

JEUX DANGEREUX à l'école

Comment prévenir?

Les parents sont les principaux acteurs de la prévention : ils doivent être attentifs, vigilants.

La prévention passe avant tout par l'information : il est donc important d'éduquer, de sensibiliser au danger réel que représentent ces pratiques pour leur santé et parfois même pour leur vie ou celle de leurs camarades quand ils en sont témoins.

Il est essentiel de ne pas décrire ces "jeux" ou d'en donner de mode d'emploi, le risque étant alors réel d'inciter les enfants, toujours curieux d'expériences inconnues.

Que devez-vous faire?

Avant tout, favoriser le dialogue, l'écoute, sans juger, sans le culpabiliser. L'information sur la gravité de ces pratiques est essentielle pour les faire cesser: les jeunes doivent en effet mesurer les conséquences de leurs actes.

Au niveau de l'école : Informer le chef d'établissement, c'est son rôle de mettre en place la stratégie nécessaire pour faire cesser ces pratiques et de prendre les mesures disciplinaires qui s'imposent.

" la Tomate": le jeu en cause dans notre école

Ce "jeu" consiste à une apnée prolongée, provoquant une rougeur de plus en plus foncée voire violacée du visage et des yeux. **Le jeu de la tomate concernerait un public très jeune, chez les enfants dont l'âge ne dépasse même pas 6 ans.**

Ce jeu consisterait au départ à être capable de couper sa respiration le plus longtemps possible, il se pratique donc en groupe mais peut aussi se pratiquer en solitaire. D'abord, le pratiquant inspire puis bloque sa respiration, de manière à gonfler ses joues. Cela comprime ainsi la cage thoracique et les veines jugulaires et carotides. L'accumulation de sang dans les vaisseaux cérébraux et ceux du cou provoque très vite une rougeur de plus en plus intense sur le visage et les yeux. Dans les secondes qui suivent, la vision se trouble d'un voile blanc ou noir et un malaise généralisé s'installe.

Les risques

Une apnée prolongée au-delà de 30 secondes suffit à provoquer la syncope immédiate. Des maux de tête interviennent lorsque l'oxygénation est à nouveau permise. Les risques qu'encourent enfants et adolescents sont l'œdème cérébral du à l'accumulation de sang dans les veines du cou et vaisseaux cérébraux, provoqués par une hyperpression thoracique et carotidienne et donc un frein du retour veineux.

Si la pratique est répétitive et intense, le risque d'œdème cérébral est imminent. C'est pour cela que même lorsque la syncope intervient, le corps reprend donc évidemment son oxygénation de départ mais les vaisseaux cérébraux se retrouvent en état de souffrance avec œdème cérébral tardif.

Le jeu de la tomate accentue le risque de séquelles neurologiques irréversibles voire de décès.

Lors d'échange avec les enfants sur ces risques, ils ont pu les exprimer avec leurs propres mots. A la question « Pourquoi, c'est dangereux ? », les CP ont répondu « la tête peut exploser » ou « on peut mourir ».

Vidéo d'information

Sur Francetveducation :

<http://education.francetv.fr/parents/prevention/sixieme/video/une-variante-du-jeu-du-foulard>