

L'ETP participe à l'amélioration de la santé et de la qualité de vie et elle permet l'acquisition et le maintien de compétences d'auto soins et de compétences d'adaptation.  
Une ETP ne se résume pas à une information, un conseil de prévention, même de qualité.

Une offre d'ETP peut être proposée à tout stade de la maladie. Elle comporte :

- Une séance individuelle d'élaboration du diagnostic éducatif ou actualisation.
- Des séances d'ETP collectives ou individuelles ou en alternance pour l'acquisition des compétences d'auto soins et d'adaptation
- Une séance individuelle d'évaluation des compétences acquises, des changements chez le patient et du déroulement du programme
- Une coordination autour du patient, des professionnels de santé impliqués dans la prise en charge de la maladie chronique
- Une offre peut être initiale, de suivi régulier (renforcement), de suivi approfondi (reprise) si besoin.

#### Qui propose et réalise une ETP ?

Différents niveaux d'intervention dans la démarche sont possibles pour les professionnels de santé et nécessitent une coordination et une transmission d'informations.

Informez le patient de la possibilité de bénéficier d'une éducation thérapeutique et la lui proposer en tenant compte des ressources locales :

- tout professionnel de santé (selon la liste du Code de la santé publique) impliqué dans la prise en charge d'un patient ayant une maladie chronique ;

- si le patient accepte une ETP, il peut en négocier les buts et les modalités de mise en œuvre, et les redéfinir après avoir fait l'expérience de l'ETP.

Réaliser l'éducation thérapeutique avec l'accord du patient :

- soit par le professionnel de santé lui-même s'il est formé à l'ETP, lorsque l'apprentissage des compétences par le patient ne nécessite pas l'intervention d'emblée d'autres professionnels de santé ;
- soit par une équipe formée à l'ETP, comprenant ce professionnel lorsque l'apprentissage des compétences par le patient nécessite l'intervention d'emblée d'autres professionnels de santé ;
- soit par une équipe multiprofessionnelle formée à l'ETP, à laquelle le patient sera adressé par le professionnel qui lui a proposé une ETP pour qu'elle soit mise en œuvre en lien avec ce dernier ;
- l'intervention de patients dans les séances collectives d'éducation thérapeutique peut être complémentaire de l'intervention des professionnels de santé.

Aborder avec le patient le vécu de sa maladie et de sa gestion, l'aider à maintenir ses compétences et soutenir sa motivation et celle de ses proches tout au long de la prise en charge de la maladie chronique :

- tout professionnel de santé impliqué dans la prise en charge usuelle d'un patient ayant une maladie chronique ;
- à l'occasion de toute rencontre du patient avec un professionnel de santé, notamment avec celui qui a initié l'ETP, et avec celui qui assure le suivi médical.

D'autres professionnels peuvent intervenir soit en contribuant directement à la démarche éducative, soit en proposant une réponse adaptée aux difficultés du patient ou de son entourage ou des professionnels de santé qui mettent en œuvre l'ETP : psychologue, travailleur social, éducateur en activité physique adaptée, pédagogue de la santé, etc.

Retrouvez toutes les informations de l'ETP sur le site de l'HAS (haute autorité de santé), recommandations de juin 2007.



# Vitalrest



## La lettre d'information en Diététique et Nutrition

à l'attention des établissements sanitaires et médico-sociaux

N°14 - NOVEMBRE 2010

### L'édito... Spécial PNA et PNNS 3

Voici les nouvelles orientations du gouvernement concernant les mesures en faveur d'une meilleure alimentation afin de lutter notamment contre l'obésité et la dénutrition.

Comment arriver à faire opérer des changements de façon durable chez le patient ? L'éducation thérapeutique est une piste...

Claire LOUREIRO - Diététicienne Vitalrest

#### Le programme National pour l'Alimentation (PNA)

Ce programme, animé par le ministre en charge de l'alimentation, mobilisera le gouvernement dans son ensemble. L'État interviendra comme un «facilitateur» et un «catalyseur» des initiatives de l'ensemble des partenaires impliqués. Cette politique intégrera toutes les dimensions de l'alimentation. Elle devra assurer une alimentation à la fois sûre, saine, équilibrée et de qualité, accessible à tous, produite dans des conditions respectueuses de l'environnement et du bien-être animal, tout en étant économiquement viables et socialement acceptables.

Le programme s'articulera avec les plans existants avec lesquels il partage certains objectifs, notamment le programme national nutrition santé (PNNS) et le plan de lutte contre l'obésité, le programme national aide alimentaire (PNAA), le plan Prison, le plan d'éducation pour la santé, le plan bien-vieillir, le plan d'action en faveur des territoires ruraux, la stratégie de développement durable (pour la période 2010-2013), et le plan national santé-environnement II avec lesquels il portera sur les actions traitant des dimensions touchant à l'alimentation.

