

DEVENIR UN ACTEUR **PROMOTEUR DE SANTE** SUR MON TERRITOIRE : REFLEXIONS SUR LA PROMOTION DE L'ACTIVITE PHYSIQUE A TORCY (SEINE ET MARNE)



université PARIS-SACLAY

Master 2 :
**Sciences de la santé, de
l'environnement et des
territoires soutenables**

Présenté par Guillaume Fortin

28 mars 2025

Directeurs de mémoire : Yorghos REMVIKOS et Anne-Laure LEGENDRE



**Aucun lien d'intérêt en rapport
avec cette présentation**

C'est quoi ce concept de **promotion de la santé** ?

□ C'est quoi la santé et la maladie ?

Histoire des concepts : 19^e siècle - Années 1970

- Modèle dominant **anatomo-clinique** et **physiopathologique**
- Défaillance interne à **l'individu**
- Pas de reconnaissance de déterminants sociaux ou environnementaux : la **santé est dépolitisée**
- Médecine **technique, spécialisée, hospitalo-centrée**
- **Savoirs profanes** disqualifiés

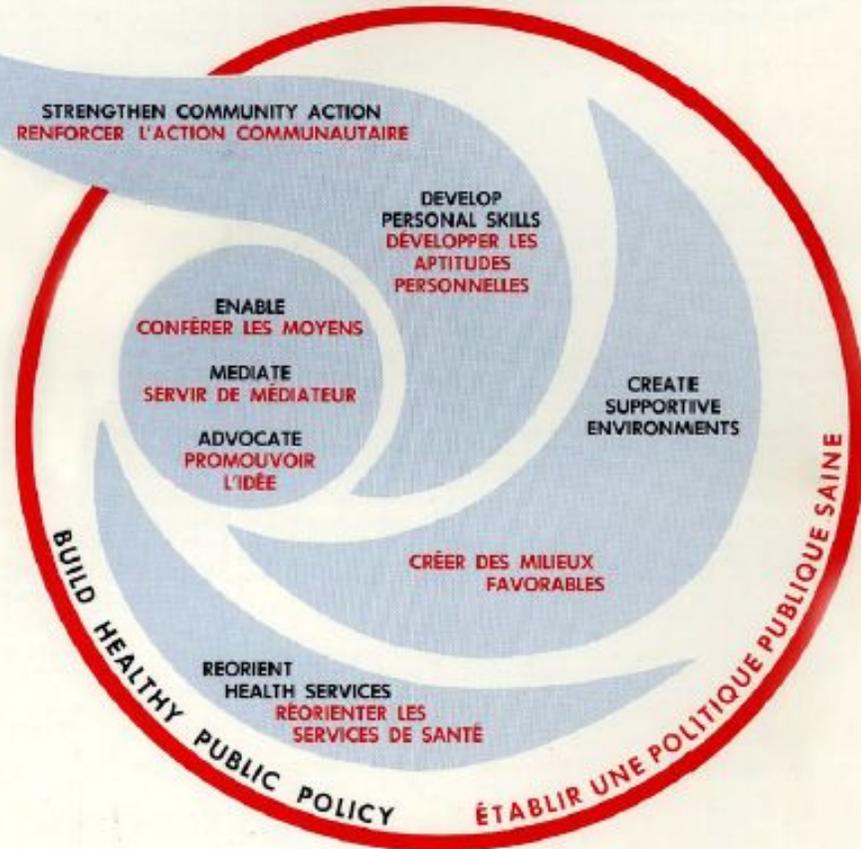
Depuis les années 1970 : pensée critique du modèle biomédical dominant

- 1974 Rapport Lalonde au Canada : **déterminants de la santé**
- 1978 Conférence d'Alma Alta : **Soins de santé primaires et communautés actrices de leur santé**
- 1986 : Charte d'Ottawa : naissance du concept de **promotion de la santé**



