

MAGNET Santé ETP

Diabète et maladies cardiovasculaires

Outil d'intervention en éducation thérapeutique du patient (ETP)
pour aider à la prise en charge
du diabète et des maladies cardiovasculaires,
à destination de tout public, y compris les publics en difficulté de
compréhension de la langue française

Livret de l'utilisateur

Réalisé avec le soutien financier de l'ARS PACA

MAGNET Santé ETP

Diabète et maladies cardiovasculaires

**Outil d'intervention en éducation thérapeutique du patient (ETP)
pour aider à la prise en charge
du diabète et des maladies cardiovasculaires,
à destination de tout public, y compris les publics en difficulté de
compréhension de la langue française**

→ **Sommaire**

- Contexte p. 2
- Objectif de l'outil p. 2
- Prérequis à l'utilisation de MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires p. 2
- Contenu p. 3
- Montage / Démontage p. 3
- Supports disponibles p. 4
- Aide à l'utilisation de MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires p. 21
- Sélection de sites Internets p. 23

→ **Contexte**

L'élaboration de cet outil s'appuie notamment sur :

- la réalisation en 2009 de MAGNET Santé : outil pédagogique de sensibilisation à la santé et aux cancers à destination des publics en cours d'alphabétisation (ainsi que de nouveaux modules en 2012 et 2014 sur la nutrition et la contraception),
- l'analyse des contenus des programmes d'éducation thérapeutique du patient (ETP) autorisés par l'Agence régionale de santé Provence-Alpes-Côte d'Azur (ARS PACA) sur la période 2010-2014 ainsi que les retours d'expériences des équipes, mettant en exergue la difficulté à adapter le contenu des séances, les supports et les techniques au public ne maîtrisant pas bien la langue française ou déficient intellectuel. L'analyse conclue sur la nécessité de développer des outils adaptés à ce public.

→ **Objectif de l'outil**

Sensibiliser et informer le public à des questions liées à la santé, au diabète et aux maladies cardiovasculaires.

→ **Prérequis à l'utilisation de MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires**

L'utilisation de cet outil nécessite certains prérequis pédagogiques.

Les professionnels s'engagent à respecter les principes pédagogiques et éthiques de l'éducation pour la santé et l'éducation du patient.

L'éducation thérapeutique du patient vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique⁽¹⁾. Les recommandations de la Haute Autorité de Santé suggèrent "l'utilisation de techniques pédagogiques variées, qui engagent les patients dans un processus actif d'apprentissage et de mise en lien du contenu des programmes avec l'expérience personnelle de chaque patient".

Par ailleurs, une bonne connaissance du public à qui l'intervenant va s'adresser est requise. L'éducation pour la santé et l'éducation du patient nécessitent le non recours à : la stigmatisation, l'injonction, la culpabilisation ou l'infantilisation. Elles reconnaissent la liberté de chacun.

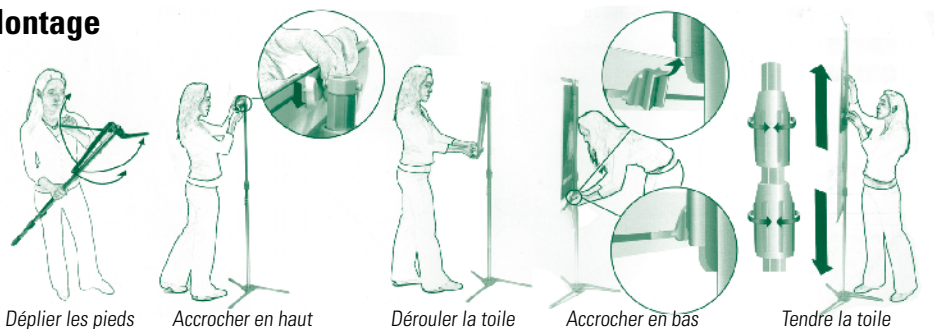
(1) World Health Organization. *Therapeutic Patient Education. Continuing Education Programmes for Health Care Providers in the field of Chronic Disease.* Copenhagen: WHO; 1998.

→ Contenu

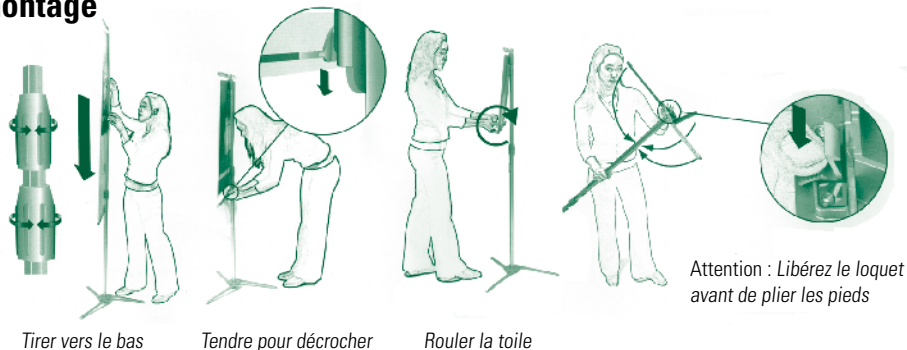
Cet outil comprend des supports d'intervention :

