Missions de Paris-Diabète
et du
GCS Réseau Régional Diabète R2D

Quelques rappels sur le diabète

- Diabète Type 1 : Incapacité de la personne à secréter de l'insuline (survenue chez les enfants et les jeunes adultes)

  ➔ 5 à 10 % des patients diabétiques

- Diabète de type 2 : Anomalie quantitative (insulinopénie) et qualitative (insulinorésistance) de la sécrétion d'insuline qui devient insuffisante pour réguler la glycémie (survenue en général après 40 ans mais premiers cas d'adolescents et de jeunes adultes observés)

  ➔ 90 % des patients diabétiques

Quelques rappels sur le diabète

- Diabète traité pharmacologiquement : 5,2 % de la population soit environ 3,5 M de personnes. La fréquence du diabète continue de progresser (SpF)

https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/diabete/donnees/#tabs

- De nombreux malades qui s'ignorent et des malades sans traitement médicamenteux. Estimation d'environ 8 % de la population atteinte.

- Souvent pluri pathologiques : Hypertension ; obésité ; pathologies rénales ; pathologies cardiaques…

- Influence des déterminants socio-territoriaux sur la prévalence du diabète. Les régions et les communes les plus défavorisées sont les plus touchées ➔ 1,3 fois plus chez les hommes et 1,7 fois plus chez les femmes ; La prévalence du diabète traité chez les plus de 60 ans est 2 fois plus importante chez les bénéficiaires de la CMU-C (BEH ; SPF nov 2017)

Quelques rappels sur le diabète

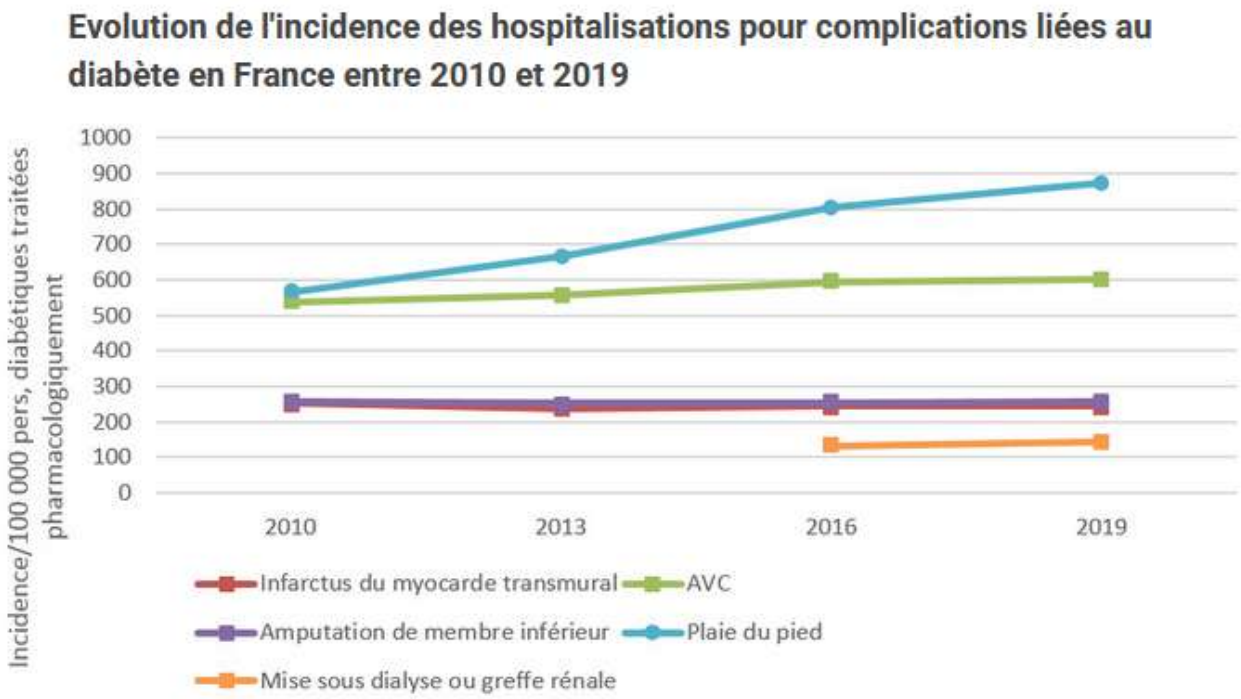
- Pourquoi traiter le diabète ?

