

Encadré 4. Comment prévenir la stigmatisation

➔ Professionnels

- Choisir ses mots pour parler de la corpulence, de l'alimentation, de l'exercice physique : il est important que tout professionnel utilise un langage approprié, respectueux et non stigmatisant pour communiquer avec l'enfant/l'adolescent(e), ses parents. Partir de leurs représentations et du sens qu'ils donnent aux mots pour ne pas les blesser et construire un langage commun.
- Être attentif aux répercussions émotionnelles d'une situation de surpoids ou d'obésité : elles peuvent être le témoin d'une souffrance contre-productive pour l'engagement dans les changements des habitudes de vie ou l'acceptation des soins ou d'un accompagnement.
- Toujours valoriser les efforts, les progrès réalisés.
- Les messages délivrés ne doivent pas :
 - entraîner une préoccupation exagérée concernant la nutrition, le poids et la morphologie. Ils peuvent renforcer une image de soi négative ou être vécus comme culpabilisants, augmentant ainsi le risque de troubles alimentaires ;
 - donner l'impression que la solution au problème de surpoids ou d'obésité du jeune dépend entièrement du jeune et/ou de ses parents, de leur volonté.
- Réfléchir seul ou en équipe à ses propres opinions concernant l'alimentation et les problèmes de poids et à leur impact possible sur les patients.
- Proposer un environnement de soins non stigmatisant : les locaux, sanitaires, salle d'attente, pièce de consultation, d'examen ou de soins doivent être suffisamment spacieux et être équipés de fauteuils, chaises, de lit d'examen, de matériel de soins permettant d'accueillir et de soigner toute personne, quelle que soit sa corpulence.

➔ Parents, éducateurs, proches

- Expliquer aux parents, éducateurs, proches, l'importance de :
 - ne pas tolérer moqueries et commentaires négatifs dans le milieu familial, ni dans tout autre contexte ;
 - éviter la mise à l'écart, la stigmatisation lors des repas : menu différent, privation ;
 - être à l'écoute du ressenti de l'enfant/l'adolescent(e) et de son besoin d'aide ;
 - accepter, si besoin, une aide extérieure, notamment d'un professionnel de santé pour le bien-être du jeune et de la famille ;
 - aider l'enfant/l'adolescent(e) à faire face aux situations ou attitudes stigmatisantes difficiles ou douloureuses ou comportements de stigmatisation : aborder les stratégies déjà expérimentées et leur résultat.