- 1 silhouette d'homme et 1 silhouette de femme sur papier aimanté
- 1 panneau blanc aimanté
- 1 kit diabète et maladies cardiovasculaires de 100 magnets illustrés

→ Montage



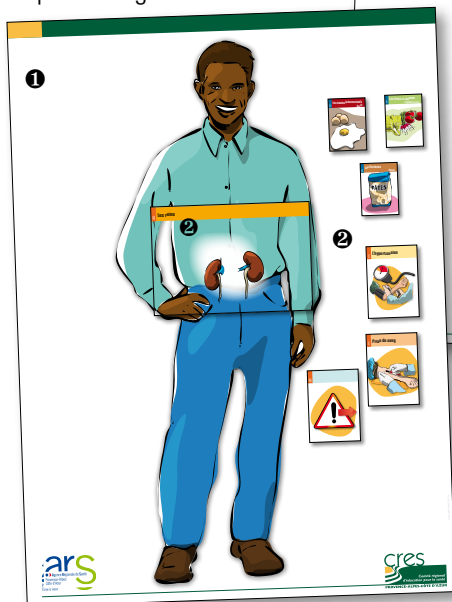
→ Démontage



→ Supports disponibles

1/ Panneaux ①

Ces silhouettes, imprimées sur papier aimanté, sont à installer sur le trépied télescopique. Les magnets concernant les organes peuvent être disposés sur le corps des personnages ou sur les côtés. Le panneau blanc est destiné à disposer librement les magnets utilisés dans l'animation.



silhouette féminine

silhouette masculine

2/ Magnets ②

• **1 kit diabète et maladies cardiovasculaires** de 100 magnets illustrés répartis en 9 thèmes :

- Les facteurs de risques (8 magnets)
- Les examens (4 magnets)
- Les organes / physiologie (8 magnets)
- Les symptômes (9 magnets)
- Les traitements (6 magnets)
- Les recommandations (5 magnets)
- L'alimentation (44 magnets)
- L'activité physique (6 magnets)
- Autres (10 magnets)

8 magnets sont en grand format (A4) : 5 magnets pour les organes et 3 magnets pour les symptômes. Ils peuvent être superposés sur la silhouette habillée afin d'illustrer les parties du corps correspondantes.

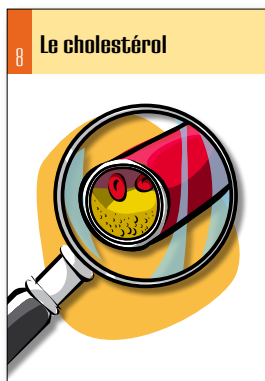
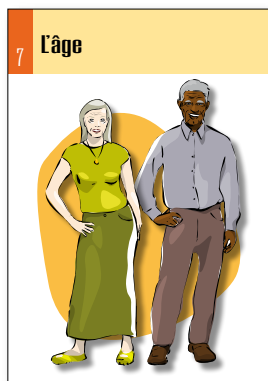
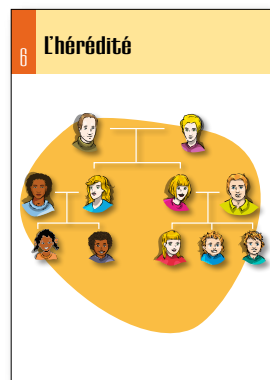
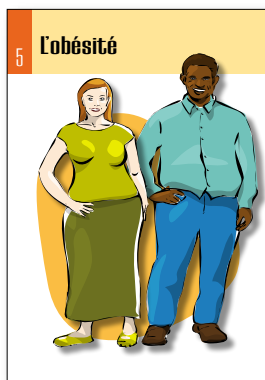
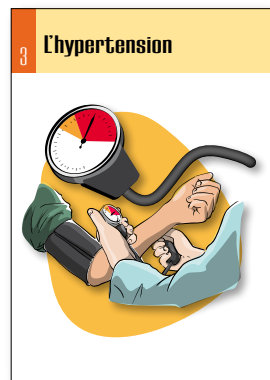
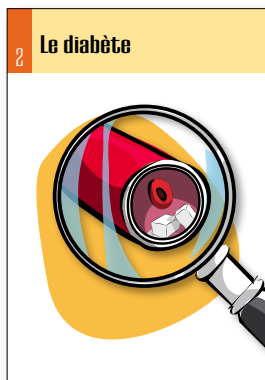
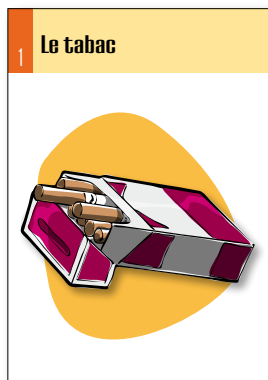
27 magnets en moyen format (A6 : 10 x 15) : ils peuvent être placés à côté de la silhouette.

65 magnets en petit format (A7 : 7 x 10) : ils peuvent être placés à côté de la silhouette.

3 magnets vierges en moyen format (A6 : 10 x 15) : ils peuvent être utilisés à l'aide de marqueurs pour tableaux blancs.

