

Genève: prise en charge pluridisciplinaire des enfants en surpoids

À Genève, les hôpitaux ont mis en place un programme de prévention et de prise en charge de l'obésité destiné tout particulièrement aux enfants. Défini par des professionnels, ce programme est intensif pendant six mois puis inclut un suivi minimal de douze mois, protocole qui a permis d'obtenir un remboursement des prestations par l'Assurance Maladie. Au programme : séances éducatives animées par des professionnels pluridisciplinaires, activités physiques adaptées, évaluation globale de la santé. L'action est en voie d'extension dans trois cantons : Genève, Vaud et Valais.

Depuis 2000, les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) mettent en place des programmes de soins offrant une prise en charge pluridisciplinaire. «Contrepoids» est l'un de ces programmes, centré sur la prévention et le traitement de l'obésité. Il poursuit un triple objectif :

- améliorer la prise en charge des patients souffrant d'un excès de poids ou d'obésité, en particulier les enfants, les adolescents et les femmes enceintes ;
- promouvoir l'activité physique et une alimentation équilibrée auprès de l'ensemble du personnel des HUG et dans la population genevoise, en collaboration avec le département de l'économie et de la santé ;
- développer des recommandations et des actions en vue d'améliorer la qualité des soins, de la formation et de la recherche dans ce domaine, en particulier améliorer la formation des soignants et encourager les recherches cliniques.

L'obésité constitue une épidémie en Suisse puisque 5 à 8 % de la population, dont soixante mille enfants, sont touchés. La Suisse est le pays européen où l'on se lave le plus, une nation très vigilante sur l'hygiène de vie. Or, adopter une alimentation équilibrée et pratiquer une activité physique devraient également faire partie intégrante de l'hygiène de vie des enfants et pourtant ce n'est pas toujours le cas. Pendant des années, cette question n'a pas fait l'objet d'une priorité d'intervention au niveau national.



© SHOCK / FOTOLIA

Le programme Contrepoids est piloté par les HUG qui bénéficient du label «Hôpitaux promoteurs de santé» obtenu en 2002¹ et sont reconnus à ce titre comme lieu approprié pour faire de la promotion de la santé. Il est un fait que dans un hôpital on soigne, mais on fait plus rarement de la promotion de la santé. Pourtant, nous, professionnels de santé en milieu hospitalier, pouvons travailler sur les habitudes de vie et les comportements auprès des patients y compris des enfants, de leurs parents et des visiteurs. Le programme Contrepoids interagit avec de multiples parte-

naires : communes, écoles et services parascolaires, associations, institutions de l'État, universités et hautes écoles de santé, aux niveaux local, national mais aussi international (*OMS et European Childhood Obesity Task Force*).

Promouvoir la santé des dix mille collaborateurs

Premier niveau d'intervention du programme : les établissements des HUG eux-mêmes, qui représentent la plus importante entreprise du canton et emploient plus de dix mille personnes dont la moitié de soignants. Ainsi, à titre

d'exemple, pour inciter à l'activité physique, nous intervenons pour rendre les escaliers davantage visibles dans l'établissement et nous avons proposé aux collaborateurs d'utiliser exclusivement les escaliers pendant trois mois, dans le cadre d'une étude. À l'issue de cette expérimentation, ces personnes ont réduit leur indice de masse corporelle, leur pression artérielle et amélioré leur performance cardio-respiratoire. Autre exemple d'action, sur l'alimentation: nous proposons des menus équilibrés pour le personnel et avons augmenté l'offre de légumes et de fruits servis à la cafétéria de l'hôpital.

Prise en charge pluridisciplinaire des enfants en surpoids

Second niveau d'intervention: la population du canton de Genève (450 000 habitants). Le Département de l'enfant et de l'adolescent des Hôpitaux universitaires de Genève a mis en place de nouveaux programmes thérapeutiques Contrepoids pour les enfants et les adolescents en surpoids. Dans un premier temps, ces programmes visent à stabiliser le poids pendant la croissance et à améliorer les habitudes de vie afin de prévenir des complications. Ils comprennent une phase intensive de six mois, puis un suivi jusqu'à douze mois; des séances animées par des pédiatres, diététiciennes, maîtres d'éducation physique, psychologues, pédo-psychiatres et infirmières spécialisées; des activités physiques adaptées et une évaluation globale de la santé. Pour les enfants de 8 à 11 ans, le programme concerne les enfants et leurs parents. Pour les 12-18 ans, le programme s'adresse principalement aux adolescents et les parents participent à certaines séances. Ils incluent deux cours de sport adapté par semaine et des séances éducatives, soit en groupe, soit en individuel. Nous avons aussi développé des manuels éducatifs pour les enfants, les adolescents, les parents et les professionnels de la santé, qui seront prochainement traduits en allemand et en italien. Ces programmes sont maintenant proposés dans différents lieux du canton de Genève ainsi que dans les cantons de Vaud et du Valais.

