

«Maman, jije

# BEBBÉGAIE!»

Illustration André Rivest

**CLAUDINE DÉSAULNIERS**  
collaboration spéciale

Que faire, quand notre bambin de deux ans s'exprime soudainement avec difficulté? S'alarmer? Paniquer? Demeurer insouciant? Ou encore, en rire? Lorsqu'il s'agit de bégaiement et non pas d'hésitation normale, il est primordial d'adopter des attitudes appropriées, voire de changer sa façon de parler à son enfant et de l'écouter...

#### Une histoire parmi tant d'autres

J'ai personnellement vécu une expérience semblable à l'automne 1993. Mon fils aîné, François, âgé de près de 2 ans et demi, a connu un problème de bégaiement. Heureusement, cela a été de courte durée.

Bien que connaissant le domaine puisque j'exerce la profession d'orthophoniste, je me suis sentie démunie. Je me suis aussi

rendu compte que mon savoir n'était pas nécessairement accessible à mon entourage. C'est-à-dire que les attitudes à pratiquer pour aider mon enfant étaient inconnues pour mon conjoint et pour les gens de mon entourage.

Cette histoire a commencé durant l'été 1993. Rien ne laissait présager une difficulté de parole chez François. À peine âgé de deux ans, il se faisait comprendre de la plupart des étrangers. On disait de lui qu'il «prononçait» bien et qu'il parlait beaucoup pour son âge. En fait, au plan linguistique, l'évolution de son langage (mots et phrases) avait été très rapide.

Puis, des hésitations se manifestèrent dans sa parole. Elles se traduisaient principalement par la répétition des deux premiers mots de la phrase: «Est où...?» Aussitôt apparues, aussitôt disparues, comme il est fréquent de le remarquer chez les enfants en apprentissage du langage.

Vers la fin octobre, les répétitions reprirent de plus belle. À cela, s'ajoutèrent prolongements et blocages sur les voyelles «a», «o», «an», et «on» au début des mots. Ces prolongations pouvaient même être accompagnées d'une augmentation de l'intensité du son et d'une tension de la mâchoire. De temps à autre, François employait le mot «ça» en pointant l'objet pour éviter de dire le mot connu. Il pouvait aussi nous fuir du regard en nous adressant la parole. Il se rendait compte de ce qui lui arrivait. Croyant s'aider, il en était même venu à se fermer la bouche en se donnant un coup sur la mâchoire inférieure. Qu'est-ce qui se passait? Mon enfant était-il devenu bégue en l'espace de quelques semaines? Quelle en était la cause? Était-

ce dû à la naissance du nouveau petit frère en mai 1993, de mon retour sur le marché du travail en septembre, de l'hérédité (ayant moi-même eu un bégaiement important pendant deux mois à l'âge de trois ans et mon fils ayant un grand-père paternel bégue)...? Autant d'interrogations occupaient mes pensées. Il fallait maintenant passer à l'action. Chanceuse d'être orthophoniste, me direz-vous. Bien sûr, mais en même temps angoissant parce que la réussite de la thérapie de contrôle du bégaiement me concernait directement. Après conseils et soutien de la part de mes collègues orthophonistes, je procédais à la rééducation de mon fils, en espérant qu'il comprendrait ce que j'attendais de lui, malgré son jeune âge.

**Il faut passer à l'action le plus vite possible**

Dès la première intervention avec François, il y eut une nette amélioration dans la diminution de ses blocages et de ses prolongements de voyelles. Une semaine passa et le contrôle du bégaiement se fit assez facilement. Mon fils s'installa même devant son jeune frère pour lui faire une démonstration de comment il faisait «couler les sons» dans sa bouche.

Toute la famille appuya ses efforts. On ralentissait la vitesse du débit lorsqu'on parlait; ce que le papa trouva difficile à respecter, lui qui s'exprime rapidement. Chez la gardienne, chacun savait ce qu'il fallait faire pour rendre la parole de François plus fluide.

