

2011

Informer, sensibiliser, dépister

Le plan d'actions Prévention



Edito

La Mutualité Française Aquitaine est convaincue de la nécessité de prévenir, dépister précocement, sensibiliser et éduquer à la santé à tout âge.

Elle s'y emploie d'autant plus activement que le contexte actuel de fragilisation de notre système de santé incite un nombre de plus en plus important de familles à reporter, voire même, à renoncer aux soins dont elles auraient besoin, au risque de voir leur santé se dégrader.

Avec la mise en œuvre du dispositif Priorité Santé Mutualiste et de son plan d'actions prévention, la Mutualité Française Aquitaine entend donc poursuivre son engagement, développer le réflexe de prévention, favoriser et accompagner une prise de conscience des individus afin qu'ils modifient leurs comportements, réduisent les risques qu'ils encourent et apprennent à maîtriser davantage leur santé.

Cette année, pour optimiser l'efficacité de nos interventions, nous avons fait le choix de centrer nos efforts sur 5 thématiques de santé publique et de privilégier un certain nombre d'axes de travail. Je vous propose de les découvrir dans ce document pour, qu'ensemble, nous puissions envisager ensuite nos modes de collaboration possibles.

Du simple relais d'information, à la coordination de nos actions ou la co-construction d'événements, le mouvement mutualiste en Aquitaine offre, en effet, de multiples ressources et de réelles possibilités de synergie entre les différentes initiatives menées par l'ensemble des acteurs en matière de prévention.

A nous de continuer à faire vivre et développer ces synergies en 2011 pour démontrer, ensemble, l'efficacité de la prévention en matière de santé.

Alain Dumas

Président de la Mutualité Française Aquitaine



1. Les maladies cardiovasculaires

En France, les maladies cardiovasculaires sont la deuxième cause de mortalité après le cancer. Parce qu'il est possible d'agir sur les principaux facteurs de risque, la sédentarité, le surpoids, le cholestérol, l'hypertension artérielle, le tabagisme, la consommation d'alcool..., la Mutualité Française Aquitaine a fait de la lutte contre les maladies cardiovasculaires une des priorités de son programme de prévention. Son ambition est de promouvoir, par une approche transversale et des actions de sensibilisation aux facteurs de risque et de dépistage, une bonne hygiène de vie auprès du grand public, de la population active et des jeunes.

Nos 3 programmes d'actions

Cible : les 11-12 ans

► « Bouge, une priorité pour ta santé »

Objectifs : à l'âge auquel les habitudes s'installent, sensibiliser les élèves de 6ème, mais aussi des enseignants et les parents d'élèves, sur les effets bénéfiques d'une activité physique sur la santé, encourager les collégiens à se dépenser physiquement quotidiennement et favoriser l'appropriation d'une bonne hygiène de vie.

Nos moyens : en partenariat avec l'Union Nationale du Sport Scolaire, accompagnement de l'équipe éducative tout au long de l'année dans 10 collèges aquitains, tests, événements sportifs.

Cible : le grand public

► « Activité physique, alimentation et bien-être »

Objectifs : inciter le grand public à la pratique d'une activité physique et aider à adopter une bonne hygiène alimentaire.

Nos moyens : participation à des grands rendez-vous pour des actions de sensibilisation.

Les chiffres

2,8 millions de Français concernés
2^{ème} cause de mortalité en France
9000 décès par an en Aquitaine

Cible : les actifs de 30 à 55 ans

► « Ma santé, je la prends à coeur »

Objectifs : aller à la rencontre des actifs, plus particulièrement les hommes généralement en retrait par rapport aux actions de prévention, inciter à réduire les comportements potentiellement dangereux, favoriser la détection des risques et orienter les personnes qui veulent s'engager dans une démarche proactive.

Nos moyens : séances de sensibilisation et de dépistage organisés sur le lieu de travail.

" Dans le cas des maladies cardiovasculaires, il est admis qu'une bonne hygiène de vie est la meilleure des préventions "



2. Les cancers du sein et du côlon

Bien que les campagnes de dépistage organisé du cancer du sein et du cancer colorectal soient aujourd'hui mieux connues du grand public, on constate toujours des inégalités territoriales ainsi que socio-économiques et culturelles en termes de participation. Aussi, en 2011, la Mutualité Française Aquitaine souhaite approfondir sa collaboration avec les acteurs départementaux de dépistage pour faire progresser le recours aux dépistages sur les territoires où les taux de participation sont les plus faibles.