Une hyperglycémie prolongée, répétée va entraîner une altération des nerfs et des vaisseaux sanguins du corps, une altération des cellules et donc une atteinte d'un ou plusieurs organes.

Traiter le diabète doit permettre de limiter les complications qui en découlent

Quelques rappels sur le diabète

- Des complications liées au diabète qui se stabilisent mais qui restent fréquentes.



Sources : Santé Publique France

Quelques rappels sur le diabète

- Les facteurs de risques du diabète :
  - Surpoids, obésité, alimentation déséquilibrée
  - Sédentarité
  - Hypertension
  - Syndrome métabolique
  - Tabac…

Quelques rappels sur le diabète

- Pour limiter la hausse de la prévalence du diabète et de ses complications, il convient de :
  - Renforcer les actions de prévention
  - Proposer une éducation thérapeutique « personnalisée »
  - Favoriser l'autonomie des patients pour mieux gérer au quotidien la maladie et améliorer leur qualité de vie.

Paris-Diabète

Association Paris Diabète

Nos Objectifs

- Améliorer la prise en charge des patients diabétiques en développant des interventions graduées et innovantes et en facilitant la coordination de professionnels de santé
- Soutenir et accompagner les patients diabétiques dans la gestion quotidienne de leur pathologie
- Concourir à la détection précoce des complications engendrées par le diabète et diminuer leur incidence

Nos Missions

Proposer aux patients diabétiques un programme d'éducation thérapeutique en proximité, facilement accessible

Former et informer les professionnels de santé et des secteurs médico-sociaux sur le diabète et l'éducation thérapeutique du patient

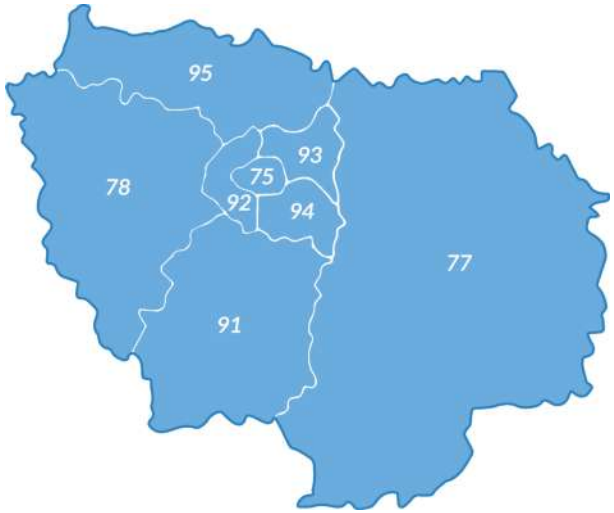
Informer et sensibiliser la population sur le diabète, notamment les plus vulnérables dans un but de prévention et de réduction des inégalités de santé

Pour qui ?

Les **personnes diabétiques de type 1 ou 2** en **Ile de France**, à partir de 16 ans

Les **professionnels de santé et médicosociaux** qui suivent ou sont en lien avec des personnes diabétiques en Ile de France

Depuis début 2017 l'Association est membre du GCS Réseau Régional Diabète R2D



Tél. Paris-Diabète : 01 45 45 46 56
Mail : paris.diabete@wanadoo.fr

Numéro vert unique
(appel gratuit)
0805 382 002

Parcours du patient

Orientation du patient vers le réseau :

- Par le biais de son médecin traitant
- Pas le biais d'un autre professionnel médical ou paramédical
- Par le biais d'une structure partenaire médico-sociale
- Contact direct à l'initiative du patient

