

Appel à projets santé 2016

Favoriser une alimentation saine et équilibrée et une activité physique adaptée

I. Contexte :

1. Départemental

Le Département du Nord porte depuis longtemps une attention particulière à l'état de santé des Nordistes, en veillant à maintenir la qualité de son offre de service public en matière de prévention santé. De caractère volontariste, cette politique est menée dans la proximité et la concertation pour étayer ses compétences dans les domaines de la solidarité, la lutte contre les exclusions, la prévention et la protection de l'enfance, la protection maternelle et infantile et le maintien de l'autonomie pour les personnes âgées et les personnes en situation de handicap.

Une attention particulière est portée sur les personnes les plus vulnérables, notamment les personnes âgées, les personnes en situation de handicap, les jeunes en insertion, les enfants ou jeunes confiés aux services de l'Aide Sociale à l'Enfance, ainsi que les allocataires du RSA.

Le Département souhaite favoriser un accès équitable à l'offre de soins, en développant des actions de prévention et de dépistage, pour une amélioration durable de l'état de santé des Nordistes, avec une attention particulière portée aux publics les plus vulnérables.

L'approche de la santé par la notion de bien-être est privilégiée dans Plan Départemental Santé Bien-être 2013-2017 afin de favoriser la prise en compte de tous les facteurs qui conditionnent le maintien de la santé.

Trois priorités ont été fixées :

- Privilégier l'accès aux soins et à la prévention pour tous avec une attention particulière pour les publics vulnérables.
- Prévenir les conduites à risques avec d'une part l'éducation à la vie affective et sexuelle et les conduites à risques liées à la sexualité et d'autre part, les conduites à risques liés aux conduites de consommation à risques.
- Développer la prévention de l'obésité, du surpoids et de l'insuffisance pondérale et favoriser une alimentation saine et équilibrée et une activité physique adaptée.

2. Relatif à la priorité développée

La région se distingue du reste de la France par une prévalence de l'obésité particulièrement élevée chez les adultes (1 Nordiste sur 5) soit 21,3 % contre 15 % en moyenne en France en 2012 ⁽¹⁾ avec une majorité de situations de surpoids chez les hommes et les formes les plus graves d'obésité chez les femmes :

- 15,7 % de femmes obèses et 14,3 % d'hommes obèses ;
- 26,3 % de femmes en surpoids et 38,8 % d'hommes en surpoids.

Chez les jeunes, le taux de surcharge pondérale est assez élevé et varie en fonction des territoires.

La part des enfants de 4 ans présentant un poids excessif par rapport à leur taille (selon l'indice de masse corporelle) dans le département du Nord est plutôt stable depuis 2004, avec un taux d'environ 5 % pour les garçons et de 7 % pour les filles.²

Les territoires présentent des taux variables : de 3,3 % en Flandre Intérieure à 6,3 % dans le Valenciennois.

Cependant, l'insuffisance pondérale est également un déterminant de santé qui requiert une attention particulière. Ce phénomène est en augmentation dans la plupart des territoires.³

On observe aussi dans le Nord une augmentation des enfants inscrits à une activité physique entre 2000 et 2007 mais une stabilité du temps passé devant un écran.

En France, les jeunes passent en moyenne 117 minutes par jour à regarder la télévision et 51 minutes devant un ordinateur. En outre, 40 % des élèves de troisième ne pratiquent jamais de sport en dehors de l'école.

Dans la région, plus de 40 % des habitants présentent un niveau d'activité physique élevé (fréquence légèrement inférieure à celle du reste de la France).

Certains facteurs, comme le sexe, l'âge, le revenu par unité de consommation, le bénéfice ou non de la CMU ainsi que la connaissance des recommandations sur l'activité physique, influencent le fait d'avoir un niveau d'activité physique élevé.

La tendance la plus récente montre un ralentissement significatif de la progression de l'épidémie de surpoids et d'obésité en France, qu'il convient de soutenir pour en assurer la pérennité, en lien probable avec une prise de conscience collective de l'intérêt d'une alimentation saine et équilibrée, associée à une activité physique régulière.

