



CONFERENCE DE CONSENSUS SUR LE DIABETE A LA REUNION ET A MAYOTTE



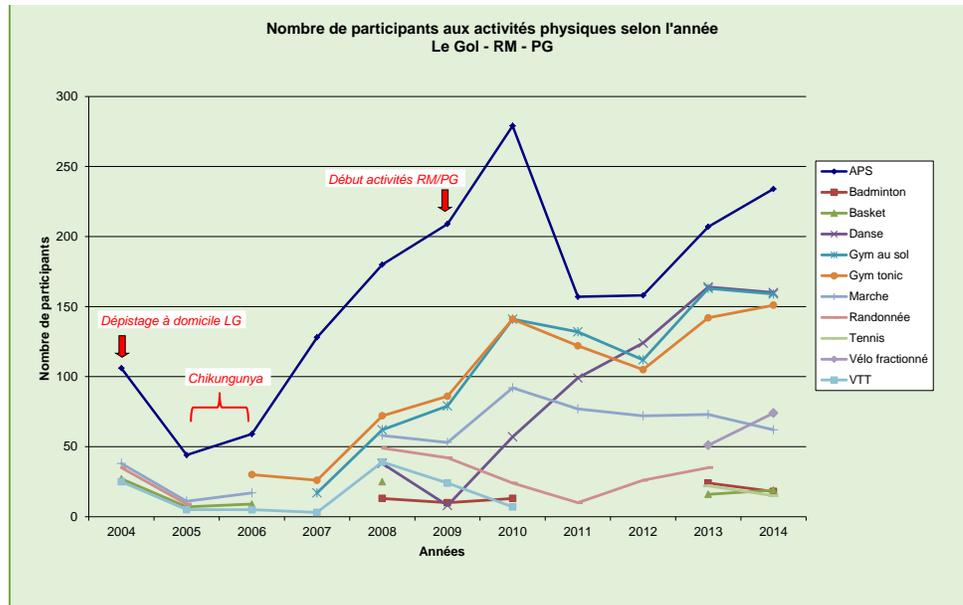
Soyons plus fort que le diabète !

FICHE ACTION

RÉDIA-prev Kartié

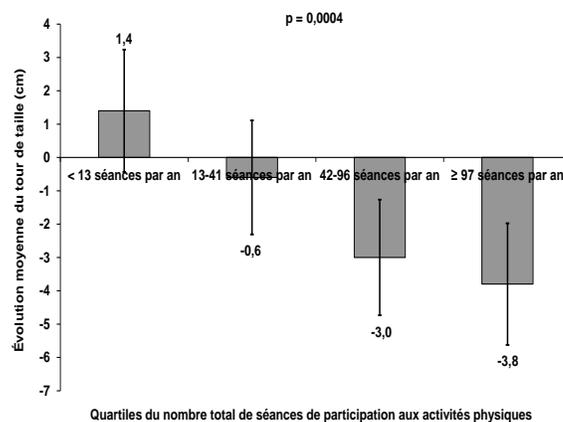
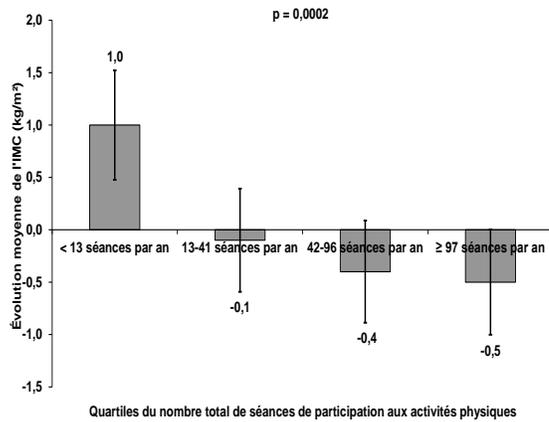
Programme de prévention du diabète à Saint Louis

