

# Ouverture

---

Docteur Jean-Michel LECERF

Chef du service nutrition Fondation - Institut Pasteur de Lille

Nous remercions Madame Bernadette Laclais qui nous accueille dans cette salle magnifique.

Trois acteurs sont parties prenantes dans l'organisation de cette journée, puisque cette année nous a rejoints Coopération santé, association loi 1901 visant à améliorer la coopération entre tous les acteurs de système de santé, et présidée par Monsieur Alain Coulomb.

Le deuxième acteur est la fondation d'entreprise Pileje qui travaille à l'éducation pour la santé dans toute la France depuis plusieurs années. Elle a des activités d'éducation, de formation et de sensibilisation aux préoccupations de santé particulièrement dans le domaine de l'alimentation.

Le troisième acteur est l'Institut Pasteur de Lille. L'Institut Pasteur est une fondation de droit privé, reconnue d'utilité publique, qui a 120 ans. Nous sommes la vieille dame dans cette affaire (1894-2014) ! Notre mission, depuis la création de l'Institut, est triple. C'est à la fois une mission de recherche, initiée par Albert Calmette quand il est arrivé à Lille, une mission d'éducation à la santé et de santé publique, et une mission de formation.

Nos sensibilités se sont rejointes pour organiser ce troisième colloque. Après avoir passé en revue les années précédentes, les acteurs de la prévention et sa finalité, nous posons aujourd'hui la question des leviers du changement : pourquoi cela ne change-t-il pas ? Pourquoi est-ce difficile ? On se sent tous concernés. Nous-mêmes, que fait-on ? Change-t-on ? C'est un peu l'esprit de cette journée.

Je voudrais vous faire part d'un sondage qui vient d'être réalisé à la demande de la fondation d'entreprise Pileje par l'IFOP, auprès d'un échantillon de 1 000 personnes. Il avait pour but de poser les bases de notre réflexion sur les leviers du changement.

C'est un sondage très original qui a été mené. La question était : y-a-t-il des bonnes pratiques pour rester en bonne santé, pensez-vous y arriver ? Pensez-vous pouvoir mener ces changements ? On a distingué quatre catégories de population :

- Ceux qui disent : « De toute façon, je ne cherche pas à changer quoi que ce soit » ;
- ceux qui disent : « Je n'y parviens pas, mais j'aimerais bien changer quelque chose » ;
- ceux qui disent : « j'essaye de suivre, mais je n'y arrive pas toujours, c'est difficile » ;
- et puis ceux qui y arrivent.

Ceux-là ne m'intéressent pas, ils sont déjà arrivés au but et certains n'ont peut-être pas de mérite : les non-fumeurs n'ont pas de mérite à arrêter de fumer.

Ceux qui m'intéressent ce ne sont pas les irréductibles. Il y a toujours des Gaulois qui disent : « Pour moi, tout va bien, je ne veux pas changer. »

Ceux qui m'intéressent, ce sont ceux qui se situent entre les deux. Ceux qui disent : « Je n'y parviens pas, mais j'aimerais bien ». Ceux qui disent : « J'y arrive un peu, mais pas toujours. »

Prenons les sujets de la sédentarité et de l'alimentation. Un certain nombre de personnes essayent de bouger, 35 % voudraient faire mieux, mais n'y arrivent pas. 60 % essayent d'améliorer leur alimentation.

Pourquoi est-ce difficile ?

-Certains disent : « C'est parce que c'est difficile aujourd'hui, j'y arriverai peut-être demain. ». On remet au lendemain. Certains disent ne pas avoir le temps. Ils ont sans doute de bonnes raisons de ne pas avoir le temps. Certains disent que c'est triste, et qu'il n'y a plus de plaisir à vivre.

- Certains disent que ces pratiques sont trop éloignées de ce qu'ils ont toujours fait.

- Certains disent : « Tout va bien comme cela, je ne vois pas pourquoi je changerais quelque chose dans ma vie. »

- Certains disent que changer coûte trop cher.

- Certains disent ressentir trop de stress, et ne pas se sentir aidés.

A la question : quels sont les acteurs qui pourraient vous aider pour un meilleur suivi des changements à faire ?

- « un suivi plus régulier effectué par mon médecin m'aiderait » ; c'est la réponse qui vient en tête (81%) pour 64% des personnes enquêtées

- « une consultation médicale imposée chaque année par la sécurité sociale m'aiderait » ;

-« les pharmaciens m'aideraient » ont répondu 60 % des sondés

Enfin, à la question : quel est l'acteur reconnu comme le plus légitime pour assurer le suivi des bonnes pratiques en matière de santé ? A tout seigneur tout honneur, ce sont les parents qui sont le plus souvent désignés, par 52 % des personnes interrogées. Sont ensuite cités les médecins, puis l'assurance maladie et les pouvoirs publics, les médias, les mutuelles.

La question que nous allons donc nous poser est : pourquoi les Français modifient-ils réellement, insuffisamment, ou ne modifient-ils pas du tout leurs habitudes de vie. Il ne s'agit pas d'accuser le voisin, mais de réfléchir. C'est l'esprit de cette journée que de remettre le patient au cœur de la prise en charge de sa propre santé.