Deux jours avant Noël 1993, François retrouva sa fluidité et la conserve toujours en cette année 1995. Il ne se souvient même plus de ses moments de dysfluidité, d'où l'importance de savoir reconnaître le bégaiement

et d'intervenir tôt.

#### Les causes du bégaiement

Selon les époques, les causes attribuées au bégaiement ont varié. Au XIX<sup>e</sup> siècle, par exemple, on pensait que l'épaisseur de la langue avait une influence directe sur le débit de la parole. Puis, dans les années 1950, on rendait les parents coupables du bégaiement de leur enfant, car on croyait qu'il était de nature psychologique ou psychiatrique.

Des recherches récentes indiquent plutôt que la cause du bégaiement serait neurologique. Il s'agirait d'une mauvaise synchronisation d'une centaine de muscles, provoquée par un déficit au niveau des cordes vocales et du larynx. L'hérédité joue aussi un rôle important dans la possibilité d'un bégaiement, surtout quand la mère a elle-même bégayé.

SUITE À LA PAGE 2



**Laboratoire M.P. Langelier**

UN LABORATOIRE LOIN D'ÊTRE À SES PREMIERS PAS  
ÉVALUATION • FABRICATION • SEMELLES PLANTAIRES • CHAUSSURES CONFORTABLES ET SUR MESURE

Édifice Langelier — 675, boul. Laurier (route 116), Beloeil 875-6637

## SANTÉ



## Les bègues ont une meilleure qualité de vie qu'autrefois

SUITE DE LA PAGE C 1

De plus, il est à noter que, statistiquement parlant, le nombre de bègues est quatre fois plus élevé chez les garçons que chez les filles.

Avec toutes ces prédispositions, le bégaiement peut se retrouver à l'état latent ou être facilement déclenché par le stress et les émotions chez certains sujets.

### Prévention et traitement

Apprendre à distinguer les hésitations « normales », souvent fréquentes entre deux et cinq ans, du vrai bégaiement, constitue une première étape préventive (voir plus loin « Les hésitations vs le bégaiement »). En tout temps, il importe d'adopter une hygiène de communication qui respecte le droit de parler et d'être écouté pour tous. Il faut aussi se rappeler que l'importance du bégaiement est variable selon l'état de fatigue et d'émotivité. Qui plus est, on n'observera aucun bégaiement lorsque le sujet chante, joue un rôle ou prend un accent.

Dès l'apparition des signes révélant un possible bégaiement, il serait sage de consulter un orthophoniste. Ce spécialiste de la parole et du langage saura vous conseiller et vous expliquer les comportements adéquats à adopter avec votre enfant. Au besoin, une thérapie sera entreprise avec votre enfant.

Selon Julie Fortier, orthophoniste et professeure à l'École d'orthophonie et d'audiologie de l'Université de Montréal, « il est important d'intervenir le plus tôt possible ». Puis elle ajoute : « Avec le jeune d'âge préscolaire, le pronostic de réussite est meilleur que chez l'adulte, soit de 90 %, voire même de 100 %, parce que les habitudes de parole sont beaucoup moins ancrées » que chez leurs aînés.

L'enfant traité apprendra à parler moins vite pour amorcer les mots en douceur. Par des images très concrètes, il en viendra à visualiser comment « glisser » sur les mots. Il comprendra ce qui lui arrive quand il parle de façon saccadée. Il saura comment maîtriser des techniques de contrôle de son bégaiement.

Au dire de Guylaine Jutras, orthophoniste à l'hôpital Sainte-Justine de Montréal, « Le bégaiement ne peut être guéri, mais il se contrôle. » C'est pourquoi elle parle du « bégue fluide », comme étant un athlète de la parole », tout en ajoutant que : « Des rechutes sont toujours possibles. »



### Perspectives d'avenir pour les bègues

Depuis toujours, les bègues font partie de notre société. Des personnages célèbres ont vécu avec un problème de bégaiement, tels Isaac Newton, Charles Darwin, Marilyn Monroe, etc. Peu importe la race, la langue, le statut social, l'intelligence, le bégaiement touche 1 % de la population. Présentement, il existe plus de 100 000 bègues identifiés au Québec, dont 55 000 jeunes qui fonctionnent normalement dans la communauté.

