

# Bienvenue à l'infolettre d'ergothérapie CSPGNO

## *Sujet du mois : Adaptateur de crayon*

Les adaptateurs de crayon ont été développés pour faciliter l'utilisation d'une prise de crayon fonctionnelle afin que l'enfant colorie et écrive avec précision, sans de douleur.



### Pourquoi utiliser un adaptateur de crayon?

L'utilisation d'un adaptateur de crayon est souvent recommandée pour :

- **Augmenter l'efficacité de la prise du crayon et de l'écriture**
- **Un problème mécanique** (par exemple : compenser une faiblesse musculaire ou une mauvaise coordination des doigts)
- **Le confort** (ex. : si l'enfant se plaint de douleurs au niveau des doigts ou de la main lors de l'écriture).

Dans certains cas, un adaptateur peut être utilisé à courte durée ou de manière temporaire pour aider un élève à bien positionner ses doigts sur le crayon. Cela dit, un adaptateur de crayon **ne devrait jamais remplacer un enseignement** au niveau de la prise du crayon.

### Quand recommande-t-on des adaptateurs ?

Lorsque les enfants commencent à écrire de manière plus intensive, les adaptateurs de crayons peuvent être considérés. Avant l'âge de 7 ans, les habiletés de préhension et de motricité fine sont encore dans la phase de développement (Maccabée & Archambault, s.d.).

Il est important **d'intégrer parallèlement des activités pour renforcer et stabiliser le tronc, les épaules, les mains et les doigts** pendant la journée. Ces derniers ont un impact sur la motricité fine, y incluent la prise du crayon. De plus, **l'enfant doit être motivé** à développer une « prise championne » par des enseignements ludiques et adaptés à son âge.



**Important :** Avant d'utiliser un adaptateur de crayon, on doit se demander si la prise de crayon est fonctionnelle pour l'enfant. Une prise de crayon fonctionnelle permet à l'enfant d'exécuter des tâches d'écriture, des coloriages et des dessins de manière efficace et sans douleur. Une prise de crayon devient problématique lorsque celle-ci cause l'illisibilité, une douleur, de la fatigue musculaire, un stress sur les articulations ou autres problèmes.

## Quels adaptateurs choisir ?

Il n'y a pas de recette magique pour choisir un adaptateur de crayon. Le choix dépend des difficultés (positionnement, confort...) et la préférence de l'enfant. Voici une explication brève sur divers adaptateurs de crayon. Les regroupements et images sont inspirés de Josiane Caron Santha, ergothérapeute.

*Il existe plusieurs fournisseurs d'adaptateur de crayon. Les adaptateurs présentés ici sont des exemples et aucun n'est cautionné par l'ergothérapeute qui a préparé cette fiche.*

### Confort



Foam Grip

Offre plus de confort, augmente le diamètre du crayon, permet à l'enfant de mieux sentir son crayon et peut diminuer les douleurs ou les tensions aux doigts.

**Exemples d'adaptateur** : Foam Grip, Rigid Foam Grip, Extreme squishy gel grip...

### Guide



Stetro Grip

Aide à se rappeler où placer les doigts selon une prise tridigitale.

**Exemples d'adaptateur** : Mini Grip, CLAW, Pencil Grip, Stetro Grip, Triangle Grip, Jumbo Grip...

### Bloqueurs de pouce



Start Right Grip

Aide à placer les doigts et évite le croisement du pouce ou des autres doigts.

**Exemples d'adaptateur** : The Crossover Grip, Grotto grip, Start Right grip.

### Autres



Handiwriter



Butter Grip

**Handiwriter** : Aide à placer le crayon dans la commissure du pouce selon l'angle souhaité.

**Butter Grip** : Augmente le diamètre du crayon, aide à opposer les doigts et développe une prise digitale.

L'utilisation d'un adaptateur de crayon devrait augmenter l'efficacité lors du coloriage et l'écriture et non seulement le positionnement des doigts sur le crayon. Pour plus d'information sur les adaptateurs de crayon, visionner la [mini formation de Josianne Caron Santha](#), ergothérapeute.

#### Référence :

- Caron Santha, J., (2019). Adaptateurs, embouts et guide-doigts Pourquoi? Pour qui? Quand? Et Comment?.

<https://www.josianecaronsantha.com/blog/adaptateurs-crayons>

- FDMT (s.d). Aide à l'écriture. <https://www.fdmtd.ca/img/product/description/Aide%20%C3%A0%20l'%C3%A9criture.pdf>

- Maccabée, G., & Archambault, P., (s.d.). Les adaptateurs de crayon : oui, mais lequel choisir? SOSprof. <https://sosprof.ca/adaptateurs-de-crayons-oui-lequel-choisir/>