

Immersion en communauté 2008 :

PROMOTION DE LA SANTE à Genève

Siebert Amandine

Haute Ecole de Santé, filière physiothérapie

Hamion Clothilde

Faculté de médecine

Chung Christopher

Faculté de médecine

Conti Gaëtan

Faculté de médecine



UNIVERSITÉ
DE GENÈVE

FACULTÉ DE MÉDECINE

Hes·SO

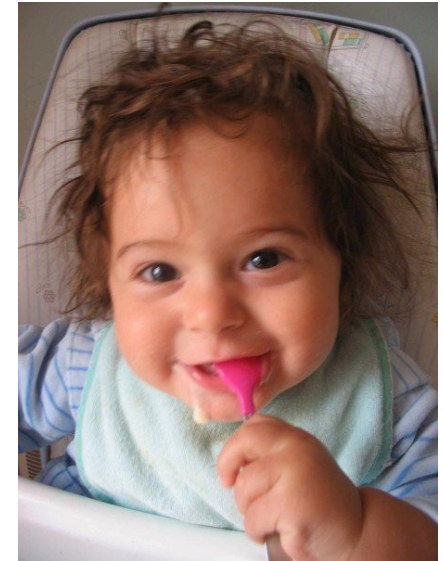


Nos objectifs

- Mettre en évidence les connaissances populaires en matière:
 - D'alimentation
 - D'activité physique
- Identifier les barrières rencontrées par la population
- Comment améliorer cela?

Notre immersion: dans quelle population?

- Les enfants
- L'environnement des enfants
 - Les parents
 - Les enseignants
 - Les infirmières scolaires
- Les professionnels de la santé





Promotion vs Prévention: une définition

- **Promotion de la santé:**

- A pour but d'améliorer la santé des individus en particulier et de la population en général

- **Prévention:**

- Ensemble des mesures ayant pour but d'éviter une pathologie ou un accident particulier



Les critères d'une promotion réussie

- **Information**: sensibiliser la population au message que l'on veut faire passer
- **Mobilisation**: de la sensibilisation doit naître **l'intention** d'adopter les idées véhiculées
- **Implication**: de l'envie/intention doit naître l'acte



Notre démarche

- Interviews
- Formulaires
- Analyse de la littérature



Allons voir dans la rue...

« Qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée? »

« Qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée? »

- **Fourchette Verte**
- *Ne pas manger de frites tous les jours*
- **Manger bien**
- **Un peu de tout**
- *Goûter de nouvelles choses*
- *Fruits, légumes, jus de fruits, eau, lait, viande*
- **Quelque chose de bien pour soi**
- *Poisson et viande avec fruits et légumes*
- *Pas trop de viande*
- *Pleins de féculents, mais plus de légumes*



Allons voir dans la rue...

« Pourquoi faut-il manger équilibré? »

« Pourquoi faut-il manger équilibré ? » :

- **C'est bien pour le corps**
- *Le corps ne veut pas que des frites*
- *Sinon on grossit*
- **C'est bien pour le cœur**
- *Il faut goûter de nouvelles choses*
- *Pour ne pas développer des risques cardio-vasculaires*
- *Car sinon on grossit, ce qui diminue notre endurance, ce qui nous fait mourir*
- *Car sinon on développe un cancer*
- **Pour avoir la pêche et être en bonne santé**
- **Se sentir bien dans sa peau**
- **Etre en forme et ne pas être malade**
- *Pour grandir*
- *Pour ne pas avoir trop de cholestérol*

« Pourquoi faut-il manger équilibré? » (1)

il faut manger sainement
sinon on est malade notre corps est un
trésor, on ne doit pas le rendre malade!

« Pourquoi faut-il manger équilibré? » (2)

17. Pourquoi faut-il manger équilibré ?

oui

« Pourquoi faut-il manger équilibré? » (3)

17. Pourquoi faut-il manger équilibré ?

pour
pas devenir
gros



« Pourquoi faut-il faire du sport? »

- ***C'est bien pour ton corps***
- ***Parce que tu aimes ça***
- ***Pour ne pas devenir trop gros***
- *Pour survivre en sachant nager et se défendre*
- *Pour avoir des muscles*
- *Pour vivre*
- *C'est important pour le futur*
- *Ça réveille*
- ***Pour éliminer ce qu'on mange***
- ***Pour être en forme***
- *On peut être centenaire en faisant 30minutes de sport par jour*

« Pourquoi faut-il faire du sport? »

10. Selon toi, est-ce important de faire du sport ? Pourquoi ?

oui parce que
tu a plus de fans

Première conclusion:

- Les gens sont informés
 - Notre échantillon de la population n'est pas représentatif
- Cependant, nos résultats correspondent à ceux trouvés dans la littérature

Qui informe la population?