Grâce à la démythification du bégaiement, à l'implication et à la compréhension des gens sur ce sujet encore tabou, les personnes bègues ont une meilleure qualité de vie qu'autrefois. De plus, ils peuvent compter sur des associations fondées pour leur venir en aide ainsi qu'à leurs proches. En espérant que bientôt, le bégaiement, ce « handicap invisible », connaîtra un traitement miracle pour tous ceux qui en subissent les conséquences fâcheuses.

### Les hésitations normales vs le bégaiement

Voici quelques indices pour vous aider à dépister les enfants qui risquent de développer le bégaiement.

Il est considéré comme « normal » pour un enfant en apprentissage du langage de répéter des phrases et des mots (surtout des fragments de mot, généralement la première syllabe) et d'utiliser des interjections (Ex. : Ben ! ) pour structurer ses phrases.

Par contre, la répétition multiple devient significative lorsqu'elle se rencontre pour un grand nombre de mots et dans toutes sortes de situations. Il y a aussi l'utilisation excessive du

« Euh ! » qui vient se situer entre les syllabes et « casse » le mot. Exemple : au lieu de dire « balle », il dit « beu-beu-balle ». Un signe à ne pas négliger est la prolongation des sons, comme quand « maman » devient « mmmmmmmaman ». Même si ces trois signes peuvent se rencontrer occasionnellement chez les enfants, ils sont à surveiller de près.

Cinq autres comportements sont aussi révélateurs d'un bégaiement, dont la crispation. Celle-ci se remarque par de légers tremblements des muscles autour de la bouche et de la mâchoire qui provoquent des blocages ou arrêts sur des mots. Ainsi, l'enfant programme sa musculature buccale pour faire le « b » de « bonhomme » et aucun son n'est produit.

Le deuxième signe est le haussement du ton et du volume de la voix qui se manifeste par un glissement progressif de la voix vers le haut, en voulant « sortir » un mot.

Le troisième comportement concerne les tensions observées au niveau du visage sous forme de grimaces ou de mouvements des mains, bras ou pieds.

Puis, il y a les moments d'angoisse qui se présentent quand l'enfant aborde un mot qui lui pose un problème.

Finalement, il existe l'évitement du mot. Ainsi, l'enfant préfère ne pas parler ou essaie de trouver un autre mot par crainte de bégayer.

Plus un enfant cumulera de ces signes, plus il risquera de développer un bégaiement.

On pourra s'informer auprès des organismes suivants :

- Association des jeunes bègues du Québec (jusqu'à 25 ans) C.P. 258, Succursale P.A.T. Pointe-aux-Trembles Qc H1B 5K3 Tél. : (514) 642-1288 ou, pour les personnes de l'extérieur de Montréal : (800) 661-2348.
- Association des bègues du Canada inc. (adultes) 7801, rue Sainte-Claire Montréal, Qc H1L 1V8. Tél. : (514) 649-0863 ou (514) 353-1042
- Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec 1265, rue Berri, bureau 730 Montréal, Qc H2L 4X4 Tél. : (514) 282-9123.
- École d'orthophonie et d'audiologie de l'UdeM Faculté de médecine 2375, Côte-Sainte-Catherine Montréal, Qc H3T 1A8 Tél. : (514) 343-7841.