Parmi les séries illustrées, sont proposés :

→ Les facteurs de risques

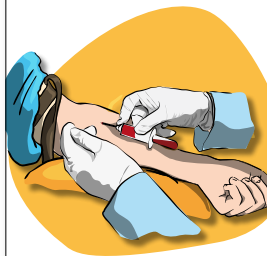




Les examens

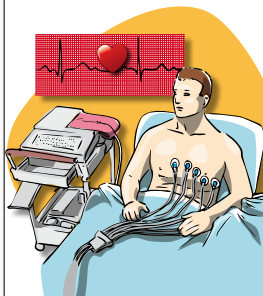
9

Prise de sang



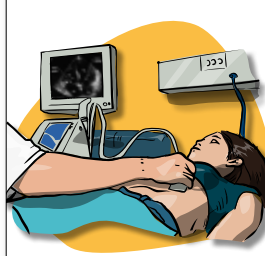
10

Electrocardiogramme



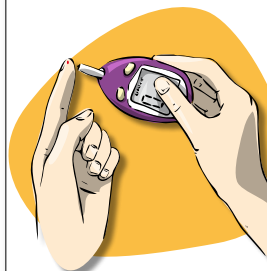
11

Echographie cardiaque



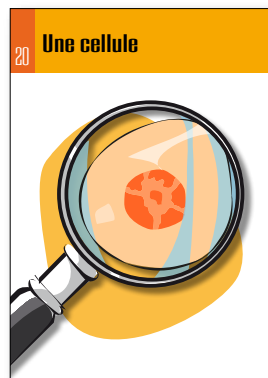
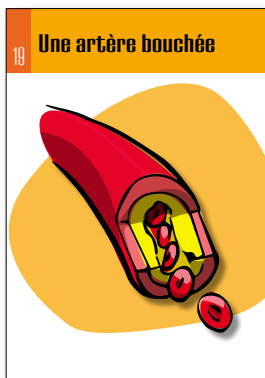
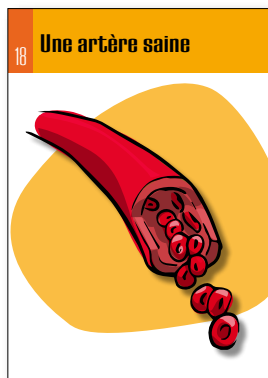
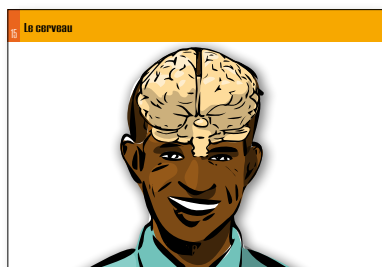
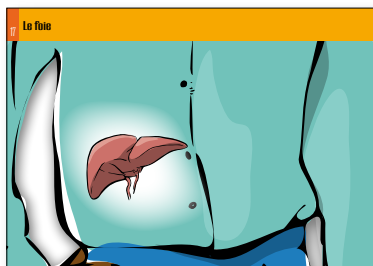
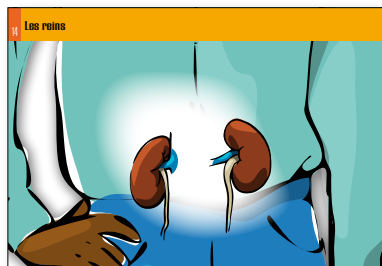
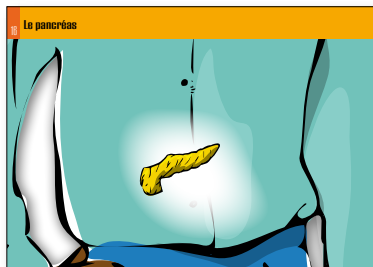
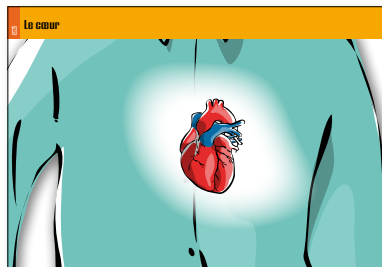
12

Contrôle de la glycémie



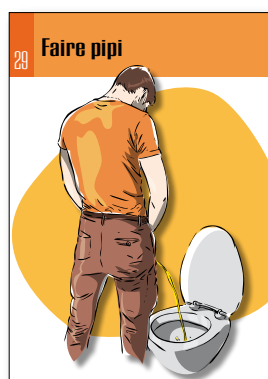
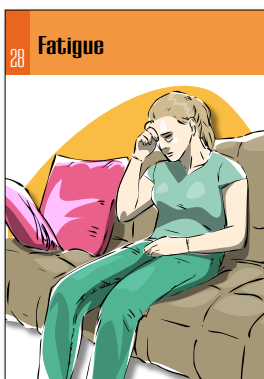
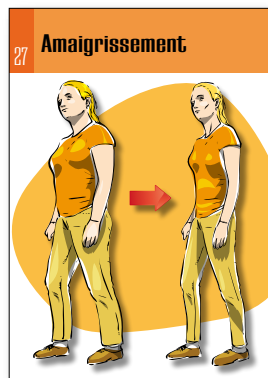
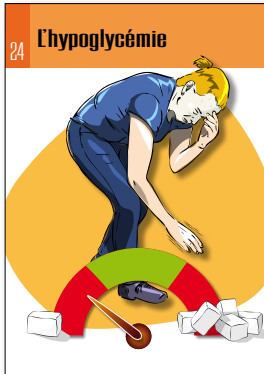
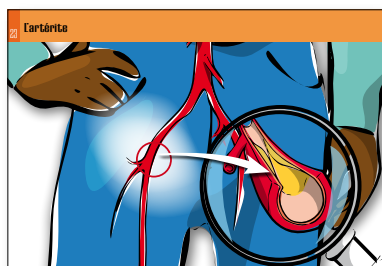
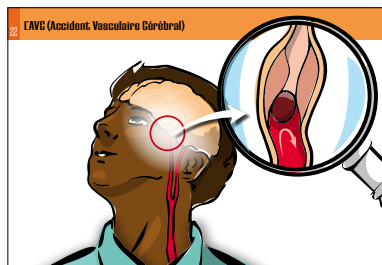
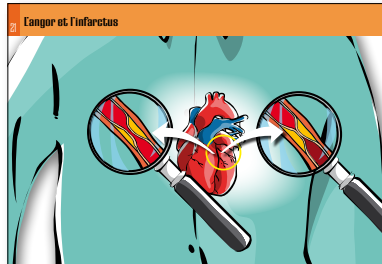


