

# LES JEUX DANGEREUX DE NOS ENFANTS

---

CONFÉRENCE DU 17 MAI 2010

ORGANISÉE PAR L'APEL ET LE COLLÈGE DON BOSCO DE GIERES

ANIMÉE PAR Mme FRANCOISE COCHET

PRÉSIDENTE DE L'APEAS



C'est en pensant connaître le phénomène, et en venant juste chercher quelques réponses à certaines questions que nous sommes arrivés à la conférence.

Au cours de ces deux heures de conférence, nous avons découvert que nous ne connaissions qu'une petite partie de ce qu'il fallait vraiment savoir sur ces jeux dangereux, et que beaucoup des informations que nous avions étaient fausses.

Nous sommes ressortis pour beaucoup d'entre nous très émus par la force et l'émotion des témoignages de parents de victimes, et sous le choc des informations reçues.

## **INVENTAIRE ET DESCRIPTIF DES JEUX DANGEREUX**

### **Qui joue à ces jeux et pourquoi ?**

Les enfants, les adolescents et les jeunes de 4 à 20 ans de la maternelle au lycée, sont touchés par cette pratique à risque.

**Expérience, défi et innocence**, trois adjectifs qui à eux seuls résument l'état d'esprit de nos enfants lorsqu'ils jouent à ces « jeux »

Il n'y a pas de milieu à risque, nous sommes tous concernés.

Lors de la conférence, des parents ont partagé leur inquiétude car ils avaient découverts que leur enfants parfois très jeunes pratiquaient ces « jeux », ces parents étaient médecin, cadre, infirmière....

Comme son nom l'indique, le « jeu du foulard » est avant tout considéré comme un amusement susceptible de procurer des sensations « bizarres ».

Il est proposé d'un groupe d'enfants à l'autre, par le « bouche à oreille », ou par des documents à leur portée (livres collections jeunesse, chansons, films, sites, blogs, vidéo transmises par les téléphones portables)

Les plus jeunes y voient la découverte d'une expérience nouvelle et l'abordent en toute inconscience.

Les adolescents, eux, cherchent surtout à relever un défi et à vivre des sensations « fortes » qui - croient-ils -, à l'inverse des drogues ou de l'alcool, ne laissent pas de trace et leur paraissent moins dangereuses.

La volonté de transgression est rare, l'expression d'un comportement violent ou suicidaire exceptionnelle.

La strangulation (étranglement) ou la privation d'oxygène amène à la suffocation suivie d'une syncope.

Un arrêt cardiaque est possible à tout moment. Les sensations sont : étourdissement, impression de déplacement du plancher et/ou des objets environnants, points lumineux devant les yeux, vision floue, bourdonnement d'oreilles

Les enfants qui pratiquent ces jeux ne sont pas des enfants à problèmes , ni en échec scolaires. Ils ignorent juste les dangers encourus , ils font comme les copains....

### **LES JEUX DE VIOLENCE PURE**

#### **Le petit pont massacreur.**

Un cercle est formé par les joueurs qui se lancent une balle .ce jeu consiste à rouer de coup le participant qui a laissé échapper la balle.

#### **Le jeu de l'anniversaire**

Le jour de votre anniversaire chacun peut vous donner le nombre de coup correspondant à votre âge.

#### **Le jeu du catch**

Reproduire entre amis des parties et prises de catch sans aucune formation ce qui peut entraîner de graves lésions à la colonne vertébrale , au bassin, à la boîte crânienne...

### **LES JEUX D'AUTO ASPHYXIE**

#### **Le jeu de la tomate**

Une variante du « jeu du foulard » à l'école maternelle et primaire.

Les enfants jouent à retenir leur respiration le plus longtemps possible. Ils commencent par une hyperventilation, comme les plongeurs, et ensuite bloquent leur respiration. De très jeunes enfants s'amuse à des concours d'apnée excessive, parfois doublée de compression au niveau du cou, entraînant une cyanose de la face et provoquer une syncope.

Les enfants n'ont pas conscience du danger et pensent que leur camarade dort. Les convulsions observées chez celui qui est en syncope ne sont pas pour eux un signe d'alerte mais quelque chose de drôle.

Des chutes brutales ont été observées, parfois assorties de fractures plus ou moins graves des os de la face.

