



## L'ERGOTHÉRAPIE ET L'INTÉGRATION SENSORIELLE

L'intégration sensorielle est un processus neurologique qui nous permet de percevoir, intégrer et enregistrer les informations sensorielles que nous recevons et qui par la suite, guident nos actions. Ces informations sensorielles proviennent de notre environnement (la vue, l'ouïe, le goût, l'odorat et le toucher), mais aussi de notre propre corps. Il y a 2 systèmes sensoriels qui sont peu connus, mais qui sont primordiaux au développement. Tout d'abord, le système vestibulaire qui perçoit la direction des mouvements du corps et l'orientation dans l'espace (avant-arrière, haut-bas, roulades). Il y a aussi la proprioception qui est notre sensation corporelle (les limites de mon corps, où/comment mon corps est positionné et la bonne force à utiliser dans les différentes activités/tâches).

Le cerveau enregistre ces entrées sensorielles et les interprète de façon à organiser une réponse physique, émotionnelle ou cognitive. Ce processus est tout à fait hors du contrôle de la personne.



Parfois, le cerveau n'analyse pas toujours les informations sensorielles de façon adéquate. Il y a la présence d'une hyperréactivité ou une hyporéactivité aux stimulations sensorielles. L'interprétation des informations n'étant pas efficace, la réponse ou la réaction aux différentes entrées sensorielles peut alors être inadéquate au contexte.

L'hyperréactivité sensorielle implique que la sensation est interprétée comme augmentée. Celle-ci sera alors ressentie de façon plus intense qu'une autre personne. Au contraire, lorsqu'une personne démontre une hyporéactivité, les sensations sont perçues comme diminuées. L'hyper et l'hypo réactivité se situe sur un spectre et varie d'une personne à l'autre, et même d'un sens à l'autre. Tout un chacun a ce que j'appelle une couleur sensorielle. Un désordre de l'intégration sensorielle survient lorsque la mauvaise interprétation des stimulations sensorielles empêche une personne de bien fonctionner dans les différentes sphères de sa vie (autonomie, loisirs, scolarité, travail, relations sociales, gestion des émotions, etc.).

Des particularités sensorielles sont fréquemment observées chez les personnes ayant un diagnostic de TDA/H (jusqu'à 50%), de trouble dans le spectre de l'autisme (jusqu'à 90%), de difficultés d'apprentissage et de trouble d'acquisition de la coordination (TAC). Il est aussi possible de retrouver des particularités sensorielles chez une personne qui ne présente aucun diagnostic spécifique.

Exemples d'hyperréactivité	Exemples d'hyporéactivité
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Enfant qui fait des crises ou n'apprécie vraiment pas le brossage de cheveux, de dents, les soins d'hygiène.</li> <li>✓ Enfant qui évite de se salir en toute occasion (bricolage, cuisine, jeux à l'extérieur).</li> <li>✓ Enfant qui réagit négativement s'il y a de la musique, au son de l'aspirateur ou de la lessiveuse.</li> <li>✓ Enfant qui ne tolère pas la proximité physique des autres dans un groupe. Il peut alors réagir en poussant ses pairs ou à s'isoler du groupe.</li> <li>✓ Enfant qui refuse de jouer dans les modules de parc ou aller dans les manèges.</li> <li>✓ Enfant qui est irritée par ses vêtements, les coutures, les étiquettes, les ceintures.</li> <li>✓ Enfant qui ne peut s'appliquer à son travail s'il y a des bruits dans son environnement (classe).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Enfant avec un bas niveau d'énergie, qui a besoin de beaucoup de stimulations pour s'impliquer.</li> <li>✓ Un enfant qui met beaucoup de nourriture dans sa bouche lorsqu'il mange.</li> <li>✓ Enfant qui aime prendre des risques ou recherche les sensations fortes dans ses activités de loisirs (grimper, sauter).</li> <li>✓ Un enfant qui ne respecte pas l'espace personnel des gens autour de lui (envahissant).</li> <li>✓ Un enfant qui ressent le besoin de manipuler des objets en tout temps.</li> <li>✓ Un enfant très maladroit, gaffeur.</li> <li>✓ Un enfant qui ressent le besoin constant de bouger.</li> </ul>

L'ergothérapeute est le professionnel de la santé qui est le spécialiste en intégration sensorielle. Celui-ci pourra :

- ☉ Établir le profil sensoriel de votre enfant
- ☉ Bien évaluer l'impact des particularités sensorielles au niveau de la vie quotidienne et en informer au besoin les personnes qui gravitent autour de lui (famille, professeur, éducatrice, entraîneur, etc.).
- ☉ Mettre en place une diète sensorielle efficace
- ☉ Proposer des modifications à l'environnement (maison, milieu éducatif ou milieu scolaire) de votre enfant.

Vous reconnaissez votre enfant dans ces descriptions? Vous voulez en savoir plus? N'hésitez pas à me contacter, il me fera plaisir de répondre à vos questions. Il existe aussi des grilles de dépistage qui n'impliquent aucun coût et qui pourraient vous guider pour évaluer la pertinence ou non d'un suivi en ergothérapie. Vous pouvez les demander au professionnel que vous consultez avec votre enfant à la Clinique RESO.

Au plaisir de vous rencontrer!

Véronique Pepin  
 Ergothérapeute  
 Groupe Ergo Ressource à la Clinique RESO  
[v.pepin@ger-ergo.com](mailto:v.pepin@ger-ergo.com)  
 450-970-1522 #3