¹ Enquête Obépi 2012

² Evolution des principaux indicateurs de santé maternelle et infantile dans le département du Nord Avril 2011

³ Programme Régional Alimentation Activité physique 2012/2016 ARS

II. Axes transversaux du plan santé bien-être départemental :

1. Intégrer la notion de bien-être et prendre en compte les divers déterminants de la santé pour améliorer la santé et la qualité de vie des Nordistes

Le bien-être est ici appréhendé dans une dimension de cohésion sociale en valorisant la capacité de la société à assurer le bien-être de tous ses membres.

- **Assurer la cohérence des messages de prévention :**

→ La communication sur cette thématique sera principalement axée sur le bien-être. Alors que la prévention des maladies sera abordée, il conviendra également de valoriser l'intégration, la gestion du stress, le renforcement de l'estime de soi, au travers des messages apportés.

- **Adapter les actions aux besoins, à l'entourage et aux ressources :**

→ Partir d'un constat, un état des lieux et un diagnostic affiné pour fixer des objectifs réalistes, réalisables et évaluables ciblés sur le public, ses besoins et ses attentes.

→ L'action devra viser des objectifs au plus près des préoccupations des usagers en tenant compte des représentations, du cadre de vie et de l'environnement, des conditions économiques, de l'état de santé et de l'âge de ceux-ci.

- **Favoriser la précocité des prises en charge pour une orientation rapide vers des professionnels compétents :**

→ L'inadéquation des apports nutritionnels et l'insuffisance d'activité physique jouent un rôle important en ce qui concerne le développement de maladies telles que les cancers et les maladies cardio-vasculaires, qui représentent plus de 55 % des 550 000 décès annuels en France.

Les actions contribueront donc à identifier les problématiques et vulnérabilités pouvant amener à un déséquilibre alimentaire et /ou à une insuffisance d'activité physique.

- **Promouvoir l'éducation préventive précoce :**

→ La prévention du surpoids, de l'obésité et de l'insuffisance pondérale s'aborde dès le plus jeune âge et par des approches très diverses.

→ Eviter les carences et le surpoids est un enjeu important chez les enfants : le surpoids dès le jeune âge est un facteur prédictif de surcharge pondérale à l'adolescence ainsi qu'à l'âge adulte. L'obésité infantile est responsable d'une surmortalité à l'âge adulte de 50 à 80%. Par ailleurs, la surcharge pondérale a un impact majeur sur l'état physique et psycho-social de l'enfant.

2. Renforcer la qualité du parcours de santé et de prévention par la coordination des acteurs

→ Le projet devra tenir compte des actions existantes et des ressources locales afin d'éviter des initiatives incohérentes ou concurrentes et les ruptures de prise en charge.

→ Il s'agit de mobiliser l'ensemble des forces agissant sur les déterminants et l'accès à la santé pour contribuer aux progrès de santé et de valoriser et soutenir des actions innovantes impliquant les personnes.

→ Les actions tendront à rapprocher la dimension du soin de celle de la prévention.

III. Objectifs :

Public :

Public en situation de précarité telle que la définit le rapport Belorgey, tous âges. :

«La précarité est l'absence d'une ou plusieurs sécurités, notamment la disposition d'un emploi ne procurant pas des ressources chroniquement suffisantes, permettant aux personnes et aux familles d'assumer leurs obligations professionnelles, familiales ou sociales, et de jouir de leurs droits fondamentaux».

Une attention particulière est portée sur les personnes les plus vulnérables, notamment les personnes âgées, les personnes en situation de handicap, les jeunes en insertion, les enfants ou jeunes confiés aux services de l'Aide Sociale à l'Enfance, ainsi que les allocataires du RSA.

Objectif général : Prévenir et accompagner les problématiques de surpoids, d'obésité et d'insuffisance pondérale.

1. Développer les savoir-être en abordant les aspects psychologiques, l'estime de soi, les motivations au changement.
2. Développer les savoir-faire en donnant accès à des connaissances (repères nutritionnels, promotion de la consommation d'eau...) et en permettant de réaliser des actions concrètes (courses, élaboration des repas, pratique d'activité physique...).

Les 2 objectifs doivent obligatoirement être pris en compte.

De plus, les efforts menés pour la promotion d'une alimentation saine et équilibrée ne peuvent se poursuivre indépendamment de la notion d'activité physique concomitante.