Les organes / Physiologie





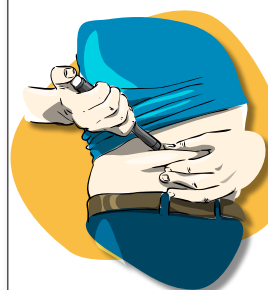
Les symptômes



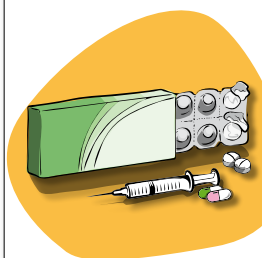


Les traitements

30 L'injection d'insuline



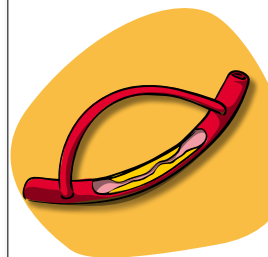
31 Des médicaments



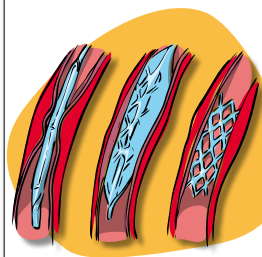
32 L'alimentation



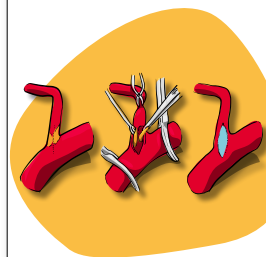
33 L'opération (pontage)



34 L'opération (dilatation)
Le stent



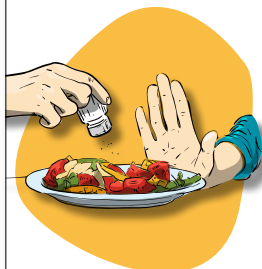
35 L'opération
(désobstruction)