Le patient adhère à l'Association <u>gratuitement</u>

Entretien avec un coordinateur en vue d'un bilan éducatif partagé (BEP)

→ Education thérapeutique du Patient / Orientation

Entretien de fin de parcours éducatif (environ 1 an)

« Selon l'OMS, 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. »

Bilan éducatif partagé (BEP)

Réalisé par un coordinateur formé à l'ETP

Permet d'identifier les **besoins du patient,** les **freins** et **leviers,** les **compétences à acquérir**, pour l'orienter au mieux :

- Vers des structures médico-psycho-sociales

- Vers un programme et un parcours personnalisé d'ETP

Fiche synthèse du bilan éducatif partagé :

3 exemplaires

médecin

patient

coordination

Orientation

Exemples d'orientation :

Rupture de soins => orientation vers des professionnels / structures médicales

Pathologies associées / patients complexes => vers autres réseaux de santé ; et maintenant vers les DAC ?

Rupture de droits => orientation vers assistants sociaux +/- PASS

Difficultés financières pour s'alimenter => orientation vers des associations

Difficultés pour se loger => 115, associations d'aide pour le logement, assistants sociaux

Prise en charge de la personne diabétique dans sa globalité

DAC = Dispositif d'Appui à la Coordination
PASS = Permanence d'Accès aux Soins e Santé

Ateliers collectifs d' ETP

Atelier : Groupe de 4 à 8 patients
Encadré par 2 professionnels co-animateurs, formés à l'ETP
Pendant 2h environ

Lieux : dans tout Paris (Partenariats avec des structures de santé ou des structures sociales accueillant le public)

Nombre: Environ 200 ateliers proposés par an

Inscription aux ateliers : par téléphone ou mail

Les patients en situation complexe pour lesquels les ateliers ne suffisent pas, peuvent bénéficier de suivis individuels diététiques, infirmiers ou pharmaciens, podologues. Ces suivis individualisés sont ciblés vers les publics en situation de vulnérabilité.

Ateliers collectifs d' ETP

Différents ateliers permettant d'acquérir des connaissances
Pour mieux comprendre la maladie et développer
des savoir-faire et des savoir-être

Ex : Pied et diabète

- Prendre soin de ses pieds : comment les protéger sans risque
- Bien se chausser : Comment choisir ses chaussures. Trucs et astuces à partager

Ateliers collectifs d' e-ETP

Depuis avril 2020 **: Programme d'e-ETP** (ETP en visio-conférence)

Les patients peuvent suivre des ateliers en visio repensés avec des outils adaptés pour conserver de l'interactivité. Le même circuit patient est suivi. Le patient s'inscrit directement sur la Plateforme.

Session individuelle d' ETP

- Pour des patients pour lesquels les ateliers collectifs ne sont pas adaptés.
- Bilan podo, diet, pharmaciens…
- Sur des budgets restreints (prestations dérogatoires)
- Réservés pour des patients prioritaires

« Les Rencontres Paris-Diabète »

10 par an environ

Co-animées avec des experts

différents thèmes autour du diabète et/ou l'ETP

Ex :

- 03/12/2020 : « L'impact des troubles du sommeil sur le diabète » (Morphée)
- 19/01/2020 : « Rétinopathie diabétiques : nouvelles imageries-nouveaux traitements » (CIL)
- 02/03/2021 : « L'impact psychologique de la crise sanitaire pour les patients diabétiques
- 30/03/2021 : « L'impact médical de la crise sanitaire pour les patients diabétiques

- 04/05/2021 : « La prise en charge des plaies du pied diabétique »
- 22/06/2021 : « Les déterminants sociaux territoriaux de la santé : Appréhender les inégalités face au diabète
- **28/09/2021 : « Pratiquer une activité physique en toute sécurité en étant diabétique »**

« La formation professionnelle »

- Une formation certifiante ETP (40H) pour former de nouveaux animateurs et promouvoir la pratique de l'ETP

- Objectif de reprendre des sessions d'échange de pratique entre les professionnels intervenants au sein du réseau

- Formation aux référentiels des ateliers

Actions de prévention

- Paris Diabète souhaite développer son action de prévention.

