

*Isabelle Duponteil*  
SNICS



### *EPS et santé*

---

Santé et éducation physique et sportive ... deux termes depuis longtemps associés mais avec des conceptions différentes selon différentes périodes.

Dans le cadre scolaire, en effet, depuis la fin du 19<sup>ème</sup> siècle, l'élève est soumis à la pratique d'exercices physiques pour entretenir et développer sa santé, dans un concept purement hygiéniste.

L'éducation physique a ensuite évolué dans le temps devenant pratique sportive, axée d'avantage sur la recherche de résultats sportifs, puis EPS en 1967, avec une orientation vers les notions de loisirs, de plaisir, de bien-être mais toujours en restant en lien avec la santé.

Aujourd'hui, l'éducation physique et sportive s'est orientée vers une nouvelle conception : « apprendre à gérer sa vie physique aux différents âges de la vie » et vise à apprendre à pratiquer les activités physiques dans une dimension de préservation de soi et de sa santé dans toutes ses dimensions (biologique, psychologique, cognitive, sociale).

En janvier 2001, le ministère de l'EN dans son texte d'orientation de la politique de santé détermine la mission de promotion de la santé en faveur des élèves dont l'objectif essentiel et spécifique est de veiller à leur bien-être, de contribuer à leur réussite et de les accompagner dans la construction de leur personnalité individuelle et collective.

Il est précisé que les missions des infirmiers de l'EN s'inscrivent dans la politique générale de l'EN qui est de promouvoir la réussite des élèves et de répondre aux objectifs essentiels de la santé à l'école :

- favoriser les apprentissages, le projet personnel et la réussite scolaire de l'élève, et veiller à son bien-être et son épanouissement ;
- participer dans le cadre de la mission éducative de l'école à la formation des jeunes dans le domaine des sciences de la vie et améliorer leurs capacités à mettre en valeur leur propre santé par des choix de comportements libres et responsables devant des problèmes de santé publique et de société qui peuvent se poser ;
- agir au sein de l'équipe éducative comme conseiller en matière de santé pour une prise en charge globale de l'élève
- etc

Dans le cadre scolaire, les élèves sont a priori en « bonne santé ».

Certains cependant souffrent de pathologies, qui peuvent parfois nécessiter d'établir un Projet d'Accueil Individualisé (PAI), mais qui ne doivent pas pour autant les dispenser de l'enseignement scolaire dans sa globalité, y compris de l'EPS sauf inaptitudes totales constatées par un médecin. Mais pour beaucoup, seule une inaptitude partielle est établie par le médecin ce qui conduit alors le prof d'EPS à adapter son enseignement aux possibilités de l'élève.

Il convient aussi, en lien avec l'infirmière scolaire, de travailler ensemble pour faire entendre à l'élève et à sa famille le bénéfice à attendre de la pratique d'activité sportive pour certaines pathologies : asthme, cardiopathies, maladies musculaires... L'infirmière peut alors chercher à établir quand cela est nécessaire un échange à propos de la pathologie et de la connaissance des éléments qui peuvent être utiles au professeur, avec l'accord de l'élève et de sa famille dans le respect du secret professionnel.

Il est primordial de faire comprendre à ces élèves, mais aussi aux autres, que les fonctions cardiaques, respiratoires, musculaires, articulaires... sont améliorées par une pratique d'exercices physiques régulière et adaptée.

Etre « malade » ne conduit pas nécessairement à ne pas pratiquer d'éducation physique !!!

Régulièrement l'infirmière est confrontée aux demandes d'élèves d'une « dispense ponctuelle » du cours d'EPS pour divers motifs : céphalées, rhino, angine... mais aussi fatigue et bien sûr, pour les filles, leurs règles !!!

