

La prévention des maladies cardiovasculaires en entreprise, un investissement sûr

par Danièle Krauss (1) et Cindy Boinel (2)

Mots clés : Icapros, projet transfrontalier, cardiovasculaire, entreprises

Le projet ICAPROS est un projet européen, financé par le programme INTERREG IV, dont l'action est d'agir pour la santé cardiovasculaire des populations en zone transfrontalière par la prévention et l'éducation.

Son territoire d'action est le département des Ardennes françaises et les arrondissements belges de Dinant, Philippeville, Neufchâteau et Virton.

Le public cible étant entre autre les adultes en activité, l'entreprise est donc un lieu privilégié pour développer des actions de prévention santé.

Ces actions sont proposées aux différentes entreprises de plus de 50 salariés, situées dans la zone du projet. Elles s'organisent sous forme d'interventions auprès de groupes de salariés volontaires d'une quinzaine de personnes.

Celles-ci s'articulent autour d'une exposition animée sur ce qu'est une maladie cardiovasculaire, les facteurs de risques associés et comment les prévenir ; une réflexion personnelle sur ses propres facteurs de risque par le biais d'un questionnaire « J'évalue mon risque cardiovasculaire » ainsi que la réalisation de mini tests par un professionnel de santé qui sont également proposés à chacun des participants.

Depuis 2009, dans le cadre du programme européen Interreg IV, la Communauté européenne, la Région Champagne-Ardenne, la Région Wallonne et la Fédération Wallonie Bruxelles se sont unies et parrainent ICAPROS⁽³⁾, un programme transfrontalier de prévention des maladies cardiovasculaires incluant des actions de prévention spécifiques au monde de l'entreprise.

Ce projet ICAPROS couvre donc l'espace transfrontalier des Ardennes françaises et des provinces de Namur et du Luxembourg en Belgique.

Première cause de mortalité dans les Ardennes franco-belge, les maladies cardiovasculaires touchent de manière plus ou moins importante chaque tranche d'âge. Elles ont un impact socio-économique non négligeable pour les entreprises.

Notre mode de vie actuel, plutôt sédentaire est stressant, génère des comportements de compensation (alimentation excessive et/ ou déséquilibrée, consommation de tabac, de psychotropes...) Ces comportements sont des facteurs de risques majeurs des maladies cardiovasculaires. Il est donc essentiel d'informer, d'éduquer et de guider les personnes vers des comportements adaptés à un bon état de santé et éviter l'apparition de ce type de pathologie.

Comme en moyenne chacun passe un tiers de sa vie au travail, l'entreprise est donc un lieu idéal pour développer des actions de prévention santé.

L'action ICAPROS vise à développer une méthodologie de sensibilisation des populations franco-belge en activité professionnelle ainsi que de leur famille.

(1) Responsable Adjointe
Centre d'Examens de Santé de la
CPAM des Ardennes
2 rue de la fonderie
F - 08000 Charleville-Mézières
Tél : 03.10.43.90.53
Fax : 03.24.42.30.44
daniele.krauss@cpam-charleville.
cnams.fr

(2) Chargée de Projets Icapros
Centre d'Examens de Santé de la
CPAM des Ardennes
cindy.boinel-ext@cpam-charleville.
cnams.fr

(3) ICAPROS : Instance de
Coordination des Actions pour la
PROMotion en Santé franco-belge

Education du Patient et Engageux de Santé, 2014

La première étape est de prendre contact avec les directions des entreprises situées dans la zone du projet, afin de leur présenter l'action, les sensibiliser sur l'importance de préserver la santé de leurs salariés et sur l'intérêt de devenir une « entreprise citoyenne ».

Les interventions étant proposées gratuitement, le coût financier pour l'entreprise reste modeste.

L'organisation des animations est étudiée avec les responsables des entreprises auxquels s'associent souvent des représentants du service de santé au travail (médecin, infirmière), le CHST, les animateurs en santé sécurité.

Ce programme à la carte permet de s'adapter au mieux au fonctionnement de l'entreprise et de répondre le plus adéquatement possible aux demandes des employeurs. Ainsi, ces sensibilisations peuvent prendre place dans le cadre d'une journée découverte entreprise, d'une journée sécurité, d'un temps d'information particulier pendant ou en dehors des heures de travail, etc.

La communication des salariés se fait par divers outils (affichages, flyers avec les bulletins de salaire, mail d'invitation...)

L'animation proprement dite s'articule autour de plusieurs temps :

- Une sensibilisation et une information collective autour d'une exposition animée auprès de groupe d'une quinzaine de salariés.
- Une évaluation individuelle autour de ses facteurs de risques (questionnaire j'évalue mon risque cardiovasculaire),
- Une rencontre avec un professionnel de santé pour la réalisation de dépistages (prises de tension artérielle, glycémie capillaire, CO testeur...).

L'objectif est donc d'amener le salarié à évaluer, d'une part, son état de santé et de l'inciter d'autre part, à prendre des dispositions à se soigner si nécessaire. La démarche vise à l'accompagner vers un changement de comportement.

Les animateurs utilisent des supports de base et adaptent les contenus en fonction des caractéristiques de leur public, des réactions ou de demandes particulières. Ainsi, certaines thématiques comme le tabagisme ou l'alimentation peuvent être développées si on sait qu'elles posent problème.

Après les premières expériences, plusieurs outils d'animation ont été adaptés, notamment pour des publics particuliers, comme des personnes ne sachant pas lire le français ou travaillant en entreprises de travail adapté ou en atelier protégé.

A ce jour, une quarantaine d'interventions en entreprises belges et françaises ont été effectuées. Grâce à celles-ci, près

Quelle légende mettre ici ???



de 1200 personnes ont pu bénéficier d'une sensibilisation aux risques cardiovasculaires. Environ la moitié a également bénéficié de tests de dépistage et d'une évaluation de ses facteurs de risques.

Ces dépistages ont mis en évidence un nombre important de personnes présentant un ou plusieurs facteurs de risque: tension artérielle trop élevée, problème de glycémie, embonpoint ou obésité, tabagisme... Toutes ces personnes ont été invitées à prendre contact avec leur médecin généraliste.

Ces constats sur le terrain confirment la nécessité d'informer et de sensibiliser les populations sur la prévention des maladies cardiovasculaires, leurs facteurs de risque ainsi que sur l'importance de garder une hygiène de vie correcte tout au long de sa vie afin de préserver sa santé future. ■

Plus d'informations sur
Le site www.preventionsante.eu