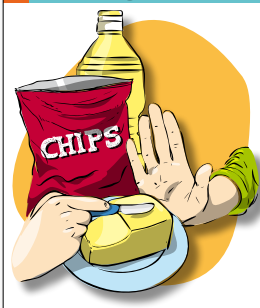


Les recommandations

36 Moins salé



37 Moins gras



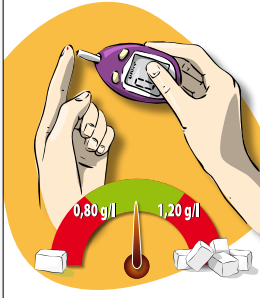
38 Moins sucré



39 5 fruits et légumes par jour



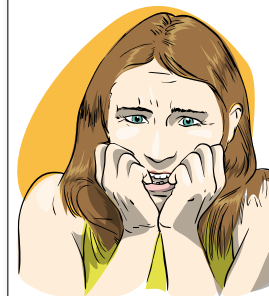
40 Objectif glycémique



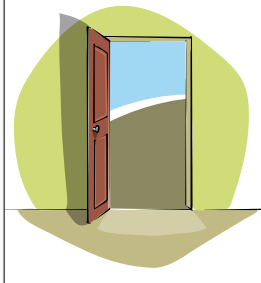


Autres

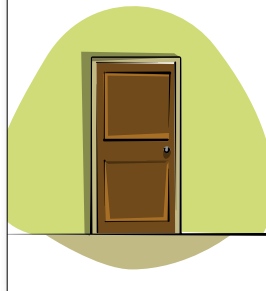
41 Le stress



42 Porte ouverte



43 Porte fermée



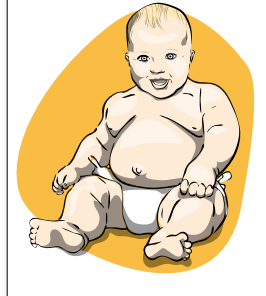
44 Une clé



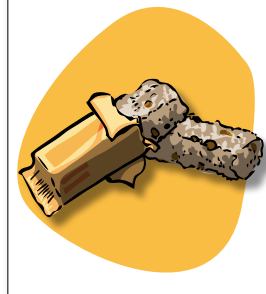
45 Faire le plein d'essence



46 Bébé en surpoids



47 Des barres de céréales



48

49

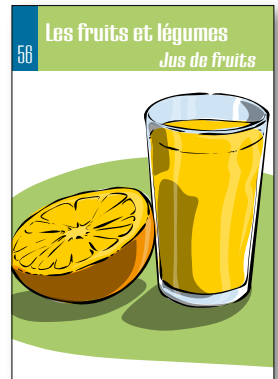
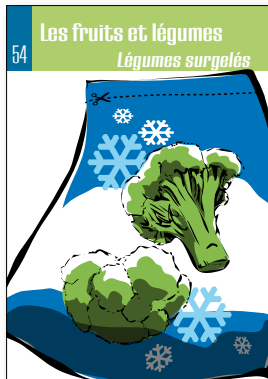
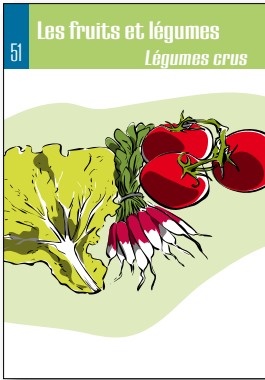


50



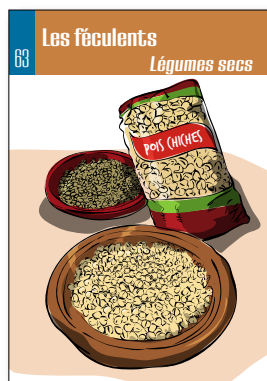
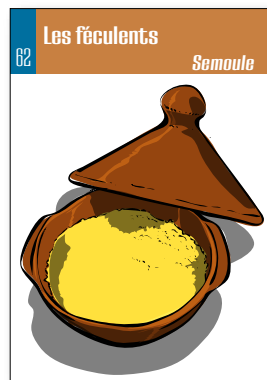
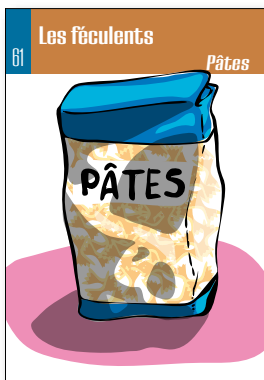
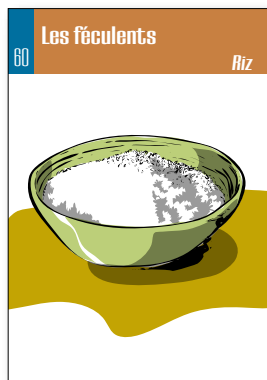
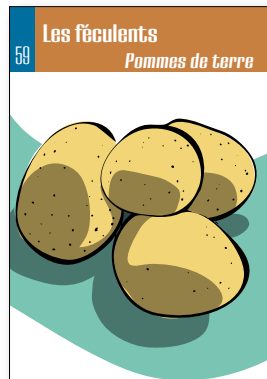
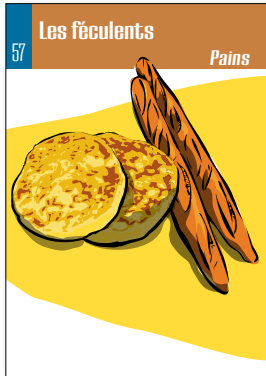


Les fruits et légumes



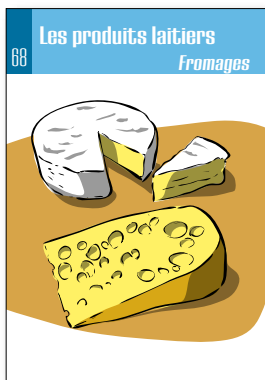
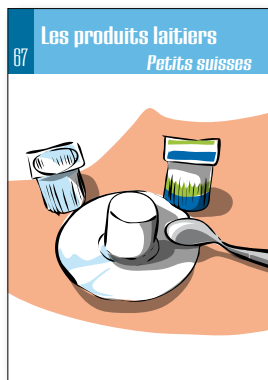
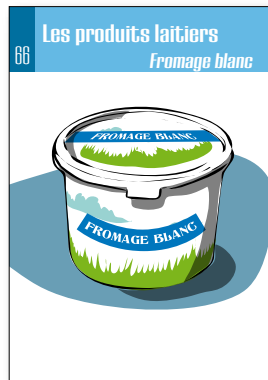
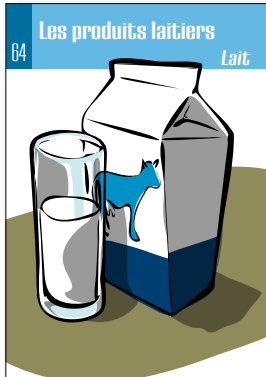


