

La symbiose olympique des athlètes qui ont une DI

Claude Belley, directeur général, Fédération des CRDITED du Québec

Diane Morin, Ph.D., professeure au département de psychologie de l'UQÀM et titulaire de la Chaire de déficience intellectuelle et troubles du comportement

Daniel Granger, président Olympiques spéciaux Québec

Durant les Jeux Olympiques de Sotchi, des milliers d'athlètes québécois présentant une déficience intellectuelle ont passé de nombreuses heures à admirer leurs idoles, rivés au téléviseur ou devant leur ordinateur. Ils et elles se sont reconnus dans ces skieurs, ces patineurs et ces hockeyeurs, qui, après des années d'efforts, ont réalisé de grands exploits mais qui parfois, ont aussi vécu d'amères déceptions.

Ils se sont rappelés les moments inoubliables vécus par huit athlètes québécois qui ont récolté 16 médailles lors de leur participation aux Jeux mondiaux d'hiver d'Olympiques spéciaux à PyeongChang en Corée du Sud en février 2013, sans oublier la grande fête que fut leur participation et celle de 700 athlètes de toutes les régions aux Jeux d'été d'Olympiques spéciaux Québec en juillet dernier.

Le sport, la santé et les saines habitudes de vie sont tout aussi importants pour les personnes vivant avec une déficience intellectuelle que pour la population générale. Ces trois dimensions sont étroitement reliées à leur intégration.

Une recherche récente réalisée au Québec démontre que 79% des personnes qui ont une DI ont un problème de santé physique. Si elles peuvent rencontrer les mêmes problèmes de santé physique que la population générale, elles ont souvent de la difficulté à exprimer ces problèmes. Le profil d'utilisation des services est également différent. Comparé à la population générale, les personnes ayant une DI consultent moins pour la vision, prennent plus de médicaments et les femmes passent moins souvent de test PAP. Du point de vue des habitudes de vie, les personnes ayant une DI font moins d'activités physiques et de façon moins variée. Elles ont aussi plus de problèmes de surpoids et d'obésité.

Face à ce constat, des établissements et des organisations agissent afin d'améliorer ce « bilan de santé ». Ainsi, les 20 centres de réadaptation en déficience intellectuelle et en troubles envahissants du développement (CRDITED) du Québec, qui offrent quotidiennement des services spécialisés d'adaptation et de réadaptation à plus de 23 000 personnes ayant une DI et à leurs familles, reconnaissent que la situation est préoccupante et favorisent de plus en plus dans leurs différents contextes d'intervention, la détection des problèmes de santé physique, la promotion des activités sportives et l'apprentissage de saines habitudes de vie.

Pour sa part, Olympiques spéciaux Québec a ajouté à ses activités un volet santé et saines habitudes de vie, qui s'est notamment traduit par la présentation, lors des Jeux d'été de 2013, de trois cliniques « Athlètes en santé », pour l'examen des yeux, des pieds et des dents, chacune de ces cliniques étant animées par des professionnels de la santé travaillant avec des outils et une approche adaptés à cette clientèle.

Le sport, la santé et les saines habitudes de vie peuvent devenir de puissants vecteurs qui favorisent l'inclusion et la participation sociale des personnes qui ont une DI. Nous devons revoir nos politiques globales, améliorer nos encadrements, mieux diagnostiquer et intervenir de manière rapide et adaptée. Nous devons aussi reconnaître leurs droits et

leur fournir les moyens de les exercer pour qu'ils et elles poursuivent leurs rêves et continuent d'aspirer à leur symbiose olympique.