- Ces actions peuvent prendre diverses formes (intervention sur un thème lié au diabète, stand d'information…) et s'adresse à tout public.

- L'objectif est de :
  - travailler sur les facteurs de risque du diabète en population générale
  - rencontrer des patients diabétiques qui ne nous connaissent pas encore

- Des outils mais pas de projets clé en main. Travail de co-construction avec les partenaires pour une action de proximité adaptée

Actions de prévention

- Exemple d'action : Stand d'information échange avec la population, estimation des facteurs de risque avec FINDRISK et orientation si besoin

DIABÈTE, ÉVALUEZ VOS RISQUES

CALCULEZ VOTRE RISQUE EN 8 QUESTIONS ET 30 SECONDES.

Ce test est fait pour vous, il vous renseignera sur vos prédispositions au diabète de type 2.

Ce test appelé **FINDRISC** *(Finnish Diabetes Risk Score)* **est recommandé par la Haute Autorité de Santé,** reconnu internationalement et approuvé par les instances de santé françaises (notamment par le ministère de la Santé).

Le résultat de ce test est une **estimation du risque.** Il ne constitue en aucun cas un diagnostic. Pour cela, il faudra consulter votre médecin traitant.

1. Quel âge avez-vous ?

- ◯ moins de 35 ans (0 point)
- ◯ entre 35 et 44 ans (1 point)
- ◯ entre 45 et 54 ans (2 points)
- ◯ entre 55 et 64 ans (3 points)
- ◯ plus de 64 ans (4 points)

2. Un membre de votre famille est-il atteint de diabète ?

- ◯ non (0 point)
- ◯ oui, un membre de la famille plus éloignée : un grand-parent, une tante, un oncle, une(e) cousin(e). (3 points)
- ◯ oui, un membre de la famille proche : un père, une mère, un enfant, un frère, une sœur... (5 points)

3. Quel est votre tour de taille au niveau du nombril ?

Homme

- ◯ **A** - moins de 94 cm (0 point)
- ◯ **B** - 94-102 cm (3 points)
- ◯ **C** - plus de 102 cm (4 points)

Femme

- ◯ **1** - moins de 80 cm (0 point)
- ◯ **2** - 80-88 cm (3 points)
- ◯ **3** - plus de 88 cm (4 points)

4. Pratiquez-vous au moins 30 minutes d'activité physique par jour ?

- ◯ oui (0 point)
- ◯ non (2 points)

5. Combien de fois mangez-vous des légumes et des fruits ?

- ◯ tous les jours (0 point)
- ◯ pas tous les jours (1 point)

6. Vous a-t-on déjà prescrit des médicaments contre l'hypertension ?

- ◯ non (0 point)
- ◯ oui (2 points)

7. Vous a-t-on déjà découvert un taux de sucre sanguin élevé ?

- ◯ non (0 point)
- ◯ oui (5 points)

8. Quel est votre indice de masse corporelle (IMC) ?

L'IMC est calculé de la façon suivante : poids corporel (en kg) divisé par la taille (en m) au carré. Il peut aussi être trouvé dans le tableau ci-dessous.

- ◯ moins de 25 kg/m² (0 point)
- ◯ entre 25 et 30 kg/m² (1 point)
- ◯ plus de 30 kg/m² (3 points)

TAILLE EN MÈTRE	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120	125
1,95	13	14	16	17	18	20	21	22	24	25	26	28	29	30	32	33
1,90	14	15	17	18	19	21	22	24	25	26	28	29	30	32	33	35
1,85	15	16	18	19	20	22	23	25	26	28	29	31	32	34	35	37
1,80	16	17	19	20	22	23	25	26	28	29	31	32	34	35	37	39
1,75	16	18	20	21	23	24	26	28	29	31	33	34	36	38	39	41
1,70	17	19	21	22	24	26	28	29	31	33	35	36	38	40	42	43
1,65	18	20	22	24	26	28	29	31	33	35	37	39	40	42	44	46
1,60	19	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49
1,55	21	23	25	27	29	31	33	35	37	40	42	44	46	48	50	52
1,50	22	24	27	29	31	33	36	38	40	42	44	47	49	51	53	56

POIDS EN KILO

ADDITIONNEZ LES POINTS CORRESPONDANT À VOS RÉPONSES ET NOTEZ LE CHIFFRE DANS CETTE CASE.