Les féculents



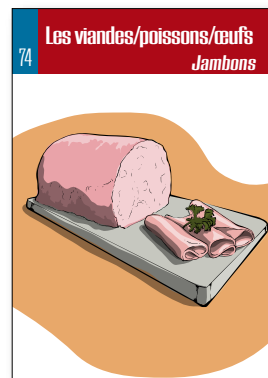
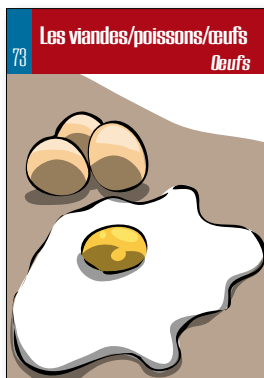
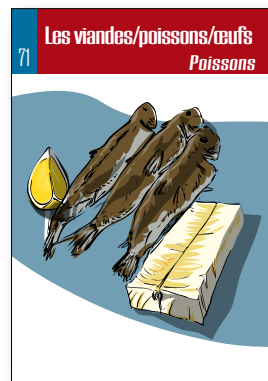
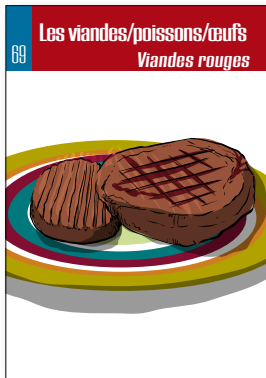


Les produits laitiers



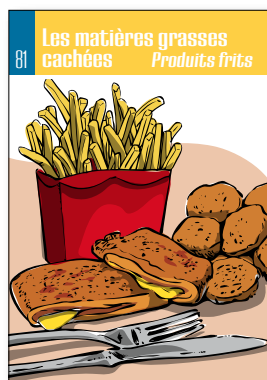
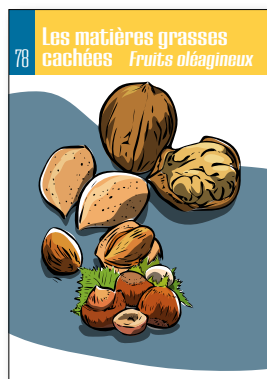


Les viandes / poissons / œufs



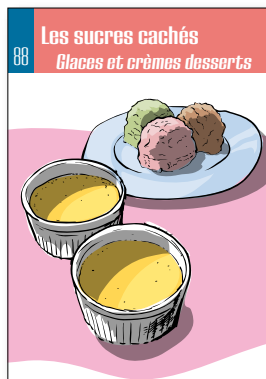
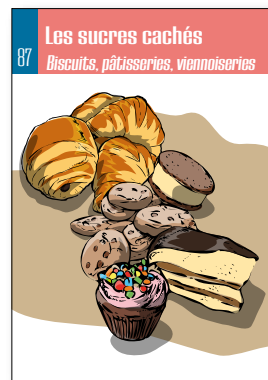


Les matières grasses





Les produits sucrés





Le sel

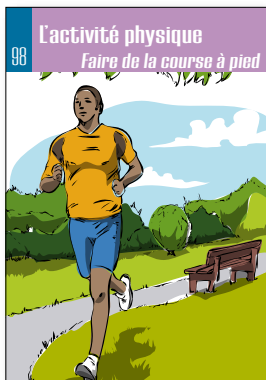
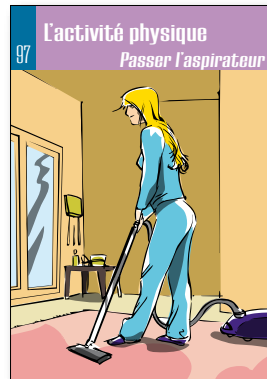
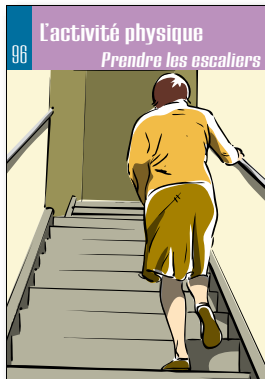


Les boissons





L'activité physique



→ Les 9 repères de consommation du PNNS

| | | |
|--|--|--|
| Fruits et légumes | Au moins 5 par jour | <ul style="list-style-type: none"> - à chaque repas et en cas de petit creux - crus, cuits, nature ou préparés - frais, surgelés ou en conserve |
| Féculents (pains, céréales, pommes de terre et légumes secs) | À chaque repas, selon l'appétit | <ul style="list-style-type: none"> - favoriser les aliments céréaliers complets ou le pain bis - privilégier la variété |
| Produits laitiers | 3 par jour pour les adultes 4 pour les enfants, les adolescents et les personnes de + de 55 ans | <ul style="list-style-type: none"> - privilégier la variété - privilégier les fromages les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés |
| Viande, volaille, poisson, œufs | 1 à 2 fois par jour | <ul style="list-style-type: none"> - en quantité inférieure à l'accompagnement - viandes : privilégier la variété des espèces et les morceaux les moins gras - poisson : au moins 2 fois par semaine |
| Matières grasses | Limiter la consommation | <ul style="list-style-type: none"> - privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza ...) - favoriser la variété - limiter les graisses d'origine animale (beurre, crème, lard, etc.) |
| Produits sucrés | Limiter la consommation | <ul style="list-style-type: none"> - attention aux boissons sucrées - attention aux aliments à la fois gras et sucrés (pâtisseries, crèmes desserts, chocolat, glaces, etc.) |
| Sel | Limiter la consommation | <ul style="list-style-type: none"> - préférer le sel iodé - goûter avant de resaler - réduire l'ajout de sel dans les eaux de cuisson - limiter les fromages et les charcuteries les plus salés, et les produits apéritifs salés |
| Boissons | De l'eau à volonté | <ul style="list-style-type: none"> - au cours et en dehors des repas - limiter les boissons sucrées - boissons alcoolisées : ne pas dépasser, par jour, 2 verres de vin (10 cl) pour les femmes*, et 3 pour les hommes (2 verres de vin sont équivalents à 2 demis de bière, ou à 6 cl d'alcool fort) |
| Activité physique | Au moins l'équivalent de 30 mn de marche rapide par jour (1h pour les enfants) | - à intégrer dans la vie quotidienne (marcher, monter les escaliers, faire du vélo, de la gymnastique, etc.) |