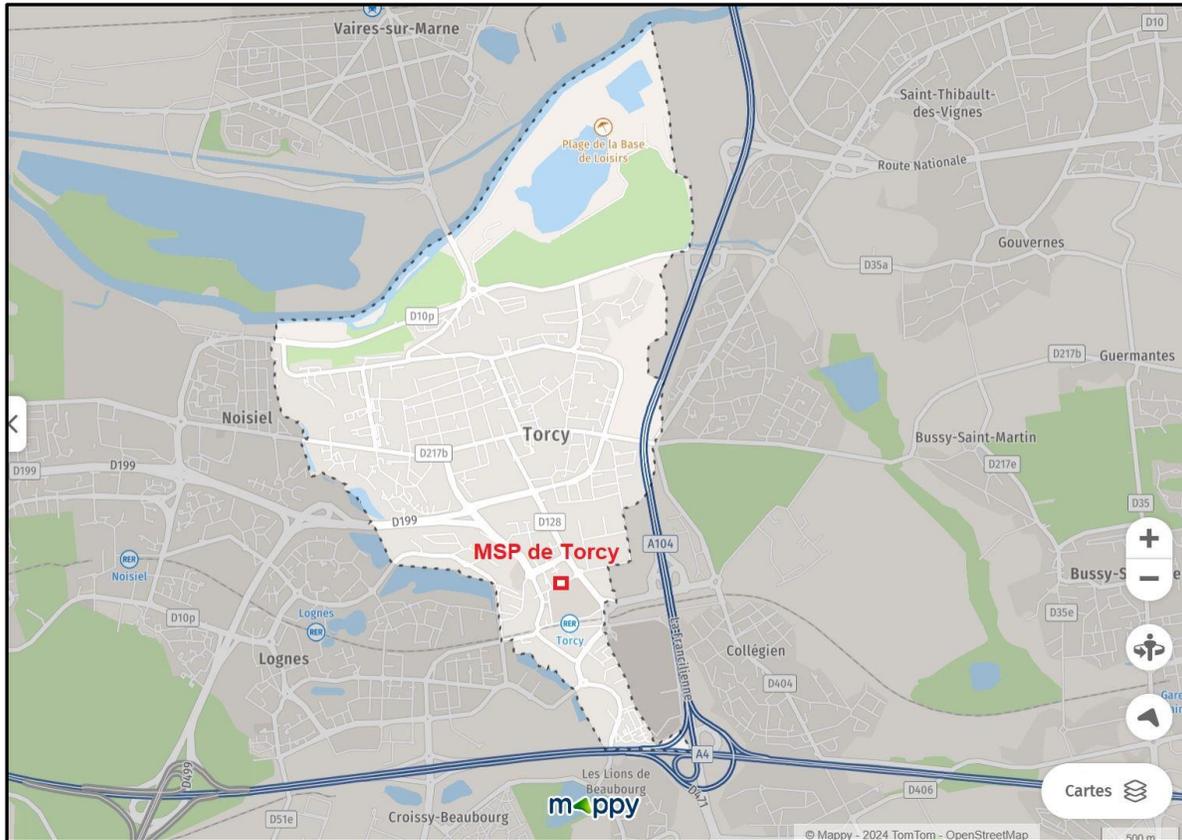
OTTAWA CHARTER FOR HEALTH PROMOTION

CHARTRE D'OTTAWA POUR LA PROMOTION DE LA SANTÉ



- **Etablir une politique publique saine**
 - Interpeler les décideurs
 - Sortir du modèle biomédical
 - Agir sur les déterminants de la santé
- **Créer des milieux favorables à la santé**
- **Renforcer l'action communautaire**
- **Développer des aptitudes personnelles**
 - Renforcement du pouvoir d'agir des personnes sur les déterminants de santé
- **Réorienter les services de santé**
 - Sortir des logiques curatives et de prévention des maladies
 - Les services de santé sont nécessaires mais non suffisants, il manque une vision globale de la santé des populations

Et moi alors ? Comment devenir un acteur promoteur de santé sur mon territoire ?



Projet de santé

- Santé de la femme et de l'enfant
 - ❖ Groupe de parole frottis
 - ❖ Ateliers allaitement, diversification alimentaire, réagir face à une bronchiolite
- Maladies chroniques
 - ❖ Journée dépistage diabète
 - ❖ Réseau d'éducation thérapeutique
 - ❖ **Groupe de marche**

MSP de Torcy (Seine et Marne)

L'activité physique promotrice de santé ?



- Tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui requiert une dépense d'énergie
- Multiples bénéfices biomédicaux
- Rapproche les communautés

Décalage entre intention du projet et les attentes des habitants ?