Notre programme d'actions

Cible : les 50-74 ans

► « Le dépistage : une arme pour combattre le cancer »

Objectifs : cibler les territoires d'intervention après recueil et analyse des données existantes, identifier et lever les freins face aux dépistages organisés, apporter les éclaircissements sur les modalités du dépistage et sur sa nécessité, favoriser les échanges entre les publics et les professionnels de santé.

Nos moyens : conférences, groupes d'information et d'échanges dans les structures sociales départementales, participation à des événements phares (Octobre rose...)



" Plus tôt le cancer est dépisté,
plus on augmente
les chances de guérison "

Les chiffres

Cancer du sein :

1 femme sur 8 est touchée par un cancer du sein au cours de sa vie
52000 nouveaux cas dépistés chaque année en France
Seules 52,5% des femmes participent au dépistage organisé

Cancer colorectal :

2^{ème} cause de mortalité par cancer
16000 décès par an en France



3. Les risques auditifs chez les jeunes

Nombreux à être équipés de mp3, à fréquenter les concerts et les discothèques et être exposés précocement à la musique amplifiée, les jeunes sont de plus en plus concernés par les troubles auditifs. Depuis plusieurs années, La Mutualité Française Aquitaine mène auprès d'eux un programme de prévention. Elle a ainsi pu constater leur méconnaissance quant aux séquelles possibles et leur irréversibilité. C'est la raison pour laquelle, elle souhaite intensifier son action de sensibilisation auprès de tous les jeunes et de leur entourage familial ainsi qu'auprès des lycéens en filière professionnelle et de leur équipe pédagogique également exposés aux nuisances sonores propres à leur secteur d'activité.

Nos 2 programmes d'actions

Cible : grand public

► « Décibels, attention danger ! »

Volet grand public

Objectifs : informer les jeunes mais aussi leur entourage familial sur les comportements à risque et leurs effets nocifs, alerter sur les séquelles possibles et sur leur irréversibilité, faire connaître les méthodes et outils de protection et inciter à leur utilisation.

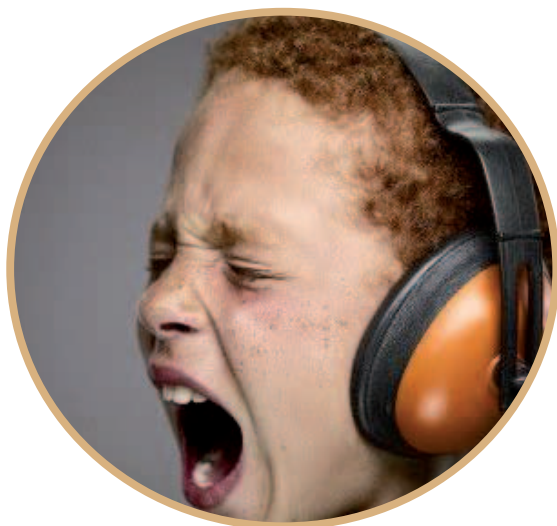
Nos moyens : conférence de sensibilisation et de mobilisation des relais d'opinion.

Cible : les jeunes en filière professionnelle

► « Décibels, attention danger ! » Volet filières professionnelles

Objectifs : informer les jeunes en établissement professionnel, leurs équipes pédagogiques et les infirmières sur les comportements à risque et leurs effets nocifs, alerter sur les séquelles possibles et sur leur irréversibilité, faire connaître les méthodes et outils de protection et inciter à leur utilisation.

Nos moyens : interventions dans les lycées, tests d'audition, distribution de bouchons d'oreille.



" Les jeunes sont très exposés aux volumes sonores et s'en protègent peu. Ils pensent que les troubles sont temporaires et que les problèmes ne surviennent qu'avec la vieillesse "

Les chiffres

10% des moins de 25 ans ont une perte auditive
57% des 18-25 ans ont déjà ressenti des troubles auditifs
7,5% déclarent avoir utilisé une protection auditive lors d'exposition à des volumes sonores élevés

4. L'alcoolisation des jeunes

La Mutualité agit depuis 1996 à la réduction des risques liés à l'excès de consommation d'alcool des jeunes durant la période des fêtes estivales dans les Landes. Elle est reconnue par le Conseil général, la Préfecture des Landes et les comités des fêtes comme l'un des acteurs essentiels de la tenue des « Point Repos » qui permettent de réduire les violences et accidents de la route liés à une consommation excessive d'alcool. En 2011, la Mutualité Française Aquitaine poursuivra l'organisation de ce dispositif dans le département des Landes et construira, parallèlement, un programme régional de prévention contre l'alcoolisation des jeunes.

