

COMMUNIQUE DE PRESSE

Journée mondiale du diabète



L'Agence Sanitaire et Sociale et ses partenaires s'associent à la Journée Mondiale du Diabète 2021 organisée par la Fédération Internationale du Diabète et soutenue par l'Organisation Mondiale de la Santé.

Le diabète : un problème de santé publique majeur

Le diabète représente un grave problème de santé publique en Nouvelle-Calédonie : chronicité de la maladie, gravité des complications qu'elle implique, et fardeau humain et économique qu'elle représente pour l'ensemble de la société.

Le diabète est au 1er rang des affections Longue Maladie (ALM) avec 15 114 patients suivis fin 2020, dont 14 158 CAFAT et 956 ALM, répartis-en : 14 434 non insulino-dépendants et 680 insulino-dépendants (Chiffres CAFAT).

57% ont plus de 60 ans. 1 personne malade sur 3 ignorerait son état.

Avec une population totale de 268 767 habitants (dernier recensement ISEE), l'incidence du diabète LM est de 5.6%.

Les causes : 95% des cas de diabète en NC sont de type 2. Une prédisposition familiale (hérédité) et surtout des kilos en trop (en lien avec la malbouffe principalement, mais aussi la sédentarité et le stress), en sont la cause.

Les complications :

- Un diabète entraîne un raccourcissement de l'espérance de vie de 6 ans, s'il n'est pas bien pris en charge.
 - Les maladies cardiovasculaires issues de complications du diabète représentent environ 40 % de l'ensemble des décès.
 - La rétinopathie diabétique est la principale cause de cécité, et la néphropathie diabétique la principale cause de dialyse chez les adultes.
- Ces complications sont évitables avec une bonne prise en charge de la maladie.

L'éducation thérapeutique : apprendre la maladie est le meilleur moyen de vivre normalement avec le diabète jour après jour. Des stages sont organisés.

Le pré-diabète : avant le stade de maladie, il y a une période où la glycémie est déjà trop haute. C'est un moment précieux à repérer, car une petite perte de poids permet de ne pas devenir diabétique.

Le diabète gestationnel : il s'apparente à un pré-diabète pour la future mère qui a tous les risques de devenir diabétique à 40 ans. Cet excès de sucre dans le sang pendant la grossesse (et qui disparaît à l'accouchement) est la première complication de la grossesse en NC. S'il n'est pas pris en charge, il entraîne plusieurs risques immédiats : tension artérielle de la mère augmentée ; prématurité ; césarienne ; hypoglycémies de bébé à la naissance. Le bébé à naître aura lui tous les risques de devenir obèse et diabétique à l'âge adulte.

Le dépistage : dans la grande majorité des cas, lorsque le diabète de type 2 est diagnostiqué, l'individu en est le « porteur silencieux » depuis une dizaine d'années. Plus le diabète est diagnostiqué tôt et moins il entraînera de complications s'il est pris en charge. Il est conseillé de faire réaliser un test de dépistage annuel dès 35 ans aux personnes souffrant de surcharge pondérale ou ayant une histoire familiale de diabète.

La prévention : le diabète de type 2 est une maladie évitable. En effet en l'absence de surcharge pondérale, la maladie ne peut pas se développer, même en présence d'une fragilité familiale. Elle est individuelle mais surtout collective, et consiste à lutter contre la malbouffe, la sédentarité et le stress dans la population, notamment chez les personnes ayant un risque familial.

Les perspectives : la surcharge pondérale, notamment infantile, fait le lit de la maladie (68% des adultes et 42% des enfants de 12 ans scolarisés en NC étaient en surcharge pondérale en 2015 et 2012 - étude ASSNC).

Le coût financier : les dépenses de santé sont estimées à 10 milliards CFP par an (7,7 milliards CFP pour la CAFAT et 2,3 milliards CFP pour le CHT en 2017).

Les objectifs aujourd'hui :

- 1) Limiter la « prise de poids » des personnes à risque, en travaillant à une alimentation plus équilibrée, à une activité physique adaptée quotidienne et au bien-être.
- 2) Dépister les diabétiques qui s'ignorent, pour une prise en charge aussi précoce que possible.
- 3) Informer les diabétiques et leur famille sur l'offre de soins et d'éducation thérapeutique existant en NC.

Diabète et COVID

Le diabète et l'obésité sont les maladies qui entraînent le plus de formes graves de l'infection COVID. Ceci explique la surmortalité calédonienne COVID comparée à la métropole.

Aussi, il est recommandé aux diabétiques d'avoir un schéma vaccinal complet.

Ce temps lié à la crise sanitaire devrait nous encourager à une réflexion sur notre actuel état de santé général et comment améliorer nos modes de vie pour un futur plus serein.