#### **Jeu du foulard**

Le « jeu du foulard » n'a de jeu que le nom. Ce nom, parmi d'autres, désigne une expérience consistant à restreindre l'afflux d'oxygène dans le cerveau.

Rêve indien, rêve bleu, jeu de la grenouille, jeu du sandwich, coma, cosmos, jeu des poumons, le sommeil indien, jeu de la tomate, parfois les enfants connaissent ces « jeux d'expérience » sans leur donner une appellation précise.

C'est pourquoi lors d'une prévention le jeu qui n'en est pas un, doit être suffisamment décrit pour être identifiable.

Il y a plusieurs variantes de ce « jeu » le but étant toujours le même agir sur sa respiration et ainsi déclencher des sensations: strangulation par un lien ou les mains d'un camarade, compression des carotides, compression du sternum...

### **Danger extrême du jeu de foulard : la dérive solitaire**

Après avoir pratiqué avec d'autres, souvent dans les cours de récréation, au centre aéré, en colonie... le jeune peut être tenté de renouveler seul l'expérience, à l'aide de quelque lien. Le risque devient alors majeur, puisque personne n'est là pour desserrer le lien en cas d'évanouissement.

Surtout si l'expérience a commencé par une hyperventilation, la perte de connaissance survient sans aucun avertissement, rendant dérisoire tout éventuel dispositif de sauvetage. L'arrêt cardiaque ne prévient pas non plus.

### **Les risques physiologiques**

Toute tentative d'évanouissement forcé entraîne un ralentissement du cœur, donc de la circulation sanguine.

Le premier essai peut être fatal. Le groupe peut être pris de panique et abandonner précipitamment le comateux qui ne pourra être réanimé à temps.

Quand les pompiers ou le SAMU interviennent, le groupe comprend brutalement qu'il ne s'agit pas d'un « jeu ». Malheureusement c'est parfois trop tard.

Si l'enfant pratique une hyperventilation au préalable ( comme dans le « jeu de la tomate ») il annihile le réflexe de respiration . Il n'y a plus de CO<sub>2</sub> dans les poumons, et c'est la présence de ce gaz carbonique qui déclenche le réflexe de la respiration. Il s'en suit au mieux une pause respiratoire qui peut aller jusqu'à l'arrêt respiratoire.

Le pratiquant ne se rend pas compte que la privation d'oxygène affecte son cerveau : certains neurones du fait de privation d'oxygène vieillissent prématurément, certains sont détruits à jamais.

Ces jeux provoquent une Anoxie et ou une Hypoxie cérébrales:

L'anoxie est la privation totale d'oxygène.

L'hypoxie est la privation partielle d'oxygène.

Une Anoxie sévère prolongée au-delà de quelques minutes provoque des lésions cérébrales irréversibles.

L'anoxie peut avoir des conséquences très graves, allant de séquelles irréversibles à la mort.

**Leurs conséquences varient selon leur durée : lenteur mentale, céphalées souvent intenses et persistantes, somnolence, tremblements et secousses musculaires, crises épileptiques, mouvements involontaires, amnésie, coma plus ou moins profond, décès.**

**Le cerveau se plaint :** Il n'est pas rare que l'enfant ressente de violents maux de tête, des bourdonnements ou douleurs dans l'oreille qui disparaîtront plus ou moins rapidement. De petits vaisseaux risquent d'éclater, parfois visibles dans le blanc de l'œil, taches rouge vif témoins de destruction de veinules ou artérioles. Des lésions du fond de l'œil peuvent apparaître, irréversibles. Une crise d'épilepsie peut survenir, qui aura tendance à se reproduire plus tard sans raison apparente (tremblements violents et désordonnés avec perte de connaissance, morsure de la langue et perte involontaire des urines).

**Le cœur aussi:** L'excitation du nerf pneumogastrique, dit « vague », qui passe à proximité des artères carotides, mais aussi au niveau du thorax et à proximité du plexus solaire, déclenche le réflexe vagal. Ce système nerveux dit « parasympathique » a pour mission de ralentir, entre autres fonctions complexes, le

rythme cardiaque. Lorsque ce nerf est stimulé anormalement lors de ces pratiques, le cœur peut s'arrêter brutalement.

