

Vendredi 29.06.2001

## Enfants hyperactifs: une maman témoigne

### Un grand ennemi : le sucre

*"Un enfant hyperactif, plus que tout autre, réagit à la dose de sucre qu'il absorbe. Passé la limite autorisée, c'est la crise!", explique la blonaysanne Nina Montangero, maman de Sophie, quatre ans.*

Une boisson sucrée, du chocolat, puis des bonbons avalés derrière le dos de sa maman. C'en était trop pour Sophie! "Nous étions en course au supermarché! lorsque j'ai eu le malheur de lui refuser un petit berlingot de thé froid. Tout à coup, j'ai vu ses yeux changer, devenir fixes. Elle s'est mise à hurler à donner des coups, à s'agiter dans tous les sens! C'était affreux", raconte Nina Montangero.

La crise durera près d'une dizaine de minutes. "C'est finalement en lui donnant une giclée de jus de citron que je l'ai calmée", continue la maman de la petite fille de quatre ans. Elle explique : "Le vinaigre ou le citron sont excellents pour calmer les crises."

Bien qu'étant exceptionnelle - Sophie n'a fait que trois grosses crises jusqu'à présent. Ce genre de situation n'en est pas moins extrêmement pénible tant pour l'enfant que pour ses parents. "Les gens ne comprennent pas ce qui se passent et c'est difficile d'affronter leur regard", raconte Nina Montangero.

"Ma fille n'est pas à 100% hyperactive, si je surveille ce qu'elle mange elle se comporte normalement", souligne cette jeune maman pour qui l'hyperactivité n'est pas une nouveauté. "J'étais moi-même une enfant extrêmement agitée.

Mais à cette époque on ne parlait pas d'hyperactivité. Je ne pouvais pas rester en place une seconde, j'éprouvais d'énormes difficultés à me concentrer à mémoriser quoi que ce soit.

### "C'EST DE LA COMÉDIE !"

"J'en ai beaucoup souffert, Je me sentais incomprise. Le médecin disait que c'était de la comédie. Ma seule chance a été d'avoir été élevée par des parents italiens et espagnols, très tolérants et qui ont toujours cherché à m'aider".

Malgré cela, Nina Montangero parvient à surmonter ses difficultés d'apprentissage à force de volonté. "J'inventais mes propres moyens mnémotechniques", se souvient-elle. Forte de cette expérience, elle se bat aujourd'hui pour sa fille et pour tous ceux que le problème peut concerner.

C'est ainsi qu'en compagnie d'une amie éducatrice de la petite enfance, elle organise des conférences.

"Je veux notamment faire savoir aux gens que des solutions autres que les médicaments existent.

Diverses techniques de médecine douce et un régime sans phosphate peuvent être la solution pour un certain nombre d'enfants", déclare-t-elle. Elle ajoute: "les enfants hyperactifs ou agités sont très sensibles. Ils captent les humeurs de leur entourage et s'en font le miroir."



Patricia Gaiho

Légende photo :

Nina Montangero surveille attentivement ce qu'avale Sophie, 4 ans "Si ma fille absorbe trop de sucre elle devient hyperactive", explique-t-elle.