



## L'ENDOMÉTRIOSE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'endométriose est une **maladie gynécologique et multi-systémique chronique** qui touche plus de **10% des femmes** en âge de procréer. Il s'agit d'une affection complexe qui peut **débuter dès les premières règles**. Cette maladie est liée à la position anormale de tissu semblable à la muqueuse utérine en dehors de l'utérus. Etant hormono-dépendante, **sans prise en charge dès les premiers symptômes**, l'endométriose peut être évolutive et provoquer d'importants troubles et douleurs à court et/ou long terme.

Les symptômes sont : règles douloureuses, troubles digestifs et/ou urinaires, règles abondantes, douleurs pendant et/ou après les rapports sexuels, fatigue chronique...

## ET SI ENSEMBLE, NOUS DEVENIONS ACTEURS DU CHANGEMENT ?

L'adolescence est une période au cours de laquelle les jeunes se constituent des croyances sur base de ce que relaye la société. Cependant, contrairement aux idées reçues, avoir mal pendant ses règles, ce n'est pas normal. C'est pour cette raison qu'il est donc temps de **sensibiliser directement les jeunes filles et indirectement les garçons à l'endométriose**, une maladie où en moyenne, il y a un **retard de diagnostic de 12 ans\*** et dont le principal symptôme sont les règles douloureuses.

\*Source : UZ Leuven

*Cela relève donc de notre mission sociétale d'informer, d'aider et d'aiguiller les (jeunes) filles*

*"Si vous trouvez que l'éducation coûte cher, essayez l'ignorance." A.Lincoln*

## DÉROULEMENT DE L'ANIMATION ?

**Public cible :** élèves mixtes du 3<sup>ème</sup> degré (possibilité pour le 2<sup>ème</sup> degré sur demande spécifique)

**Outils pédagogiques fournis :** Powerpoint ludo-éducatif, brochure complète pour l'équipe éducative, dépliants pour les élèves et affiches A3.

**Durée :** une session de 50 minutes (animation + échange, questions/réponses,...)

**Points abordés :** qu'est-ce que l'endométriose, les symptômes, le diagnostic et les traitements (fil conducteur : parcours d'une ado), quels sont leurs droits en tant que patient.e, comment aider une jeune fille qui a des doutes, répondre aux questions,...

**Equipe d'animation :** animatrices de l'ASBL Toi Mon Endo

**Pôle scientifique Toi mon endo :** ce comité est composé de gynécologues spécialisé.e.s en endométriose et exerçant dans des cliniques d'endométriose en FWB. Ce comité scientifique encadre tout le projet.

**Informations pratiques :** nécessite un projecteur, minimum des groupes de 15 élèves par animation, minimum 3 animations d'affilées, gratuit.

## RETOMBÉES ATTENDUES

En accord avec la Fédération Wallonie-Bruxelles, nous redirigerons les jeunes filles plaignantes vers des **cliniques spécialisées en endométriose** afin d'optimiser leurs prises en charge pluridisciplinaires. Le but étant, en collaboration avec ces cliniques, de récolter des statistiques anonymes afin d'étudier s'il existe une **corrélation positive entre une sensibilisation précoce et un diagnostic précoce**, ce qui permettrait de limiter les troubles et douleurs lié(e)s à la maladie et d'espérer, à terme, réduire l'errance médicale moyenne de 7 ans pour un diagnostic d'endométriose.



✉ [ecoles@toimonendo.com](mailto:ecoles@toimonendo.com)

📷 @Toimonendo

📺 @Toimonendo ASBL/VZW