- Les parents
- L'Etat
 - Département Economie et Santé
 - Le DIP
 - Les enseignants
- Les professionnels de la santé
- Les médias (« information »?)
- Autres acteurs:
 - Ligue Suisse contre le cancer (« 5 par jour »)
 - Promotion Santé Suisse
 - Suisse Balance



Retournons dans la rue...

« Qu'est-ce-qui vous permet de manger équilibré? »



« Moyens existant à Genève pour mieux manger ? », les réponses:

- *Fourchette verte*
- *Manger bouger malin*
- *Les médias via la promotion de la santé (« 5 fruits et légumes par jour », ...)*



Retournons dans la rue... (2)

« Qu'est-ce-qui vous permet de faire de l'exercice physique? »

« Qu'est ce qui vous permet de faire du sport ? », les réponses:

- **Les jeux dans la cours d'école**
- *Le terrain de jeux près de chez moi*
- **Les activités sportives extrascolaires**
- **Les activités sportives familiales**
- **Pistes cyclables, chemins pédestres**
- *Medias : prospectus de promotion*
- **Centres et clubs sportifs, fitness, moyens gratuits : lac, Parcours Vita**
- *TPG*
- *Genève Roule*
- *« Mangez, bougez »*
- *...*

Les moyens existant


- Alimentation:

- Fourchette Verte



- Exercice physique

- Aménagements urbains
- Centres et clubs sportifs
- Pedibus



2^{ème} étape: l'application des connaissances

Allons voir si les gens appliquent leurs connaissances en mobilité et en nutrition...



Utilisez vous ces moyens?

- La plupart répondent non...

Conclusion suivante:

Les gens savent mais ne font pas grand chose...

- Les enfants dépendent de leurs parents et de leur environnement

Mais alors, pourquoi les gens n'utilisent pas les moyens qu'ils connaissent? Quelles sont les barrières?

Barrières invoquées par les gens

- *Manger équilibré demande du temps et on n'en a pas*
- *Manger équilibré coûte plus cher*
- *Peu de motivation à faire la cuisine lorsqu'on est seul*
- *Cafétérias souvent trop sombres et austères par rapport aux lieux de restauration rapide*
- *Manger mal, c'est bon !*

Barrières invoquées(2)

- Manque de temps pour pratiquer une activité
- Stressé, ils n'ont pas la tête à ça
- Manque de motivation
- Trop de tentation sédentaire (télévision, jeux vidéo, internet,...)
- A partir d'un certain âge, la pratique d'un sport relève du niveau de compétition donc demande plus de temps, ce que les gens n'ont pas.
- Manque de publicité pour les activités sportives = manques d'information de la population sur les cours à disposition.

3^{ème} étape: « Quelles sont les barrières rencontrées? »

7. Y-a-t-il une aire de jeux tout près de chez toi ?

- oui

- non

8. Si oui, peux-tu t'y rendre à pied ?

- oui

- non

mais mes parents
me laisse pas.

Puisque la promotion est bien faite... Il faut des mesures concrètes!

Voilà nos idées... et celles des gens:

- label-santé-mobilité pour les bâtiments (promotion des escaliers vs ascenseur)
- Plus de journées vélo ou autres activités sportives
- Mettre un péage à l'entrée des grandes villes
- Limiter la part modale des TIM (transports individuels motorisés)
- Développer les aménagements cyclables.
- Augmenter le nombre d'heures de sport à l'école

Suite d'idées...

- Agir sur le prix des fruits et des légumes
- Politique restrictive à l'école concernant les sucreries et fast-food (projet pilote)
- Taxer les aliments trop gras et trop sucrés
- Subventionner le menu fourchette verte
- Disposer de plus de temps pour les loisirs (diminution du temps de travail?)

Un projet qui nous tient à cœur:

- Organiser une séance d'information obligatoire dans le post obligatoire
 - Informer sur
 - maladies cardiovasculaires
 - facteurs de risques CV
 - « Armer » la population
 - Intervenant: cardiologue des HUG

Conclusion: la promotion de la santé...

- ...est un domaine complexe et multifactoriel
- ...nécessite une approche pluridisciplinaire
 - Politique: peur d'une mesure contraignante (labels, taxes, ...)
 - Culturelle
 - Economique
 - Selon la représentation des gens

Questions ouvertes

- Apprendre aux enfants à bien manger est le rôle de l'Instruction Publique, de l'Etat ou des parents?