Le PNA comporte quatre axes qui abordent les quatre cibles concernées :

- l'aliment (origine, composition, salubrité, accessibilité),
- le consommateur (éducation, information, facteurs favorisant les comportements alimentaires positifs),

- les opérateurs du secteur alimentaire (offre alimentaire, conditions de production, recherche, compétitivité),
- et enfin les aspects relatifs à la culture et au patrimoine alimentaires.

#### 1- Faciliter l'accès de tous à une alimentation de qualité

Les actions du PNA viseront en premier lieu ceux qui ne sont plus maîtres du contenu de leur assiette. Il s'agit d'abord des 6 millions de jeunes, de la maternelle au lycée, qui fréquentent les restaurants scolaires. Au delà toutes les populations fragiles et ne disposant pas d'autonomie alimentaire feront l'objet d'une attention particulière et d'actions visant à améliorer les conditions de leur alimentation :

- les personnes financièrement les plus démunies ;
- les plus jeunes ;
- les personnes hospitalisées ;
- les personnes âgées à domicile ou en institution ;
- les personnes en détention.

#### 2- Améliorer l'offre alimentaire

Pour que chacun puisse disposer d'une alimentation de qualité, les actions du PNA doivent aussi impliquer les producteurs, les transformateurs et les distributeurs de denrées alimentaires.

L'enjeu est d'améliorer l'offre alimentaire en innovant sur les systèmes de distribution, l'emballage, les portions etc. En plus des améliorations nutritionnelles, les opérateurs seront aussi incités à améliorer l'impact environnemental de la production et de la transformation des aliments pour répondre aux nouvelles demandes de la société.



### 3- Améliorer la connaissance et l'information sur l'alimentation

Avec la perte de ses racines rurales, la population a du mal à faire le lien entre son alimentation et les productions agricoles, animales ou végétales. Certains médias et groupes de pression envoient des messages contradictoires, anxiogènes et culpabilisants sur l'alimentation : « Ne mangez pas de viande, les laitages provoquent des pathologies graves, les industriels ne respectent pas les normes de sécurité sanitaires etc. ». Les consommateurs finissent par perdre leurs repères et leur confiance dans leur alimentation.

Pour permettre des choix éclairés, il importe de recréer un lien avec les producteurs, de retrouver une véritable approche qui favorise une bonne alimentation, soucieuse de diversité et de qualité, pas uniquement nutritionnelle. Bref, il faut rendre au consommateur « l'envie et le plaisir » de manger.

Le PNA s'attachera à informer et à éduquer les consommateurs, en particulier les jeunes, et à sensibiliser les professionnels de la restauration collective.

### 4- Promouvoir le patrimoine alimentaire et culinaire français matériel et immatériel

Le patrimoine alimentaire repose en grande partie sur des éléments matériels : les produits labellisés, symbole de la France ou d'une de ses régions, comme le bleu d'Auvergne ou le vin d'Alsace, mais aussi les maisons, les fermes et les industries, qui les produisent et les transforment depuis des générations.

Ce patrimoine matériel et immatériel doit non seulement être préservé, mais également intégré dans une logique de développement des territoires.

A cet effet, le PNA valorisera les produits alimentaires et les savoir-faire culinaires, encouragera un tourisme gastronomique sur nos territoires, et fera la promotion du patrimoine alimentaire français à l'international.

### 5- Innover et développer des outils pour bâtir des modèles alimentaires durables et de qualité

Pour définir un modèle alimentaire durable et de qualité, la recherche doit pouvoir s'appuyer sur des estimations fiables concernant l'évolution de la croissance démographique, l'impact des évolutions de consommation sur la production agricole et les conséquences de l'activité sur l'environnement.

Elle doit également intégrer dans les paramètres de définition de ce modèle les progrès de la technologie et le changement de comportement des consommateurs.

Le PNA visera donc à accroître les synergies entre acteurs et à accentuer la cohérence globale du dispositif national de recherche en alimentation à travers plusieurs actions :

- la promotion de la recherche sur l'aliment et sur les modèles alimentaires,
- la création de nouveaux outils socio-économiques pour mieux comprendre les comportements alimentaires,
- l'élargissement du champ du dispositif d'évaluation des politiques publiques.

### 6- Conduire des actions de communication

Le programme national pour l'alimentation doit s'appuyer sur une communication efficace et claire. Elle devra mettre en valeur l'alimentation dans ses différentes dimensions et accompagner la mise en œuvre des mesures du PNA.