Les actions du programme diabète à l'ASSNC

L'ASSNC, coordonne et met en œuvre le Programme Diabète avec l'ensemble de ses partenaires. Il se concentre sur la prévention secondaire (identifier, dépister et prendre en charge les pré-diabétiques) et tertiaire (faire reculer les complications).

Les 4 principaux objectifs du Programme Diabète :



L'éducation thérapeutique

Depuis 1999, le Centre d'éducation thérapeutique de l'ASSNC a pour mission d'apprendre aux patients, adressés préalablement par leur médecin traitant, à mieux prendre en charge leur santé au quotidien afin d'éviter les complications éventuelles de la maladie. Des ateliers en groupe ainsi que des entretiens individuels gratuits sont proposés. Les stages se déroulent sur une période d'environ 9 mois. Après un diagnostic, un programme à la carte est réalisé.

Les patients sont pris en charge au Centre par une équipe multidisciplinaire qui comprend : un médecin, une infirmière, une diététicienne, une psychologue, un professeur d'activité physique adapté et un podologue.

Au cours des 20 dernières années, 5 000 diabétiques ont été accueillis, avec une capacité moyenne de 500 stages par an.

482 stages ont été effectués par des patients au Centre d'éducation thérapeutique en 2020, permettant une baisse de 1 point de leur hémoglobine glyquée.

Cette année, en raison des restrictions sanitaires, les actions de proximité sont annulées. En revanche, les activités du centre d'éducation thérapeutique de l'ASSNC se poursuivent normalement. Ainsi, le centre d'éducation thérapeutique ouvre ses portes à la presse la semaine du 15 au 19 nov. Plusieurs ateliers y sont proposés :

- **Mardi 16/11:**
 - o De 9H30 à 10H30 groupe de parole autour du diabète (psychologue)
 - o De 10H30 à 11H30 le diabète dans tous ses états (infirmière)
- **Mercredi 17/11:**
 - o De 8H00 à 11H00 tout ce que vous pouvez manger (diététicienne)
- **Jeudi 18/11 :**
 - o De 8H00 à 9H00 la place des médicaments (médecin)
 - o De 9H00 à 10H00 l'insuline à 100 ans (infirmière)
 - o De 10H00 à 11H00 outils de surveillance et examens de suivi (médecin)
- **Vendredi 19/11**
 - o De 8H00 à 10H30 bouger ! (prof d'activité physique adaptée)
 - o De 10H30 à 11H30 prendre soin de ses pieds (infirmière)

Les actions de prévention

Dans le cadre de ce Programme, les 3 diététiciennes itinérantes proposent des consultations mensuelles pour les enfants et adultes obèses en soutien des équipes médicales des provinces Nord, Iles et Sud. Des interventions de groupe en tribu, auprès de groupe de femmes ou en milieu scolaire ont lieu tout au long de l'année.

Le surpoids et l'obésité sont des facteurs aggravants du diabète. C'est pourquoi depuis 2007, le Programme de Prévention des Pathologies de Surcharge de l'ASSNC (Mange mieux bouge plus) prend en charge la prévention primaire du diabète et des autres pathologies liées à la surcharge pondérale. Objectif : sensibiliser le public à adopter des habitudes alimentaires saines et équilibrées tout en pratiquant une activité physique régulière et adaptée.

Le baromètre santé « jeunes » 2019, réalisé par l'ASSNC, montre que :

- 3 jeunes sur 10 boivent des boissons sucrées tous les jours
- 3 jeunes sur 10 grignotent entre les repas tous les jours
- 7 jeunes sur 10 passent plus de 2H par jour devant les écrans
- 8 jeunes sur 10 ne font pas 1H d'activité physique par jour comme recommandé

Petit plus : Qu'est-ce que le diabète ?

C'est, dans la forme la plus répandue (type 2), une maladie métabolique chronique, non guérissable mais évitable, causée par une absence ou un défaut d'utilisation de l'insuline, et entraînant un excès de sucre dans le sang. Si l'insuline est insuffisante ou si elle ne remplit pas son rôle adéquatement, comme c'est le cas dans le diabète, le glucose (sucre) ne peut pas servir de carburant aux cellules. Il s'accumule alors dans le sang. À la longue, l'hyperglycémie (présence excessive de glucose dans le sang) abîme les artères et entraîne de nombreuses complications, notamment au niveau des yeux, des reins, des pieds, du cerveau et du cœur.

Pour en savoir plus :
www.santepourtous.nc

CONTACT PRESSE

Anne-Laure MEUNIER
Tél : 75 34 71
Email : communication@ass.nc