## Quelques trucs à essayer

■ Soyez à l'écoute de votre enfant. Prenez le temps de le regarder et de lui montrer que vous êtes intéressé à ce qu'il dit et non comment il le dit. Aussi, il est important de ne pas afficher une attitude inquiète face à son problème de bégaiement ;

— évitez d'interrompre le discours de votre enfant, de finir ses phrases à sa place, de le critiquer sur ses dysfluidités, de corriger ses petites erreurs grammaticales, de le forcer à parler lorsqu'il pleure ou quand il est en présence d'étrangers ;

— au besoin, rassurez votre enfant face à son in-

quiétude vis-à-vis le bégaiement. Dites-lui que tout le monde éprouve des difficultés à parler en état de colère, de fatigue ou d'excitation ;

— adoptez un débit de parole plus lent qu'en temps ordinaire, sans exagérer toutefois. De plus, faites davantage de pauses quand vous lui parlez ;

— lors des journées où il bégaye peu, encouragez-le à parler davantage. Cependant, si c'est une journée difficile pour lui, trouvez-lui des activités qui exigeront moins sur le plan de la communication comme bricoler, écouter des cassettes...

## Êtes-vous malade !

■ La Presse est heureuse d'accueillir dans ses rangs une nouvelle collaboratrice, le docteur Danielle Perreault. À partir du mois de novembre, ce jeune médecin qui a fait carrière dans les CLSC et qui s'est en quelque sorte spécialisée dans la médecine dite « populaire » répondra à vos questions toutes les deux semaines.

Que faire le jour où vous êtes touché par un malaise ou un symptôme ? Comprenez-vous toujours la maladie qui vous affecte... si maladie il y a ? Voilà le genre de questions auxquelles répondra le docteur Perreault dans un langage facile à comprendre.

À travers cette nouvelle chronique, vous serez invités à nous faire part de vos soucis et de vos questions sur ce que vous vivez ou avez peur de vivre, en matière de santé et de maladie. N'hésitez donc pas à poser toutes les questions qui vous viennent à l'esprit pour mieux comprendre votre état de santé et les choix qui s'offrent à vous.

On pourra joindre le docteur Danielle Perreault à l'adresse suivante : C.P. 63002, Ile-des-Sœurs, Québec, H3E 1V6.



Dr Danielle Perreault

## Le tiers des adolescents fument toujours

Les dangers qu'on leur décrit sont trop lointains

MATHIEU PERREULT  
collaboration spéciale

■ « Un jour, j'arrêterai de fumer », affirme Céline, 17 ans. « Mais pour le moment, j'aime bien prendre une cigarette avec mes amis. »

Bien que les jeunes de 15 à 24 ans soient bien informés des dangers de la cigarette, le tiers d'entre eux continuent de fumer, selon une étude canadienne récente.

L'usage de la cigarette se double en effet du sentiment qu'il s'agit d'une habitude temporaire. Une étude américaine de 1994 indique ainsi que seulement 5 % des personnes qui fumaient à l'âge de l'école secondaire pensaient qu'elles seraient encore fumeuses cinq ans après. Pourtant, les trois quart étaient toujours après une dizaine d'années.

« Les adolescents croient qu'ils arrêteront à l'âge adulte », explique Nicole Beaudet, de la direction de la santé publique de Montréal-Centre. « Les maladies qu'on leur décrit sont trop lointaines pour eux. »

Les préoccupations des adolescents sont en effet bien éloignées du cancer et de l'emphyseme. « L'adolescent éprouve parfois une sorte de maladresse qu'il va chercher à atténuer en adoptant certains comportements », indique le docteur Gilles Paradis. « Ce malaise est dû à ce qu'il est conscient du développement de son corps alors que l'estime de soi n'est pas encore complètement développée. »