L'objectif poursuivi n'est pas de rajouter un niveau supplémentaire d'information, mais de rappeler quelques fondamentaux en insistant sur le lien entre alimentation, agriculture et pêche. Les actions de communication devront porter sur la saisonnalité, la diversité, la qualité et la sécurité sanitaire des aliments. Elles inciteront les Français à consommer régulièrement des produits frais, à redécouvrir les patrimoines alimentaires et culinaires régionaux, à cuisiner et à faire du repas un temps de partage et de convivialité.

Près d'une centaine d'actions sont d'ores et déjà inscrites dans la première version du programme national pour l'alimentation et sont prêtes à être mises en œuvre. Mais la réflexion ne doit pas s'arrêter là. Le PNA est un programme « vivant » qui est amené à évoluer et à s'enrichir régulièrement de nouvelles propositions issues de l'ensemble des départements ministériels impliqués.

La réforme de la PAC prévue en 2013 pourrait être l'occasion de définir une « politique agricole et alimentaire commune » qui renforcerait la légitimité de la PAC en plaçant le consommateur-citoyen au centre des préoccupations des filières agricoles.

Véritable enjeu de société, la politique publique de l'alimentation veut redonner du sens à notre alimentation, du goût à nos aliments et du plaisir aux consommateurs.

## Le PNNS (Plan National Nutrition Santé) 3

Le PNNS aura 10 ans en janvier prochain. Le PNNS 1 (2001-2005), puis le PNNS 2 (2006-2010) se sont attachés à diffuser un ensemble de repères nutritionnels destinés à améliorer la santé publique. Avant la prise de relais par le PNNS 3, les autorités sanitaires ont procédé à une évaluation des résultats obtenus et défini de nouveaux objectifs.

Que constate le PNNS lorsqu'il se retourne sur le passé ? Entre les années 1998-2000 et 2006, une stabilisation de l'obésité chez l'enfant et l'adolescent. Une réduction des apports en sel chez les enfants et les adultes et une diminution des ventes de sel. Une augmentation de 10 % de la consommation de fruits et légumes chez les adultes. Une augmentation de 16 % du nombre des adultes qui consomment 5 fruits et légumes par jour. Une diminution de la consommation d'aliments sucrés de 11 % chez les adultes et de 15 % chez les enfants de 3 à 14 ans. Enfin, près de deux tiers des adultes pratiqueraient au moins 30 minutes d'activité physique modérée au moins 5 jours par semaine...

À ce bilan, les autorités sanitaires ajoutent l'action menée auprès des producteurs, transformateurs, distributeurs et restaurateurs. Pour qu'ils améliorent la qualité nutritionnelle et les modalités de commercialisation de leurs produits. Des chartes d'engagement volontaire de progrès nutritionnel leur ont été proposées. En mai 2010, les responsables estimaient que 20 % des boissons rafraîchissantes sans alcool, 12 % des biscuits et pâtisseries, 10 % des biscuits salés étaient déjà concernés par des améliorations.

Le PNNS « a rempli de manière plutôt satisfaisante » les objectifs de promotion des bons comportements alimentaires. Avec les moyens qui étaient les siens. Le volet « communication » est crédité d'un « succès relatif ». Le Programme apparaît comme une référence pour de nombreux pays étrangers. Toutefois, le rapport observe qu'il a été difficile de définir une politique nutritionnelle généraliste qui tienne compte des différentes « cibles » (jeunes, personnes âgées...) et des niveaux socioéconomiques de la population.

C'est pourquoi plusieurs orientations sont préconisées pour le PNNS 3. Renforcer la prévention et la prise en

charge de l'obésité. Prendre plus en considération l'activité physique et la lutte contre la sédentarité. Dépister et combattre la dénutrition des personnes âgées, en particulier à l'hôpital ou en institution. Améliorer l'offre et l'aide alimentaires. La signature de chartes avec les acteurs économiques devra aussi être poursuivie. Deux bons points sont décernés : pour le développement de la recherche sur l'alimentation et la nutrition humaine ; et pour l'activité de l'observatoire de la qualité de l'alimentation. L'un comme l'autre sont salués comme des réussites à consolider.

(PNNS : bilan et mesures. Dossier de Presse, 6 mai 2010.) - Source : © NUTRINEWS

### L'éducation thérapeutique, c'est quoi ?

L'éducation thérapeutique s'entend comme un processus de renforcement des capacités du malade et/ou de son entourage à prendre en charge l'affection qui le touche, sur la base d'actions intégrées au projet de soins.

Elle vise à rendre le malade plus autonome par l'appropriation de savoirs et de compétences afin qu'il devienne l'acteur de son changement de comportement, à l'occasion d'événements majeurs de la prise en charge (initiation du traitement, modification du traitement, événement intercurrents...) mais aussi plus généralement tout au long du projet de soins, avec l'objectif de disposer d'une qualité de vie acceptable par lui.

L'éducation thérapeutique du patient (ETP) est un processus continu dont le but est d'aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique.