Confronter l'approche experte à une approche par l'expérience vécue des habitants



Objectifs et méthode

- **Principal** : recueillir l'expérience de la pratique de l'activité physique à Torcy
 - **Secondaire** : s'inspirer des résultats pour poser les bases d'une grille de conception et d'évaluation d'une intervention dans le cadre du projet de santé de la MSP
- Enquete qualitative composée d'entretiens avec des patients habitants**

- ❖ Discussion ouverte
- ❖ Entretiens longs et riches
- ❖ Rapidement en confiance
- ❖ Renforce la relation

	Age	Sexe	Pratique d'activité physique connue en amont des entretiens ?
P1	66 ans	Homme	Oui : course à pied
P2	64 ans	Femme	Non
P3	78 ans	Homme	Oui : tennis de table
P4	66 ans	Homme	Oui : groupe de marche
P5	29 ans	Femme	Non

Résultats : description du **cadre de vie**

- Un cadre de vie calme, agréable, avec un accès à la nature
- Urbanisation récente, augmentation des services et du cout de l'immobilier *« c'est devenu une ville de riches ici » (P5)*
- Un cadre favorable à la pratique de l'activité physique
« Je crois que Torcy offre ce cadre de vie assez exceptionnel quand on veut pratiquer » (P1)
- P4 décrit le fonctionnement du **groupe de marche** : initié par les soignants de la MSP puis autonomisé au fil du temps, 2 soirs par semaine, 10 à 15 participants

Résultats : les **obstacles** à surmonter

- **Rapport au corps** : prise de poids, douleurs, limitations, incapacités, maladie , vieillissement, comprendre son corps

« J'avais pris du poids, des kilos, et il a fallu me mettre aux médicaments contre le diabète » (P1)

- **Rapports sociaux** : domination, injonctions normatives, conflits, isolement, divorce

« j'ai peur de que les gens me regardent comme un bout de viande » (P5)

- **Rapport au temps** : temps familial, temps de travail, devoirs, accélération du rapport au temps, pression sociale à avoir des accomplissements de plus en plus jeune

Résultats : les **but**s poursuivis

Pouvoir d'agir et émancipation : oublier ses douleurs, s'évader de ses soucis, prendre moins de médicaments, considérer la santé comme un moyen pour mener de nouveaux projets, comprendre son corps et être en mesure d'agir sur sa santé

*« En quittant l'hôpital c'est là encore une fois que **j'ai décidé d'aller encore un peu plus loin dans ma propre prise en charge, de considérer que l'exercice physique constitue quand même le premier remède** » (P1)*

Résultats : les **but**s poursuivis

Plaisir de vivre: jouer, danser, se relaxer, prendre du plaisir à être dans la nature

Entretenir des **liens sociaux** : plaisir de partager du temps entre amis ou en famille, être en communauté, partager un repas, partager du savoir, sa culture, ses valeurs, être solidaire

*« arrivés là-bas par exemple, bah on fait un petit un petit pique-nique, voilà quoi, on mange, on y va avec un thermos, on boit un petit café [...] **ça permet un petit effort et puis après un réconfort** » (P4)*

*« GF : il y a d'autres choses qui vous plaisent ? P3 : **C'est chercher un bon copain. De bons, des vrais bons copains** »*

Résultats : les **but**s poursuivis

Reconnaissance : se distinguer, être fier de ses accomplissements, être fier de connaître sa région, se sentir chez soi, inspirer les autres, progresser, recherche de justice dans la pratique, d'inclusivité

« à mon actif, j'ai 36 marathons [...] **Vous venez chez moi, il y en a tout un pan de mur. Il y a des diplômes, des photos.** » (P4)

« **Moi la région je la connais très bien moi** » (P4)

Discussion et perspectives

- Principales forces :
 - ❖ Un cadre d'analyse différent de ce qui peut exister dans la littérature : **pouvoir d'agir, émancipation, plaisir de vivre, reconnaissance**
 - ❖ Items pour la **grille de conception et d'évaluation** d'une intervention
- Principale limite :
 - ❖ Travail à poursuivre, pas de saturation
- Explorer le **vécu des groupes de marcheurs** formels ou informels dans les structures de soins coordonnées

Et vous dans vos structures ?

- Etes vous dans une approche de promotion de la santé ?
- Groupe de marche ?
- **Émancipation, pouvoir d'agir, génération de lien social, de plaisir, de reconnaissance**
- Merci pour votre attention!

Bibliographie

- Legendre, Anne-Laure. 2020. « Explorer ce qui fait bien-être dans son cadre de vie : une recherche ancrée dans le vécu des habitants de quartiers défavorisés en France. » These de doctorat, université Paris-Saclay.
- OMS. 2023. *Rapport mondial de situation sur l'activité physique 2022*. Organisation mondiale de la Santé.
- OMS. 1986. « Promotion de la santé : Charte d'Ottawa ».
- « Déclaration d'Alma-Ata ». Consulté 28 mars 2025 (<https://www.who.int/fr/publications/i/item/WHO-EURO-1978-3938-43697-61471>).
- Lalonde M. Nouvelle perspective de la santé des Canadiens, un document de travail. Ottawa, ministère de la Santé et du Bien-être social, 1974, p. 29