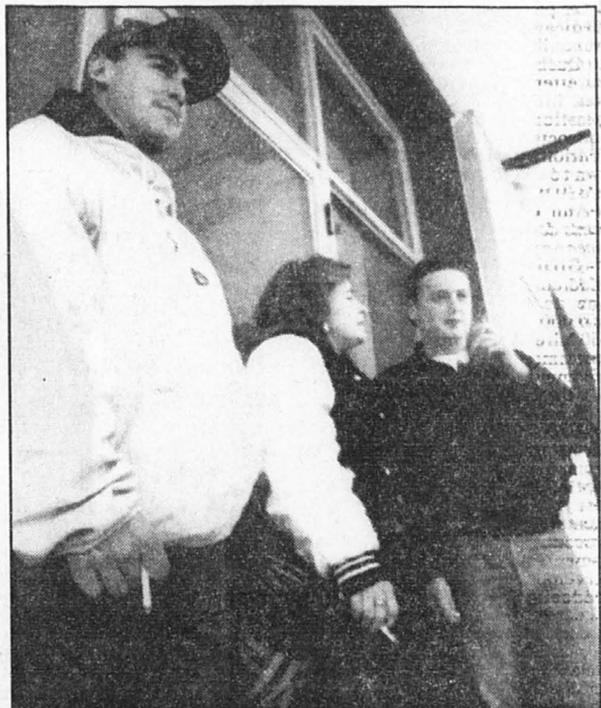
« C'est agréable de fumer quand tu n'as rien à faire, reconnaît ainsi Céline. Arrivé à 14 ou 15 ans, tu te rends compte que tout le monde fume. Ça te donne le goût d'essayer. »

L'adolescent est curieux de tenter de nouvelles expériences. « C'est un âge où les champs d'intérêt s'élargissent, continue le docteur Paradis. L'influence des pairs grandit, alors que celle de la famille est parfois repoussée. L'attraction des interdits sociaux est alors très forte. »

### Un plaisir presque immédiat

Ainsi le réseau social augmente au cours de l'adolescence. Il devient important de socialiser, ce que l'on fait en fumant, autour d'une bière ou en allant danser. La particularité de la cigarette, c'est qu'elle entraîne très rapidement la production d'une substance qui a un effet agréable pour le corps.

La nicotine du tabac induit en effet la sécrétion de certaines hormones telles que l'endorphine, un genre de morphine naturelle qui a un effet euphorisant. « La nicotine arrive massivement dans le sang environ dix secondes après l'in-



Les études démontrent que plus on commence à fumer jeune, plus on fumera longtemps.

halation, indique le docteur Paradis. Cette rapidité est due aux muqueuses de la bouche, où sont présents de nombreux vaisseaux sanguins, ainsi qu'à l'échange au niveau des poumons. »

Passé ce pic rapide, le taux de nicotine dans l'organisme décroît rapidement. Après cinq minutes, le taux de nicotine a diminué de moitié. Le corps, qui s'est habitué à l'effet euphorisant de l'hormone, en redemande. Au bout d'un moment, c'est le sevrage : l'organisme est en manque. « La dépendance associée à la cigarette est aussi forte que pour l'héroïne », remarque le docteur Paradis.

### Les adolescents n'écrasent pas

D'autre part, il semble que plus on commence à fumer jeune, plus on fumera longtemps. Selon le docteur Paradis, les raisons sont d'ordre psychologique et non biologique.

C'est ainsi que peu de jeunes arrêteront de fumer au cours de leur adolescence. « L'atelier que je donne dans les écoles secondaires vise davantage à donner des outils pour cesser de fumer qu'à inciter à arrêter tout de suite, admet Mme Beaudet. Certains me disent parfois que je les ai convaincus d'écraser, mais d'habitude ils continuent. »

L'urgence de la situation n'est en effet pas évidente

quand on a 14 ou 15 ans. À moins d'être asthmatique, le souffle court apparaît plus tard, et la destruction des cellules du goût et de l'odorat survient après au moins dix ans de tabagisme. « Le seul point sur lequel les adolescents sont intrinsèques, c'est l'usage de la cigarette durant la grossesse », indique Mme Beaudet.

Pourtant, l'étude canadienne de 1995 révélait que la moitié des grossesses ont lieu alors qu'au moins l'un des conjoints fume. La diminution moyenne de poids de 200 g, due à une diminution de l'oxygène se rendant au fœtus, n'inquiète donc pas tant que cela les futurs parents.