S'il est du rôle de l'infirmière dans certain cas d'autoriser les élèves à ne pas participer à un cours, qu'il soit d'EPS ou tout autre d'ailleurs, elle doit bien évidemment veiller et contribuer à ce que le cours d'EPS soit considéré comme une discipline à part entière !!! (et donc faire remarquer à ces élèves qu'ils ne la sollicitent pas pour une dispense du cours de maths parce qu'elles ont leurs règles !!! Pratiquer une activité physique pendant les règles c'est possible !!! une femme est « programmée » pour une quarantaine d'années à ce « désagrément »... )

Le cours d'EPS peut être adapté à un état de santé particulier ponctuel mais il est nécessaire d'établir un dialogue de confiance entre le prof, l'élève et l'infirmière.

Lors de la puberté et notamment quand le corps se transforme, les jeunes peuvent chercher à « fuir » les cours d'EPS ce qui mérite une attention particulière et un accompagnement attentif. Afin de ne pas brusquer, gêner, mettre mal à l'aise les jeunes durant cette étape compliquée corporellement mais aussi psychologiquement, un travail conjoint de l'infirmière et du prof d'EPS s'avère nécessaire pour mieux identifier la situation. Cette concertation permettra de mieux entrer en communication avec les jeunes, ce qui est parfois difficile en cette période souvent marquée par une opposition systématique, un repli sur soi, une pudeur importante, compliquée par des tabous, une gêne à parler de certains sujets, nommer certaines parties du corps.

Le corps justement...

Les différents problèmes liés au corps, souvent le prof d'EPS et l'infirmière sont les premiers à les déceler. C'est le corps que vous, prof d'EPS, mettez en action dans vos cours... que vous « torturez » même quelquefois, l'obligeant à se bouger, à se tordre, à se montrer, à se dépasser, à toucher et à être touché... dans le cadre d'exercices qui pour la plupart des élèves ne posent pas de problèmes mais qui pour certains peuvent être révélateurs de souffrance...

Un refus, un repli, un malaise ... autant de signes qui doivent mettre en alerte, tout autant que des marques, des hématomes, des plaies, des scarifications...

Dans nos infirmeries, ce sont ces même corps que nous, les infirmières, « soignons ».

Au prétexte d'un passage pour un problème somatique (mal de ventre, de tête...), certains élèves rentrent dans la confidence ou lancent des signaux d'appel pour attirer notre attention...

C'est dans ce genre de situations « d'alerte », que notre travail pour aider l'élève, doit être étroitement lié et permettre l'échange de nos différentes observations dans le respect de nos champs de compétences et du secret professionnel.

Lors des conseils de classe, il est fréquent de constater que le prof d'EPS et l'infirmière ont une approche de l'élève similaire due à leur connaissance du « langage du corps ».

Alors, dépassons la caricature : le prof d'EPS n'est pas que celui qui « casse » à longueur de cours les élèves (mais rappelons cependant que dans un établissement scolaire, la très grande majorité des accidents scolaires et des accidents du travail ont lieu pendant les cours d'EPS) et l'infirmière n'est pas que celle qui « fait des dispenses pour un oui pour un non » (même s'il faut reconnaître que pour une séquence d'endurance sous la pluie elle peut se laisser attendrir !!!). Oui, la santé et l'EPS sont étroitement imbriquées et se croisent au quotidien.

Mais, si on souhaite donner à l'éducation à la santé une vraie place à l'école, c'est en travaillant ensemble et régulièrement, au sein d'une équipe pluriprofessionnelle que nous y parviendrons.

C'est parce que l'infirmière est un membre de cette équipe et non une « intervenante santé » que des projets peuvent naître et prendre forme, dans le cadre des CESC par exemple (Comité d'Education à la Santé et à la Citoyenneté) mais aussi lors de manifestations particulières (Sidaction, Virades de l'espoir contre la mucoviscidose, Parcours du cœur, Téléthon ...) ou dans le cadre de projets ciblés (nutrition, hygiène...), en tenant compte de la demande spécifique des élèves, des personnels, de l'établissement et de l'analyse qui en est faite.

Et c'est plus largement dans ce cadre au-delà du seul lien santé et éducation physique qu'il faut travailler.