

Les troubles d'intégration sensorielles



Le **trouble de l'intégration sensorielle** correspond à une difficulté du cerveau à recevoir, organiser, analyser et utiliser de manière efficace les informations provenant des différents systèmes sensoriels :

- **système tactile** (touchers, textures, pressions),
- **systèmes auditif et visuel** (sons, bruits, lumières, images),
- **système intéroceptif** (signaux internes tels que faim, soif, douleur ou inconfort),
- **système vestibulaire** (équilibre, mouvement, orientation dans l'espace),
- **système proprioceptif** (position du corps, sensations musculaires et articulaires).

Lorsque cette intégration est perturbée, l'enfant ou l'adulte peut avoir des difficultés à répondre de manière adaptée aux stimulations de son environnement. Cela peut se traduire par :

- des problèmes de coordination motrice,
- des difficultés d'apprentissage,
- des troubles de l'attention,
- des comportements inhabituels ou des réactions excessives,
- des difficultés de régulation émotionnelle.

Les personnes ayant des particularités sensorielles — comme l'hypersensibilité, l'hyposensibilité, les troubles du spectre autistique ou le Trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité— **peuvent être soit submergées par les stimuli, soit en quête de sensations.** Des outils ou activités adaptés peuvent alors les aider à réguler leurs sensations, explorer leur environnement de manière sécurisée et favoriser le calme, la concentration et le bien-être corporel.

À découvrir : la peluche lestée



Shloof est une peluche lestée conçue pour offrir du réconfort aux enfants dès 3 ans.

Grâce à son poids, elle aide à apaiser le **système proprioceptif** et à calmer l'enfant.

Le système proprioceptif est le sens qui informe le cerveau de la position du corps dans l'espace. Il transmet des informations provenant des muscles, des articulations et des tendons.

Lorsque ce système manque de repères ou est sur-sollicité, l'enfant peut se montrer agité, en quête de mouvements, ou au contraire avoir du mal à trouver un état de calme et de sécurité corporelle.

Shloof apporte une réponse sensorielle adaptée :

- son poids réparti et ses bras lestés exercent une pression profonde sur le corps,
- cette pression procure une sensation d'enveloppement rassurante,
- elle stimule le système proprioceptif, améliore la conscience du corps et soutient la régulation émotionnelle.

Effets observés :

- **réduction de l'agitation** et des angoisses,
- augmentation du **sentiment de sécurité corporelle**,
- amélioration du **calme et de la capacité de concentration**,
- soutien à la **gestion des émotions**.

À découvrir : les jouets sensoriels



Les jouets sensoriels sont différents outils permettant de stimuler le sens tactile.

Le sens tactile correspond à la capacité du corps à percevoir et interpréter les stimulations cutanées, comme le toucher, la pression, la texture ou la température. Il est essentiel pour :

- la conscience corporelle,
- la régulation émotionnelle,
- la tolérance aux stimulations environnementales,
- et la coordination motrice.

Les outils à découvrir stimulent ces sensations de manière variée :

- **Masseur de tête** : active les terminaisons nerveuses du cuir chevelu et stimule le toucher fin. Il peut également aider à désensibiliser les enfants pour qui le lavage des cheveux est difficile.
- **Balles sensorielles** : invitent à explorer le toucher, la pression et la motricité fine.
- **Dalles sensorielles** : la stimulation plantaire favorise la proprioception, la posture et le contrôle musculaire.
- **Accessoires de massage** : sollicitent les récepteurs tactiles et proprioceptifs sur tout le corps, permettant d'explorer différentes pressions et textures.