CONTRÔLEZ, GRÂCE À VOS RÉSULTATS, VOTRE RISQUE DE DEVENIR DIABÉTIQUE AU COURS DES DIX PROCHAINES ANNÉES

En dessous de 7 points ▸ 1 %*

Votre risque de développer un diabète de type 2 est faible. Cependant, votre état de santé peut évoluer. Pour préserver cet acquis, il vous faut maintenir de bonnes habitudes de vie en ayant recours à une alimentation saine et à une activité physique régulière.

Entre 7 et 11 points ▸ 4 %*

Une certaine prudence sera de mise, même si votre risque de devenir diabétique n'est que légèrement accru. Retrouvez tous les conseils pratiques pour bien manger et bien bouger au dos de cette plaquette et sur le site www.contrelediabete.fr

De 12 à 14 points ▸ 17 %*

Antécédents familiaux, surpoids ou manque d'activité physique : le diabète n'est pas une fatalité ! Il est important de faire preuve de vigilance concernant votre alimentation et votre activité physique. Retrouvez les conseils pratiques pour bien manger et bien bouger au dos de cette plaquette et sur le site www.contrelediabete.fr, n'hésitez pas à contacter votre médecin traitant pour vous y aider.

De 15 à 20 points ▸ 33 %*

Un tiers des patients présentant ce grade de risque deviendront diabétiques au cours des 10 prochaines années. Ne sous-estimez pas cette situation. N'hésitez pas à vous faire accompagner par un professionnel de santé ou parlez-en à votre médecin.

Plus de 20 points ▸ 50 %*

Votre risque de développer un diabète de type 2 est élevé et il se peut que vous soyez déjà atteint de diabète. C'est le cas pour 35 % des personnes qui totalisent un score de plus de 20 points.
Cependant, ce test ne remplace pas un diagnostic. Un rendez-vous avec votre médecin traitant est indispensable dans les meilleurs délais.

*Un risque de 4 % signifie que 4 personnes sur 100 présentant un tel score peuvent devenir diabétiques de type 2 dans le courant des 10 années à venir.

Partenariats et ressources

Le réseau a mis en place de nombreux partenariats :

- MSP, centres de santé
- Hôpitaux, cliniques
- Associations de patients
- PASS hospitalières
- Structures sociales (Emmaüs, Secours populaire, …)
- Foyers de travailleurs migrants (Coallia, Adoma…)
- Autres réseaux de santé : RESICARD, RENIF…
- Associations et fédérations activités physiques
- Pôle de ressources en ETP
- DAC
-

Discussions…

Merci pour votre attention

Tél. Paris-Diabète : 01 45 45 46 56

Mail : paris.diabete@wanadoo.fr

Directeur opérationnel : Sébastien CHARLES ➔ sebastien.charles@r2diabete.org
Médecin coordinateur programme ETP : Christine JULIO ➔ christine.julio@r2diabete.org
Infirmière Coordinatrice Parcours patient : Valérie SMADJA ➔ valerie.smadja@r2diabete.org
Coordinatrice programme ETP : Clémentine COMET ➔ clementine.comet@r2diabete.org
Coordinatrice projets de santé : Marine PAOLETTI ➔ marine.paoletti@r2diabete.org

Directeur administratif et financier : Wilfrid MALANDAIN ➔ wilfrid.malandain@r2diabete.org
Secrétaire graphiste : Valentin JAILLARD ➔ valentin.jaillard@r2diabete.org