Nos 2 programmes d'actions

Cible : les jeunes lors des fêtes landaises

► « **Besoin d'une pause, le Point Repos s'impose !** »

Objectifs : réduire les risques de violence et d'accidents de la route liés à la consommation d'alcool lors des fêtes landaises.

Nos moyens : accompagner les comités des fêtes et municipalités dans l'organisation des « Point Repos ».

" Les jeunes Aquitains ont une consommation d'alcool parmi les plus élevées de métropole "

Cible : les jeunes Aquitains

► « **Prévenir et réduire la consommation d'alcool chez les jeunes** »

Objectifs : Elaborer le plan d'actions régional de prévention de la Mutualité Française Aquitaine pour un déploiement en 2012.



Les Points Repos

En 2010, plus d'une vingtaine de Point Repos ont été organisés dans les Landes avec l'appui de la Mutualité.

Les Points Repos sont des espaces qui proposent un accueil physique, la possibilité de se reposer, de prendre une boisson chaude et de tester son alcoolémie.

5. La perte d'autonomie et la dépendance

Corollaire du vieillissement de la population, le nombre de personnes âgées dépendantes augmentera de 50% d'ici 2040 selon l'Insee. La prise en charge de la dépendance est donc un véritable enjeu de société qui, aujourd'hui, repose en grande partie sur les familles.

Après avoir accompagné, durant les deux dernières années, les organismes de services et de soins à domicile à former leurs professionnels, la Mutualité Française Aquitaine souhaite, en 2011, soutenir les aidants familiaux et les outiller pour mieux gérer le vieillissement et la perte d'autonomie de leurs proches.

Notre programme d'action

Cible : les aidants familiaux

► « Soutenir ceux qui accompagnent les personnes dépendantes »

Objectifs : soutenir les proches des personnes âgées en perte d'autonomie, développer leurs connaissances sur la dépendance, les problèmes de santé liés à l'âge, les aides et les démarches, les orienter vers les structures et services adéquats et développer leurs savoir-faire dans la prise en charge des personnes âgées.

Nos moyens : atelier de 4 séances (connaissance des démarches et des professionnels de ce secteur, prévention des chutes, médicaments et auto-médication, manipuler une personne âgée), édition d'un guide de conseils pratiques.



" Les aidants familiaux
sont souvent des femmes,
parfois encore actives,
qui voient leur équilibre de vie
bouleversé.
Sans soutien, elles s'épuisent
physiquement et
psychologiquement "

Les chiffres

On estime à 2 millions le nombre de Français de plus de 85 ans en 2015

La perte d'autonomie touche actuellement 1 million de personnes âgées en France

On compte actuellement 3,5 millions d'aidants familiaux sur le territoire

8 Aquitains sur 10 âgés de 75 ans et plus vivent encore à leur domicile

Au service de la prévention

Vos interlocuteurs Prévention et Priorité Santé Mutualiste

► Patricia Bettiol



Coordinatrice régionale
Prévention et Priorité Santé
Mutualiste
05 56 96 76 67

► Jacques Chaboy



Responsable prévention des
Landes
05 58 85 88 81

► Magali Chapelle



Responsable prévention de la
Dordogne
05 53 35 04 65

► Erwan Doffenies



Responsable prévention de
Lot et Garonne
05 53 98 80 87

► Anne Stoven



Responsable prévention de la
Gironde
05 56 99 62 52

► Caroline Barboteau



Responsable prévention des
Pyrénées Atlantiques
05 59 46 30 20

Priorité Santé Mutualiste

► **Pour accéder à une information de qualité**

Priorité Santé Mutualiste, ce sont des Rencontres Santé dont le programme détaillé est consultable sur le site :

www.prioritesantemutualiste.fr

C'est aussi un dispositif d'information qui a pour vocation de soutenir et accompagner les adhérents des mutuelles dans leurs démarches de santé.

Maladies cardiovasculaires, cancer, dépendance au tabac, à l'alcool ou au cannabis, maintien de l'autonomie des personnes âgées ou en situation de handicap, santé visuelle et médicaments..., au 3935, des conseillers proposent aux adhérents une information de qualité et un accompagnement personnalisé.

En matière de santé,
êtes-vous sûr d'être bien
informé ?