Comment, dans ces conditions, éviter que les jeunes commencent à fumer ? Certains veulent les impliquer dans les activités de prévention du tabagisme. Ainsi, un programme du Conseil québécois sur le tabac veut créer des « coalitions jeunesse » dans les écoles en vue de la semaine nationale sans fumée, en janvier.

D'autres se plaignent de la victoire récente des compagnies de tabac à propos de la publicité. « À tout le moins, on pourrait éviter de leur proposer des modèles associés à la cigarette, propose le docteur Paradis. Pensez qu'aux États-Unis, certains jeunes reconnaissent plus facilement le chameau des cigarettes Camel que Mickey Mouse », a-t-il conclu.

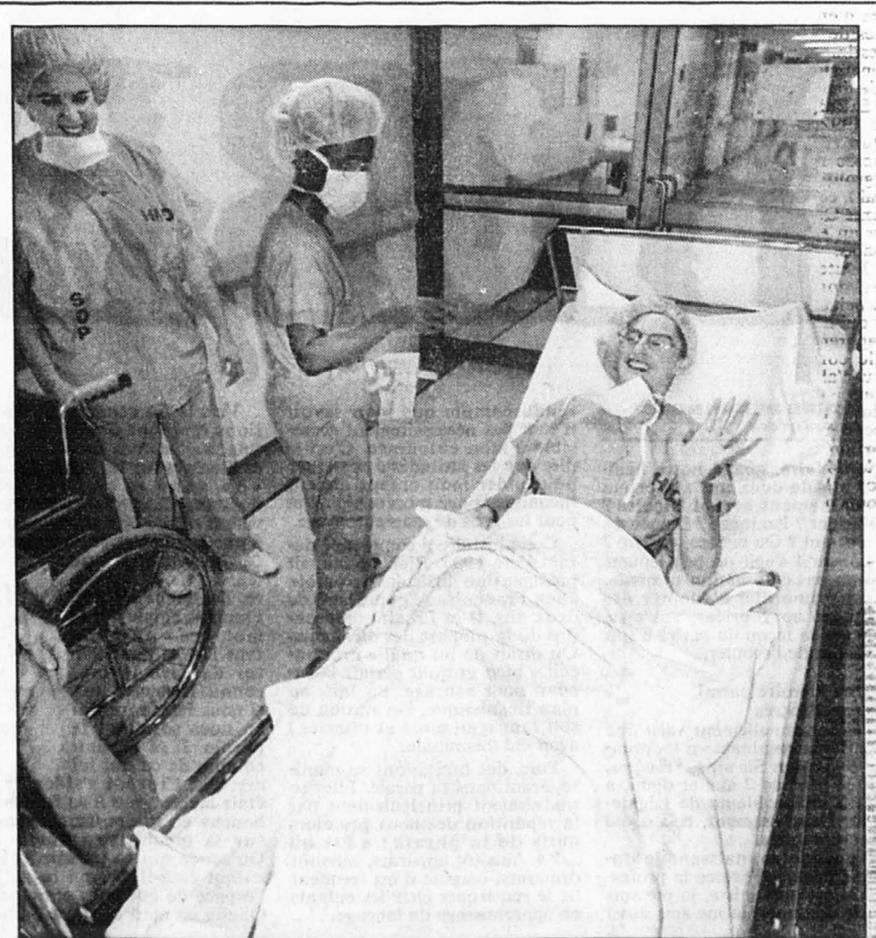


PHOTO LUC SIMON PERRAULT, La Presse

### Tombée au champ d'honneur

Visiblement impressionnée par l'intervention chirurgicale qui se déroulait sous ses yeux, notre collaboratrice Claudine Hébert s'est soudainement senti défaillir, mais sans jamais lâcher son calepin de notes. Le personnel hospitalier a dû l'installer sur une civière, le temps qu'elle reprenne ses sens. Pour en savoir plus long sur cette intervention chirurgicale très fréquente chez les athlètes, il faudra lire le cahier « Santé » de La Presse de dimanche prochain.