

Bougeons contre le diabète

Une élévation anormale de la glycémie constitue actuellement la troisième cause de mortalité prématurée. C'est l'Organisation Mondiale de la Santé qui le dit.

Prévention

Comme l'écrit Serge Halimi dans son éditorial, la France n'échappe pas à la règle, par rapport à la population générale, l'excès de mortalité toutes causes est élevé pour les hommes comme pour les femmes diabétiques (+34% et +51%).

Prévenir le diabète, de type 2 en particulier, et ses complications est sur toutes les lèvres. La question se pose d'autant plus que la prévalence du diabète augmente toujours et toujours. La Fédération internationale du diabète (International Diabetes Federation, IDF/FID) estime cette prévalence à environ 415 millions d'individus, et surtout annonce qu'un adulte sur deux souffrant de diabète est non diagnostiqué. En France, encore une fois, même si on assiste à un ralentissement de la progression (taux de croissance annuel moyen de 5,4% sur la période 2006-2009, et de 2,3 % sur la période 2009-2013), la prévalence du diabète traité pharmacologiquement a été actualisée à 5,0% en 2015, soit plus de 3,3 millions de personnes (données Institut de veille sanitaire - InVS). La Fédération Française des Diabétiques estime que ce chiffre est de 4 millions, si on prend en compte les régimes d'assurance spéciaux et les personnes qui se soignent avec des stratégies non médicamenteuses.

La Journée mondiale du Diabète est un moment privilégié pour sensibiliser davantage à la progression du diabète, à l'énorme charge qu'il représente et à ses conséquences. Un moment pour informer, prévenir, dépister, en parler tout simplement.

Connaissances et représentations

Une étude récente à évaluer, en France, les connaissances et représentations associées au diabète de type 2, en population générale, ainsi que le vécu émotionnel, celui des traitements, et des indicateurs glycémiques, chez les patients (Consoli et al Médecine des maladies Métaboliques - Juin 2016 - Vol. 10 - N°4). En population générale, le diabète de type 2 est une maladie connue. Soixante-six pourcent des répondeurs ont déclaré connaître dans leur entourage proche une personne diabétique, et 94 % pensent que le diabète peut atteindre tout le monde. Le diabète est perçu comme une maladie source

potentielle de complications, mais 97 % des personnes pensent que la prévention de celles-ci est possible grâce à un bon contrôle du diabète.

Résultat

Cette étude montre qu'il existe des lacunes importantes concernant l'information vis-à-vis de la prévention et des facteurs de risque du diabète. Ainsi, seuls 33 % des personnes interrogées en population générale s'estimaient très bien informés sur les moyens de prévenir le diabète et 22 % concernant les facteurs favorisant le diabète. Parmi ces derniers, la sédentarité est particulièrement méconnue et la composante génétique est peu souvent retrouvée dans les réponses. L'enquête montre de plus, que beaucoup d'idées reçues persistent concernant le diabète de type 2, et 51 % des personnes interrogées, en population générale, pensent que les patients diabétiques de type 2 sont responsables de leur maladie (dont 8 % tout à fait responsables)

Cette stigmatisation est largement ressentie par les personnes vivant avec un diabète comme le montre les données de l'étude DAWN2 (Médecine des maladies Métaboliques - Décembre 2013 - Vol. 7 – Suppl 1). Cette enquête réalisée dans de nombreux pays des 5 continents dont la France, met en évidence non seulement un impact négatif sur la santé physique, mais aussi un impact psycho social loin d'être négligeable: impact majeur sur la vie de loisirs, ainsi que sur le travail ou les études. S'intéressant aussi à l'entourage des patients, DAWN2, retrouve le rôle négatif du diabète d'un proche sur la santé physique et psycho-sociale des personnes vivant avec lui (elle). DAWN2 montre que les personnes atteintes de diabète souffrent, en plus, de discrimination, d'intolérance et de manque de soutien de leur communauté, 16 % des diabétiques de type2 déclarent avoir déjà fait l'objet de discrimination à cause de leur diabète et pratiquement un sur deux considère ne pas être soutenu par leur collègue ou la communauté en générale.

Conclusion

Le constat est donc assez clair: manqué d'information, préjugés, croyances et idées fausses. Il faut davantage de sensibilisation et d'information de la population générale, notamment sur les facteurs de risque, pour essayer de rééquilibrer la place de l'alimentation par rapport aux autres facteurs, tout particulièrement la sédentarité qui peuvent être à l'origine d'un diabète.

L'OMS a une grande ambition, à savoir réduire d'un tiers d'ici à 2030 la charge de mortalité prématurée liée aux maladies non transmissibles, dont le diabète en troisième position sur ce podium des coupables. Bien des secteurs de la société ont un rôle à jouer : pouvoirs publics, employeurs, éducateurs,

producteurs, société civile, secteur privé, médias, sans oublier les intéressés eux-mêmes.

Le contenu de cet article n'engage que le point de vue de ses auteurs.