La seule chance de survie est un massage cardiaque, pratiqué immédiatement.

Le pratiquant trouvé respirant encore risque fort, s'il en réchappe, d'être définitivement handicapé moteur, voire réduit à l'état végétatif, avec toute la perte d'autonomie que cela suppose.

### **LES SIGNES QUI PEUVENT VOUS ALERTE**

**Traces suspectes dans le cou.**

**Lien, corde, ceintures trainant sans raison autour de votre enfant.**

**Maux de tête parfois violents et récidivants, douleurs auriculaires.**

**Diminution de la concentration.**

**Perte brutale d'acuité visuelle.**

**Rougeur suspecte au visage, pétéchies dans le blanc de l'œil.**

**Bruit sourd dans la chambre (chute et convulsions dans le cas de pratique solitaire).**

**Questions posées sur les effets, les sensations, les dangers de la strangulation.**

### **LA PRÉVENTION EST NÉCESSAIRE**

Le seul moyen efficace de protéger nos enfants est la prévention. Certains d'entre vous le soir de la conférence ont avoués avoir peur d'en parler à leurs enfants par crainte de susciter chez eux l'envie d'essayer. Il faut surmonter cette peur, nous avons tous expliqué à nos enfants le danger de se mettre un sac sur la tête, ils ne l'ont pas fait suite à nos mises en garde. Pour les jeux dangereux, c'est la même chose il faut leur en parler, voici quelques pistes pour vous y aider.

Un tel « jeu » mérite-t-il de continuer à se répandre chez les enfants et les adolescents ? Faut-il les laisser encore longtemps ignorer ces dangers, ce qui les laisse à la merci d'une incitation ludique ?

La prévention est basée sur la description de la physiologie de la respiration, de la circulation sanguine, du rôle de la « pompe » cardiaque, et de l'alimentation en oxygène des cellules du cerveau. Les enfants participent à la réflexion sur les conséquences de pratiques qui contrarient ces systèmes vitaux.

Bien insister lors de votre discussion avec les enfants sur les séquelles, tels que les différents handicaps moteur et cérébral, la perte d'acuité visuelle, l'épilepsie... plus que sur le risque de mort qui est une notion pas toujours tangible pour eux et qui ne les effraie pas forcément car dans beaucoup de jeux on revient à la vie !

**De plus, ils doivent savoir qu'il est nécessaire de lancer l'alerte en cas de découverte de cette pratique, il ne s'agit pas de « dénonciation », mais véritablement d' « assistance à personne en danger ». Les alertes lancées par les enfants doivent être entendues, des vies ont ainsi été sauvées ! Nul établissement, aucune famille n'est à l'abri de ces pratiques qui peuvent être extrêmement discrètes, et échapper à la surveillance des adultes !**

Une fois avertis des risques encourus, enfants et adolescents cessent généralement un jeu dont ils ne mesuraient pas le danger.

La prévention est réalisable à deux niveaux :

- 1 - Les parents peuvent participer activement en dehors du contexte scolaire. Ils sont les mieux à même de repérer les comportements à risque de leurs enfants et de leur fournir l'information nécessaire.

- 2 - Les intervenants scolaires (enseignants, surveillants, infirmières, ...) doivent appréhender la réalité de cette pratique afin de pouvoir mener, dans l'établissement, des actions d'information adaptée.

#### Bibliographie

- Document à utiliser pour des préventions en classes de maternelles : « Petites Histoires pour devenir grand »(tome 2) de Sophie Carquain, édition Albin Michel .
- Documents de prévention distribués par l'APEAS aux médecins conseillers techniques des Inspections d'Académie, aux officiers de prévention de la police nationale et de la gendarmerie nationale.
- Site APEAS - <http://www.jeudufoulard.com> il y a des vidéo de prévention pour les enfants sur le site aller sur l'onglet « *partenariat et lien* » et ensuite sur « *curiosphère* » ou vous trouverez des vidéo et une fiche explicative.

Ce compte rendu est une synthèse

- de la conférence de Mme Françoise COCHET présidente de l'APEAS qui a eu lieu au collège Don Bosco à Gières le 17 mai 2010
- de documents de prévention qu'elle nous a remis et des fiches de prévention que vous trouverez sur le site de l'APEAS.

<http://www.jeudufoulard.com/>

