont permis de constater une amélioration sensible du comportement alimentaire et social des adolescents concernés.

Cette étude a notamment permis de constater des améliorations concernant les troubles du comportement alimentaire telle la boulimie ainsi qu'au niveau du contrôle des pulsions alimentaires. Les relations sociales de ces adolescents se sont également améliorées, tandis que le sentiment d'inefficacité a diminué. Un contrôle ultérieur a montré que l'effet de l'art-thérapie perdure six mois après l'arrêt du programme.

Cette étude a également montré qu'un programme d'art-thérapie s'étendant sur six mois permet d'améliorer l'image du corps et la qualité de vie d'adolescents obèses. Les résultats seront publiés dans la revue spécialisée ETP/TPE Journal.

## **La méthode**

27 adolescents obèses ( $13,4 \pm 1,9$  ans) ont participé à 14 séances individuelles de 90 minutes prévues dans le cadre du programme d'art-thérapie qui s'est étendu sur six mois. Le même protocole a été conduit en trois langues différentes dans trois centres hospitaliers suisses. Des questionnaires sur l'image du corps (QIC), les troubles du comportement alimentaire (EDI) et sur la qualité de vie (Kidscreen) ont été soumis avant et après le programme d'art-thérapie, puis à nouveau 6 mois après l'arrêt du programme.

## **Une fondation pour les enfants hospitalisés**

La Fondation Art-Thérapie a été créée en 2008, à l'initiative de Charlotte C. Leber, par six hôpitaux universitaires et cantonaux suisses, qui avaient déjà intégré l'art-thérapie, la musicothérapie, la dramathérapie et la danse-thérapie dans leur offre thérapeutique destinée aux enfants et adolescents hospitalisés. Ces thérapies innovantes, non-invasives et reconnues dans les milieux professionnels ne sont pas couvertes par la loi sur l'assurance-maladie LAMal et les hôpitaux ne sont pas en mesure d'en assumer la totalité des coûts.

Le Conseil de fondation se compose notamment de médecins et de spécialistes qui exercent dans les hôpitaux membres fondateurs. Il s'est fixé pour but de récolter les moyens financiers nécessaires pour que la Fondation puisse mener à bien sa mission. Pionnière dans ce domaine, la Fondation joue aujourd'hui un rôle clé. Douze hôpitaux de toutes les régions du pays, tous les hôpitaux universitaires, les hôpitaux pédiatriques indépendants et les grands hôpitaux cantonaux en font partie. On trouvera de plus amples informations à ce sujet sur [www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)

**Sources:**

Efficacité d'un programme d'art-thérapie pour adolescents obèses, ETP/TPE-Journal 2016; Promotion Santé Suisse; Office fédéral de la statistique; enquête Menu-CH.

**Contact/renseignements pour les médias:**

Fondation Art-thérapie: Eléonore Gruffel Sauter, directrice, tél. 078 838 24 28,  
[eleonore.gruffel@arttherapie.org](mailto:eleonore.gruffel@arttherapie.org)

Prof. Dr Alain Golay, Hôpitaux universitaires de Genève HUG, tél. 022 372 97 04,  
[alain.golay@hcuge.ch](mailto:alain.golay@hcuge.ch)

Dr Kurt Albermann, Hôpital cantonal de Winterthour, 052 266 37 11,  
[kurt.albermann@ksw.ch](mailto:kurt.albermann@ksw.ch)

Dr Valdo Pezzoli, Hôpital régional de Lugano, 091 811 68 35, [valdo.pezzoli@eoc.ch](mailto:valdo.pezzoli@eoc.ch)

**Photo:**