

A l'occasion de la Journée Mondiale du Diabète qui a eu lieu le 14 novembre, l'équipe Diab'Ed a pu mener une action de sensibilisation et de dépistage de cette maladie. Le thème central de cette édition 2018 : "La famille et le diabète". Au CHH, nous avons mis l'accent sur la prévention du diabète de type 2.

La prévention du diabète de type 2 concerne également la famille

- **De nombreux cas de diabète de type 2 peuvent être prévenus en adoptant un mode de vie sain.** La réduction des risques de votre famille commence à la maison.
- **Quand une famille mange des repas sains et fait des exercices ensemble,** tous les membres de la famille profitent et encouragent les comportements qui pourraient aider à prévenir le diabète de type 2 dans la famille.
- **Les familles doivent vivre dans un environnement propice à des modes de vie sains** et les aider à prévenir le diabète de type 2

Cet évènement est ainsi l'occasion de donner un coup de projecteur important sur cette maladie qui suit une progression constante.

Deux stands ont été animés de 9h à 16h30, l'un dans le Hall d'accueil du CHH, l'autre dans le hall du bâtiment Femme-Enfant. Une journée pour diffuser des informations et faire compléter des questionnaires de test de risque. Ce sont des temps d'échange conviviaux et de sensibilisation à la prévention, pour mieux vivre, mieux manger, bouger plus.



Une équipe présente dans le Hall d'accueil Femme-Enfant : Stéphanie, Julie, Carole, Marie-Laure, Céline, Constance (ESI)

Les professionnels de santé à la rencontre du grand public

Cette journée a permis aux usagers comme aux professionnels du CHH, de rencontrer l'équipe Diab'Ed et ainsi échanger des renseignements sur la maladie. C'est également un bon moyen de dépister de nouveaux diabétiques qui ignoraient jusque-là leur maladie.

306 questionnaires et 320 tests de la glycémie

Une enquête a été menée par le biais d'un questionnaire portant sur les risques, l'hygiène de vie et les connaissances générales du diabète.

Des animations ont été proposées afin d'amener les usagers à faire connaissance avec les signes du diabète de manière ludique, permettant de conduire une éducation à la détection du diabète en s'inscrivant dans la prévention. Grâce à la participation de l'équipe de la restauration et des diététiciennes, un autre stand « alimentation et sucre » a permis de visualiser les sucres « cachés » dans certains produits du quotidien (pain, pomme, céréales, menus). Nous avons même eut droit à la dégustation d'une pâte à tartiner faite maison (allégé en sucres).

Premiers retours des dépistages : 320 tests glycémiques réalisés

- 65% public féminin
- 2% du public présentait des valeurs d'hypoglycémie (minimum dépisté 0,55 g/l)
- 14% du public avait des valeurs au-dessus des normes (avec un maximum de 3,59 g/l)

Premiers retours des questionnaires : 306 questionnaires réalisés

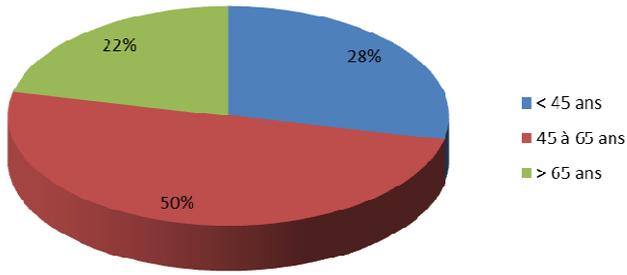
- Un public fortement féminin (70.53% du public rencontré)
- Nombres de bonnes réponses aux questionnaires : 24.21 %

Au vu des résultats, il apparaît important de maintenir la prévention et le dépistage de cette maladie. Ces actions passent par de la communication autour du diabète : avoir une activité physique, une éducation nutritionnelle et une amélioration de l'hygiène de vie.

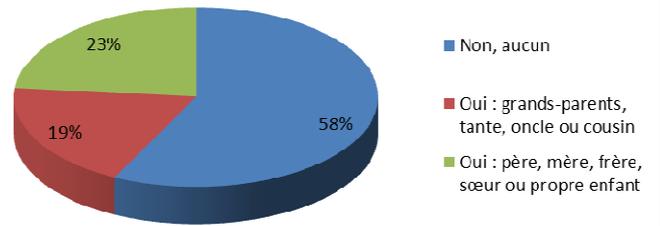
En juin 2019, se déroulera la semaine nationale de prévention du diabète. Une nouvelle occasion pour l'équipe Diab'Ed de poursuivre cette sensibilisation.

Remerciements tout particulièrement aux étudiants en soins infirmiers Michel et Constance, en stage en MEDECINE 5, pour leur participation active dans l'organisation de la journée.

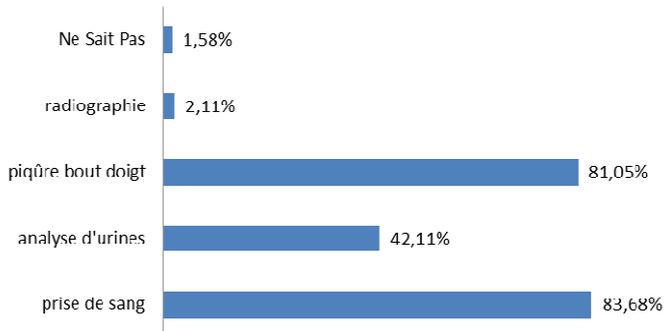
Répartition des personnes sondées par âge



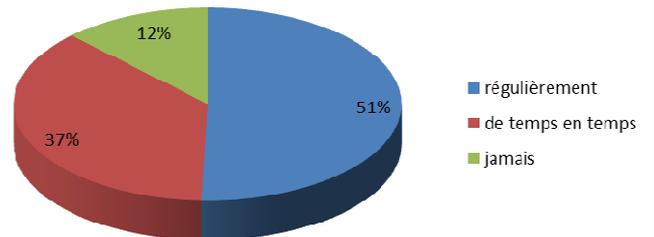
Connaissez-vous des diabétiques dans votre famille ?



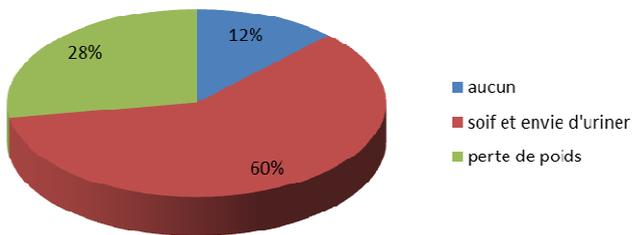
Comment peut-on savoir que l'on est diabétique ?



pratiquez-vous une activité physique ?



quels sont les signes en cas de diabète ?



PÂTE À TARTINER CHOCOLATÉE

Ingrédients :

100g de margarine au tournesol
 50 g de poudre de noisette
 2 cuillères à soupe de cacao en poudre sans sucre
 2 cuillères à soupe d'édulcorant en poudre

Mélanger tous les ingrédients et y ajouter un peu de lait pour obtenir la consistance idéale.



Une équipe présente dans le Hall d'accueil principal : Nadia, Karima, Laura, Caroline, Michel (ESI)