

Comprendre les informations sur la santé... pas si simple

Etre capable de trouver et comprendre les informations relatives à sa santé et à la façon dont on peut la préserver ou la maintenir est essentiel. Ceci est pourtant difficile pour un nombre important de personnes. Parmi elles figurent notamment les personnes en situation d'illettrisme. Que faire ?

C'est l'histoire d'un patient parmi d'autres. Lorsque vous lui tendez un formulaire il vous dit : "Mon écriture n'est pas très jolie, pouvez-vous le remplir pour moi ?". La dernière fois, il avait oublié ses lunettes et il n'arrivait pas à lire les caractères trop petits. La fois d'avant, il avait pris le formulaire à la maison pour le remplir tranquillement et vous l'avait ramené à la consultation suivante. Régulièrement, il a une douleur au bras ou à l'épaule qui l'empêche d'écrire et il vous demande de le faire pour lui. Et il ajoute qu'il déteste écrire, qu'il a horreur de la paperasse.

Ce monsieur, qui parle bien le français fait peut-être partie des 800'000 personnes qui vivent en Suisse et qui ont des difficultés avec la langue écrite. La moitié d'entre elles est née en Suisse et y a suivi toute sa scolarité. On parle d'illettrisme.

L'illettrisme n'a pas seulement pour conséquence des difficultés à remplir un formulaire, il a un impact important sur les compétences en santé et donc sur l'état de santé des personnes concernées.

Les compétences en santé désignent la capacité de chacun à prendre des décisions, dans le cadre de la vie quotidienne, qui ont un impact positif sur la santé – à la maison, au travail, dans le système de santé et dans la société en général.

Un personne qui a de bonnes compétences en santé sait trouver, comprendre et analyser les informations sur la santé pour pouvoir réagir ensuite en conséquence.

La Suisse n'a pas de chiffres actuels sur l'état des compétences en santé de sa population. Une première recherche sera réalisée en 2015, sur la base du même questionnaire utilisé dans huit pays européens en 2008 et en Allemagne en 2014. Cette dernière enquête a livré des résultats intéressants et plutôt inquiétants : en moyenne 45% des personnes interrogées (dès 15 ans) ont des compétences en santé jugées insuffisantes.

Par exemple pour 44% des personnes interrogées, comprendre des indications sur les emballages des aliments est une tâche difficile, voire même très difficile pour 14.7% des gens. Il s'agit pourtant d'un acte de santé parmi les plus importants de notre quotidien. Pour un quart des personnes il est difficile de prendre une décision sur la base des informations fournies par leur médecin. Et pour 40% des personnes qui ont pris part à cette étude, il est difficile à très difficile de savoir dans quelle mesure les informations dans les médias en matière de santé sont fiables.

Cette étude a également montré qu'il existe un lien étroit entre les compétences en santé et l'état de santé : les personnes dont les compétences en santé sont plus élevées ont une perception plus positive de leur état de santé physique et psychique. Autrement dit, amener les adultes à mieux comprendre les informations sur la santé a un impact positif sur leur santé et celles des personnes dont ils ont la responsabilité.

Les difficultés en matière de compétences en santé ont aussi des conséquences sur les coûts de la santé. Une étude de l'OMS estime entre 3 et 5% des coûts de la santé qui sont imputables à des faibles compétences en santé. Si on rapporte ce chiffre à la Suisse, cela représente un montant non négligeable de 2 à 3 milliards de francs par année.

Ces chiffres montrent qu'il est important d'agir et c'est la raison pour laquelle *Alliance Compétences en santé (insérer site internet)* en collaboration avec la *Fédération suisse Lire et Ecrire (insérer site internet)* propose cette année une campagne de sensibilisation en associant étroitement les assistantes médicales. Nous avons besoin du soutien de chacun/e d'entre vous !

Cette campagne a deux objectifs. D'une part, sensibiliser les assistantes médicales sur la question des compétences en santé et leur lien avec l'illettrisme et fournir des pistes pour l'action au quotidien afin de mieux prendre en considération les difficultés dans les compétences de base :

- créer une atmosphère accueillante

- prendre le temps de bien comprendre ce que le patient veut exprimer et l'encourager à poser des questions
- utiliser un vocabulaire simple et répéter les messages essentiels
- demander si le patient a compris et ne pas hésiter à lui demander de reformuler
- Illustrer les explications avec des dessins, des schémas, des maquettes, des panneaux illustratifs.

D'autre part, il est aussi nécessaire de sensibiliser les personnes qui sont en situation d'illettrisme et leur entourage sur le fait que les difficultés avec la langue écrite ne sont pas une fatalité. Des associations comme Lire et Ecrire organisent des cours pour permettre à tous les adultes d'améliorer leurs compétences et qui leur permettront entre autre de mieux comprendre les informations sur leur santé. Un dépliant a été réalisé (voir photo) qui présente les cours pour améliorer ses compétences en lecture, compréhension et écriture. Vous pouvez en commander des exemplaires et les mettre à disposition dans votre salle d'attente. Vous contribuez ainsi à votre façon à améliorer les compétences en santé et la santé des patients. Des séances de formations continues seront également organisées durant l'année 2015 pour celles qui souhaitent approfondir leurs connaissances sur le sujet.

Encadré

Pour commander des dépliants pour votre salle d'attente : 026 675 29 23 ou dompierre@lire-et-ecrire.ch

Signatures

Pour l'Alliance Compétences en santé*, Catherine Favre Kruit, Promotion Santé Suisse

Pour la Fédération suisse Lire et Ecrire**, Brigitte Pythoud, Association romande Lire et Ecrire

* www.allianz-gesundheitskompetenz.ch

** www.lire-et-ecrire.ch