Indispensable prise en charge financière des thérapies

À souligner que pour ce travail de prévention et de prise en charge des

enfants et adolescents atteints d'obésité, nous avons obtenu, depuis novembre 2007, le remboursement par les caisses d'assurance maladie, en espérant agir le plus tôt possible pour les maintenir en bonne santé à l'âge adulte. Ces thérapies incluent également l'activité physique adaptée, qui est reconnue comme un facteur déterminant à court et long termes. Ceci a été possible grâce au groupe de travail «Obésité de l'enfant» de la Société suisse de pédiatrie (SSP), qui a élaboré un projet de thérapie de l'obésité de l'enfant, soumis au conseil fédéral et approuvé en novembre 2007. La définition, le diagnostic, les indications et les modes de thérapie ont été définis.

Afin de bénéficier d'un remboursement par les caisses, les programmes thérapeutiques doivent être supervisés par un médecin et englober les domaines de la pédiatrie, de la nutrition, de l'activité physique et de la psychologie. Ils doivent inclure des modules éducatifs et des programmes d'activité physique en groupe pour les enfants et/ou les parents pendant une durée minimale de six mois, avec un suivi pendant vingt-quatre mois. Tous les programmes de thérapie doivent être certifiés par la SSP (www.swiss-paediatrics.org), en collaboration avec l'Association suisse de l'obésité de l'enfant et de l'adolescent AKJ (www.akj.ch), et être évalués régulièrement selon un protocole national. Nos programmes font aussi l'objet de recherches cliniques soutenues par le Fonds national suisse.

Interventions pendant la grossesse

Le programme Contrepoids ne concerne pas uniquement les enfants et les adolescents. Ainsi, par exemple, en matière d'éducation et d'accompagnement, nous développons des interventions précoces en direction des futures mères, en particulier chez celles qui souffrent d'obésité et de diabète gestationnel ou de type 2, leur enfant ayant en effet 50 % de risque de devenir obèse plus tard. Ce type d'intervention très précoce est scientifiquement justifié car nous savons que les premiers signes d'artériosclérose apparaissent dès l'âge de 4 ans chez les enfants en surpoids et que 50 % des enfants atteints d'obésité âgés de 6 à 10 ans souffrent déjà d'hypertension.

Améliorer la formation des professionnels de la santé

Le programme de soins Contrepoids est également mandaté par le Département de l'économie et de la santé du canton de Genève et la Fondation Promotion Santé Suisse pour développer un nouveau concept de formation touchant toutes les filières de santé (médecine, soins infirmiers, diététique, psychologie et école de sages-femmes). L'objectif est de modifier ou de développer des modules de formation pré- et post-graduée afin que les étudiants et le personnel soignant connaissent les recommandations et les bonnes pratiques en matière d'allaitement maternel, d'alimentation et d'activité physique chez les enfants. Les professionnels de la santé sont ainsi des multiplicateurs. Ils informent, conseillent et accompagnent les futurs parents et les familles afin de prévenir le développement précoce de l'obésité.

Pour ce qui est de l'adaptation de l'environnement, hors hôpital cette fois, la Suisse travaille sur un projet de label «Fourchette verte», d'abord développé à Genève et qui s'étend aujourd'hui sur l'ensemble du territoire suisse. Il vise à améliorer l'équilibre nutritionnel des repas servis dans les cantines scolaires ou dans les restaurants, en incluant deux cents grammes de légumes (par repas), cent vingt grammes de viande ou de poisson et des féculents, avec une quantité limitée de graisse. Par ailleurs, l'association Fourchette verte est en train de labelliser des fast-foods proches des écoles.

Nathalie Farpour-Lambert

Médecin pédiatre, Présidente du programme de soins Contrepoids, Direction médicale et Département de l'enfant et de l'adolescent, Hôpitaux universitaires de Genève, Suisse.

1. Selon l'OMS, l'hôpital et les services de santé sont un lieu approprié pour la promotion de la santé. En Suisse, 74 % de la population souhaitent être conseillés en matière de santé lors d'un séjour à l'hôpital. En 1992, l'OMS a développé ce concept d'hôpitaux promoteurs de santé Health Promoting Hospitals - HPH. Le réseau suisse a été créé en 1999. www.healthhospitals.ch

Pour en savoir plus
<http://contrepoids.hug-ge.ch>