

La cyberthérapie un jeu vidéo pour traiter le TDAH

Francine Fiore



D^r Philippe Lageix

À l'ère de l'informatique et du règne du Web, une nouvelle approche thérapeutique permet de traiter les jeunes atteints du trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) en les rejoignant sur leur territoire préféré, le jeu vidéo.

Conçue par deux chercheurs de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, M^{me} Marie-Claude Guay, professeure au Département de psychologie de l'UQAM, et le D^r Philippe Lageix, pédopsychiatre à la clinique spécialisée des troubles de l'attention de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, la cyberthérapie propose des exercices informatisés.

Situé dans une station spatiale au milieu des planètes, le jeu, simple au début, devient de plus en plus complexe en fonction des progrès réalisés par l'enfant, ce qui lui permet d'évoluer à son rythme.

Utilisant le principe de la remédiation cognitive, la technique a pour objectif de rétablir les fonctions cognitives déficitaires chez l'enfant en utilisant la plasticité neuronale. « Il s'agit d'une innovation mondiale, dit le D^r Lageix. Cette approche peut être utilisée par des enfants, des adolescents et même des adultes. Il suffit de modifier les images. »

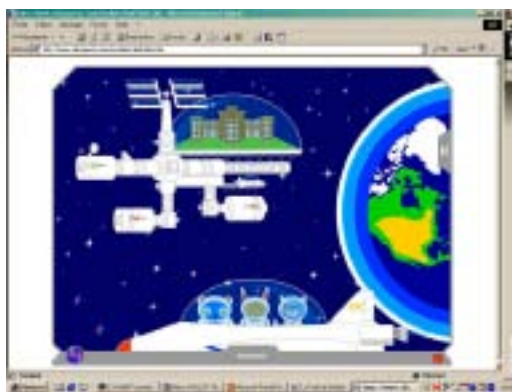
Jusqu'à présent entre 30 et 50 enfants de 6 à 12 ans, présentant un TDAH, ont participé à l'étude. Certains suivaient une pharmacothérapie et d'autres pas. « Nous avons obtenu une importante amélioration qui se maintient, soit une réduction des comportements hyperactifs et impulsifs ainsi qu'une augmentation de la capacité d'attention des jeunes qui arrivent à maîtriser des actions comme se désengager d'une activité et la reprendre », explique le D^r Lageix. En fait, nous avons amélioré la capacité de ces enfants à s'adapter aux situations qu'on leur demande de vivre. »

Médecine à distance

Selon le D^r Lageix, la médecine à distance est devenue non seulement une réalité mais une nécessité. « Comme il est difficile pour les parents et les enfants de se rendre à la clinique plusieurs fois

par semaine, le traitement à distance par l'intermédiaire du Web devenait la solution parfaite », dit-il.

Dans le cadre de la cyberthérapie, l'enfant doit effectuer quatre séances de jeu par semaine, d'une durée de trente minutes chacune, pendant vingt semaines. Il a accès de manière confidentielle à son dossier de remédiation



Jeu de cyberthérapie

cognitive en se branchant directement sur le site Internet de la clinique. Il utilise l'ordinateur de l'école sous la supervision d'un intervenant scolaire, mais la technique sera éventuellement disponible à la maison sur l'ordinateur familial.

Bien qu'il s'agisse d'un projet de recherche, la technique est prête pour une expérimentation

Pour en savoir plus

Consulter l'ouvrage *Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité, soigner, éduquer surtout valoriser*, rédigé sous la direction d'André Achim, Nicole Chevalier, Marie-Claude Guay, Philippe Lageix et coll., publié aux Presses de l'Université du Québec, Collection Santé et Société.

à grande échelle. Plusieurs projets pilotes sont en cours, dans des régions aussi éloignées que Fermont. « Notre objectif est de rendre cette approche accessible à tous les milieux afin d'augmenter le nombre d'enfants qui pourront en bénéficier, notamment dans les régions éloignées, dit-il. Au Québec, un consensus préconise que la majorité des enfants atteints de TDAH soient traités en première ligne et nous travaillons déjà dans ce sens. »

Les médecins que la cyberthérapie intéresse peuvent communiquer avec l'équipe de la clinique des troubles de l'attention par courriel à lagphi@douglas.mcgill.ca ou à tdahboisbriand@aol.com. Pour adresser de jeunes patients au Guichet unique de pédopsychiatrie de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, on peut appeler au 514 323-3487. 📞

Diabète une roulette à glucides

Comment mieux faire comprendre aux patients diabétiques le contenu en glucides des aliments ? Comment expliquer clairement qu'il y a des sucres non seulement dans les gâteaux, mais aussi en quantité variables dans les fruits, le riz et le pain ?

Il existe maintenant un nouvel outil pratique : une roulette qui indique le nombre de grammes de glucides contenus dans les différents aliments. Ce nouvel instrument, que le patient peut apporter partout avec lui, a été conçu par le **D^r Alexandre Ackaoui**, qui travaille à l'Unité de médecine familiale de l'Hôpital de Verdun et au Centre de santé de Rigaud.

La roulette, baptisée GlucoAid, comprend 270 aliments, classés par ordre alphabétique dans

différentes catégories : céréales, pâtes et riz, viandes, fruits, légumes, etc. L'outil indique, pour chaque aliment, le nombre de glucides et de calories que renferme une portion d'un poids donné. Ainsi, un kiwi de taille moyenne, pesant 75 g, contient 10 glucides et 45 kcal.

Il y a quelques mois, un patient qui se savait diabétique depuis peu est venu voir le D^r Ackaoui pour être suivi. Il avait déjà tenté de réduire sa consommation de sucres. « Il m'a dit qu'au lieu de prendre un morceau de tarte aux pommes à la fin des repas, il mangeait maintenant cinq clémentines. » Le médecin a alors sorti la roulette et lui a montré qu'une portion de tarte aux pommes contient 40 g de glucides alors que les cinq fruits en comptaient 50 en tout. « Là, il a compris.

Quand il est revenu, il y a deux semaines, sa glycémie et son hémoglobine glyquée étaient tout à fait normales. »

Le D^r Ackaoui, qui utilise la roulette depuis un an avec ses patients, estime que son emploi a permis d'obtenir des baisses de 0,5 % à 1,5 % du taux d'hémoglobine glyquée. L'équivalent de l'action d'un médicament antidiabétique.

La roulette, qui existe en français et en anglais, coûte 14,95 \$ (plus les taxes et les frais de transport et de manutention).

Elle est vendue dans le site www.glucoaid.com.

Il serait également possible pour les médecins de se procurer des roulettes auprès des représentants de Sanofi-Aventis, GlaxoSmithKline et

Abbott pour faire de l'enseignement auprès de leurs patients. Pour plus d'informations, on peut écrire à glucoaid@sympatico.ca. 📞



D^r Alexandre Ackaoui

Photo : Emmanuèle Garnier