→ Aide à l'utilisation de MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires

Utiliser un outil pédagogique

Un outil d'intervention en ETP est un **support** utilisé dans le cadre d'une **démarche éducative** pour aider un public spécifique, dans un **contexte** donné, à atteindre des **objectifs pédagogiques** (acquisition de connaissances, résolution d'un problème..).

Un simple support (exemple : une séquence vidéo) n'est pas un outil d'intervention.

L'outil c'est plus que le marteau, c'est utiliser le marteau à bon escient.

- Un outil d'intervention est :
 - un facilitateur pour atteindre un but, ouvrir le dialogue, créer une dynamique de groupe
 - un guide pour l'intervenant afin de l'aider à atteindre les objectifs éducatifs du groupe
- Ce n'est pas un remède miracle, mais un médiateur entre l'intervenant et les participants, utilisé pour atteindre l'objectif éducatif choisi. Il implique une interaction entre l'intervenant et les participants
- L'outil ne se substitue pas à l'intervenant
- Il est choisi en fonction :
 - des objectifs de la séance : intentions pédagogiques
 - de l'adéquation de l'outil avec la démarche éducative
 - de l'adéquation de l'outil avec le sujet (thème, niveau de message, etc.)
 - du groupe de participants (nombre, profil)

L'intervenant est garant de la bonne utilisation de l'outil. Il rappelle les objectifs et les consignes et veille au respect des règles éthiques.

Pour plus d'informations : Lemonnier F, Bottero J, Vincent I. Référentiel de bonnes pratiques. Outils d'intervention en éducation pour la santé : critères de qualité. Saint-Denis : Institut national d'éducation pour la santé ; 2006. 76 p.

Utiliser MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires dans une séance d'ETP

MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires ne propose pas de mode d'emploi. Les intervenants sont invités à créer les modalités d'utilisation de Magnet Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires dans une séance collective.

Pour cela, ils peuvent s'appuyer sur les recommandations pour le déroulement d'une séance proposées ci-dessous.

→ Préparer une séance collective en éducation du patient

Objectifs de la séance :

Le choix des objectifs s'appuie sur une analyse des besoins du patient (réalisée notamment lors du bilan éducatif partagé ou diagnostic éducatif du programme). Les objectifs pédagogiques doivent être clairement définis, adaptés au public, réalisables (pas trop ambitieux) et évaluables.

Proposition de déroulement d'une séance :

| | |
|--------------|--|
| Introduction | <ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant se présente et précise le cadre (durée, confidentialité, respect, place de cette séance dans le programme du patient...) |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Les participants se présentent et expriment leurs attentes. <i>Il s'agit de mobiliser le groupe sur un sujet, d'éveiller son intérêt, d'entrer en contact avec les représentations, les croyances, les connaissances de chacun des membres du groupe. Cela permet d'emblée de les inviter à s'exprimer sur un thème proche de leur vie quotidienne. Cela nécessite de trouver une question d'appel, des questions ouvertes et des phrases de relances.</i> |
| | <ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant reformule et synthétise les attentes des participants puis présente le (ou les) objectif(s) de la séance (en faisant du lien entre la synthèse des attentes et les objectifs). |
| Activité | <ul style="list-style-type: none"> • Les participants expriment ce qu'ils savent, pensent, ressentent, ont expérimenté... <i>Pour favoriser l'expression des participants, l'intervenant utilise des techniques d'animation ou des outils d'intervention.</i> |
| | <ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant classe, récapitule, synthétise, complète, apporte des informations, fait des liens... |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Les participants reformulent et consolident leurs acquis. <i>Il s'agit ici de renforcer ce qui a été vu précédemment en utilisant un autre support, un autre média, en répétant, en faisant répéter...</i> |
| | <ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant permet aux participants de transférer leurs acquis. <i>Ce temps permet de faire le lien entre l'activité menée et ses applications possibles dans la vie réelle. En posant par exemple la question "en quoi cette activité va vous aider dans votre vie quotidienne avec la maladie ?"</i> |
| Conclusion | <ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant conclut l'activité. <i>Il rappelle les messages-clés, les idées fortes. Il valorise et remercie les participants pour leur implication, leur créativité ou autre qualité démontrée au cours de l'activité. Il les encourage dans la réalisation de leurs objectifs personnels. Pour finir, l'intervenant rappelle les prochaines étapes du programme d'éducation thérapeutique.</i> |

→ Sélection de sites internet

MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires

Éducation pour la santé – Promotion de la santé **INPES**

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
<http://inpes.sante.fr>

FNES

Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé
<http://www.fnes.fr>

UIEPS – IUHPE

Union internationale de promotion de la santé et d'éducation pour la santé
<http://www.iuhpe.org/>