Nom l'opérateur	<p>Association RÉDIA</p> <p>François Favier, Nadège Naty, Valérie Hostein, Victorine Lenclume, Adrian Fianu (CIC1410 Inserm/CHU de la Réunion).</p>
ORIGINES DE L'ACTION	<p>- Prévalence élevée des facteurs de risque de diabète à la Réunion : surpoids et obésité, sédentarité, alimentation déséquilibrée (enquêtes RÉDIA et RÉCONSAL), demande d'actions de prévention émanant de la population.</p> <p>- Résultats positifs de l'essai d'intervention RÉDIA-prev1 pour la prévention primaire du diabète en population menée en 2002-2003 chez 400 personnes à risque dans deux quartiers de St Pierre (quartier intervention : Basse-Terre, quartier témoin : La Ravine des cabris).</p>
LES OBJECTIFS	<p>Modifier les comportements alimentaires, ainsi que l'activité physique, selon une approche communautaire pour réduire le surpoids et le risque de diabète.</p>
LA MISE EN OEUVRE	<p>A partir de 2004, sur les quartiers de Saint Louis (Le Gol, Roche Maigre, Plateau Goyave) dépistage des sujets à risque : hommes et femmes de 18 ans et +, sans maladie grave connue ou handicap majeur, dépistés à domicile ou au local d'intervention (n=1615).</p> <p>Informations recueillies au dépistage : données sociodémographiques, mode de vie, antécédents personnels et familiaux, mesures anthropométriques : poids, Indice de Masse Corporelle (poids /taille²), tour de taille et pourcentage de masse grasse.</p> <p>Les médecins de Saint Louis et du CHU adressent régulièrement des patients (en surpoids ou obèses, diabétiques) à RÉDIA.</p> <p>Dans un lieu-ressource (local d'intervention) ouvert sur le quartier toute la semaine de 8h à 17h,</p> <ul style="list-style-type: none"> - pratique d'une activité physique modérée régulière : activités physiques en salle (vélo, tapis, gym, zumba...) avec recueil de données (durée des séances, dépense par séance en kilocalories), et en extérieur (basket, marche, randonnée...) accompagnées par trois éducatrices sportives. - apprentissage d'une alimentation équilibrée avec intervention d'une diététicienne (ateliers petit-déjeuner et cuisine). - expression des participants dans les groupes de parole, expression corporelle, théâtre forum, atelier d'écriture... <p>Partenariat : ARS, Département, Municipalité, CUCS, PNNS.</p>
RESULTATS QUANTITATIFS	<p>Une file active de plus de 200 personnes par an sur les quartiers du Gol, de Roche Maigre et Plateau Goyave :</p>



RESULTATS QUALITATIFS

Les trois principaux effets sont : une excellente participation de la population ; une animation basée sur la convivialité et une forte dynamique de groupe avec une action positive sur le moral des participants ; les effets sur les données anthropométriques chez 398 personnes suivies : diminution de l'IMC et du tour de taille à partir de 13 séances par an.



A partir de 2 séances par semaines, l'amélioration du statut anthropométrique est importante. Chez les « très bons participants » en surpoids, perte de poids : -2,2 kg, perte d'IMC : -0,9 kg/m², diminution du tour de taille : -4,5 cm.

LES POINTS FORTS

L'adhésion de la population et la dynamique communautaire ; la proximité, le travail au quotidien, le suivi des participants ; l'utilisation d'appareils ergonomiques pour les personnes déconditionnées ; l'efficacité du programme alimentation/activité physique sur le physique et le moral des participants ; l'implication des médecins traitants dans notre intervention.

LES POINTS FAIBLES

Le manque de moyens pour : étendre notre intervention sur d'autres quartiers, renouveler régulièrement le matériel d'activité physique, proposer plus d'activités ; les différences de condition physique des participants (ouverture tout public).

**LES PISTES
D'AMELIORATION**

Instaurer des plages de travail par groupes de niveau, tout en conservant au maximum les activités collectives pour maintenir la dynamique communautaire, accroître les temps d'expression pour un abord de santé globale, améliorer les conditions matérielles (locaux, équipements, activités...).