Charte d'Ottawa

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf

Nutrition

PNNS

Programme national nutrition santé
<http://www.mangerbouger.fr/PNNS>

Réseau des Villes actives PNNS

<http://reseauvillesactivespnns.fr/>

PNA

Programme national pour l'alimentation
<http://agriculture.gouv.fr/ministere/pna-bien-manger-cest-laffaire-de-tous>

ANSES

Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail
<https://www.anses.fr/fr>

Éducation thérapeutique du patient

ETAP

"Trouvez un programme d'Éducation Thérapeutique près de chez vous" en PACA
<http://etap.paca.ars.sante.fr>

OSCARS ETP

Observatoire cartographique des actions régionales de santé - ETP
http://www.oscarsante.org/oscars_etp/index.php?region=PACA

HAS

Haute autorité de santé
http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_1241714/fr/education-therapeutique-du-patient-etp

CERFEP

C'Entre de Ressources et de Formation à l'Éducation du Patient
https://www.carsat-nordpicardie.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=7&Itemid=16

IPCEM

Institut pour le développement de l'éducation thérapeutique
www.ipcem.org

AFDET

Association française pour le développement de l'éducation thérapeutique
www.afdet.net

Diabète

INVS

<http://www.invs.sante.fr/Dossiers-thematiques/Maladies-chroniques-et-traumatismes/Diabete/Generalites-et-chiffres-cles/Le-diabete-Generales>

Fédération française des diabétiques

<http://www.afd.asso.fr/>

Société francophone du diabète

<http://www.sfdiabete.org/>

Pathologies cardiovasculaires

INVS

<http://www.invs.sante.fr/Dossiers-thematiques/Maladies-chroniques-et-traumatismes/Maladies-cardio-vasculaires>

SFMV

Société Française de Médecine Vasculaire
<http://www.portailvasculaire.fr/>

NSFA

Nouvelle Société Française d'Athérosclérose
<http://www.nsfa.asso.fr/>

SFC

Société Française de Cardiologie
<http://www.sfcario.fr/>

Fédération Française De Cardiologie

<http://www.fedecardio.org/>

Références bibliographiques

Ouvrages

- Jean-Daniel Lalau, Anne Lacroix, Alain Deccache(ét al.), "Créer une alliance thérapeutique. On n'éduque pas un adulte souffrant !", *Chronique sociale*, 2012, 89 p.
- Jean-François D'Ivernois, Rémi Gagnayre, "Apprendre à éduquer le patient. Approche pédagogique", *Maloine*, 2011, 150 p.
- Anne Lacroix, Jean-Philippe Assal, "L'éducation thérapeutique des patients. Accompagner les patients avec une maladie chronique : nouvelles approches", *Maloine*, 2011-01, 220 p
- Jean-François D'Ivernois, "Pratiques de l'éducation thérapeutique du patient dans le diabète", *Maloine*, 2012, 126 p.
- Bruno Pavy, "L'éducation thérapeutique du patient cardiaque", *Frisson-Roche*, 2012, 244 p.

Rapports

- "Avis relatif à la mise en œuvre de l'éducation thérapeutique du patient depuis la loi n°2009-879 du 21 juillet 2009 portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires (HPST)", *HCSP*, 2015-12, 43 p.
http://www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=hcs pa20151012_educprogeductherap20102014.pdf
- Claude Jaffiol, Pierre Corvol, Gérard Reach (et al.), "L'éducation thérapeutique du patient (ETP), une pièce maîtresse pour répondre aux nouveaux besoins de la médecine", *Académie nationale de médecine*, 2013, 23 p.
http://www.academie-medicine.fr/wp-content/uploads/2013/12/jaffiolRapport-ETP-vot%C3%A9-A9-10-XII-13-3_.pdf
- Ministère de la santé et des solidarités, "Plan pour l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de maladies chroniques", 2007-2011, *Ministère de la santé et des solidarités*, 2007-04, 52 p.
http://social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/plan2007_2011.pdf
- World health organization (WHO)-regional office for Europe, "Therapeutic patient education. Continuing education programmes for health care providers in the field of prevention of chronic diseases". *Report of a WHO working group, WHO-regional office for Europe*, 1998, 90 p.
http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0007/145294/E63674.pdf

Réalisation de l'outil MAGNET Santé ETP diabète et maladies cardiovasculaires :

Comité Régional d'Éducation pour la Santé Provence-Alpes-Côte d'Azur :
Zeina Mansour, Stéphanie Marchais,
Benoit Saugeron, Pierre Sonnier, Marion Vallarino

Remerciements

Pour leur contribution à la réalisation de cet outil
Dr Sébastien Galie, Dr Jean-François Renucci, Dr Clémence Trégliat,
(Assistance Publique - Hôpitaux de Marseille)
Angelo Francesco
Marie Laure Lumediluna, (AFD Association des Diabétiques d'Aix-Pays de Provence)

Pour toute information :
CRES PACA, 178 cours Lieutaud – 13006 MARSEILLE
Tél. : 04 91 36 56 95, Fax : 04 91 36 56 99
cres-paca@cres-paca.org
Site : <http://www.cres-paca.org>