

# Promotion de la santé

## Plan du cours : (version ttr)

1. Les définitions de la santé
2. Les déterminants de la santé

La promotion de la santé est une **fonction essentielle** de la santé publique.

## 1. Les définitions de la santé

### 1) « C'est l'absence de maladie diagnostiquée par les professionnels de santé »

Cette définition (la + utilisée) a le mérite :

- D'offrir une **vision « objectivante »** des patients
- De fournir des **critères simples** de décision (« je ne vous trouve rien, donc vous êtes en bonne santé »)

C'est une définition **objective, simple et individualiste** mais surtout **limitée**, car si le constat d'une maladie implique une mauvaise santé, l'absence de ce constat n'implique pas que la santé soit bonne.

Exemple : Cancer du poumon/sein qui ne sont pas identifiés que par le dépistage.

### 2) « C'est un état de bien-être physique, mental et social »

- **Première définition** de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) en 1946.
- C'est une vision qui n'est pas purement médicale et somatique de la santé.

- C'est une définition **statique** (un « état »), ce qui n'est guère compatible avec une société en **évolution constante**.
- ➔ Définition **utopique**, car porteuse d'espérances et de désirs illimités.

**3) « C'est un état physique et mental, relativement exempt de gêne et de souffrance, qui permet à l'individu de fonctionner aussi longtemps que possible dans le milieu où le hasard ou le choix l'ont placé » +++**

- Cette définition introduit la notion de **durée**
- Elle insiste sur le caractère **fonctionnel** de la santé : tant qu'une gêne ou une souffrance n'altèrent pas les capacités de « fonctionner », elles ne sont pas contradictoires avec une santé sinon bonne, du moins acceptable.

**4) « C'est une ressource (un capital) de la vie quotidienne – et non un but en soi – qui donne à la personne le pouvoir d'identifier et de réaliser ses ambitions, satisfaire ses besoins, et évoluer avec son milieu ou s'y adapter » +++**

- Définition de la **Charte d'Ottawa de 1986** (OMS) +++
- La santé apparaît comme **essentielle**, qu'il faut entretenir, et si nécessaire, restaurer
- À quoi sert cette richesse ? +++
  - A **l'épanouissement personnel**
  - A la capacité pour le sujet de tenir ses rôles fondamentaux dans les **groupes sociaux** auxquels il appartient (ex : avoir des enfants)

## 2. Les déterminants de la santé

### Les 11 déterminants de la santé : +++

<p><b>Revenu et statut social</b></p>	<p>Les recherches montrent que les gens pauvres sont en moins bonne santé que les gens riches, l'écart des revenus dans une société est aussi un élément clé  → <b>Plus l'écart est grand entre les personnes riches et les personnes pauvres, plus les différences sont importantes sur le plan de la santé.</b></p>
<p><b>Réseau de soutien social</b></p>	<p>L'appui des familles, des amis et de la communauté contribue à une meilleure santé.  → <b>Ce soutien aide les gens à surmonter des difficultés</b></p>
<p><b>Emploi et conditions de travail</b></p>	<p>Le chômage est relié à une moins bonne santé. Ceux qui ont un emploi sont en meilleure santé lorsqu'ils ont plus de contrôle sur leurs conditions de travail.</p>
<p><b>Éducation</b></p>	<p>Un bon nombre de recherches ont été effectuées pour prouver qu'il y a un lien entre les problèmes d'alphabétisation et la santé.  → <b>Par conséquent, plus nous sommes éduqués, plus nous avons de chance d'être en bonne santé.</b></p>
<p><b>Environnements physiques</b></p>	<p>La qualité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De l'air et de l'eau</li> <li>- Des milieux de travail sains</li> <li>- Des maisons, quartiers et des routes sécurisées</li> </ul> → <b>Contribuent tous à la bonne santé</b>
<p><b>Développement sain de l'enfant</b></p>	<p>Les événements traumatisants qui nous arrivent lorsque nous sommes des enfants ont un effet sur notre santé.  → <b>Ces expériences ont un effet pendant tout le reste de notre vie.</b></p>
<p><b>Services de santé</b></p>	<p>Les gens sont en meilleure santé s'ils ont accès à des services de prévention des maladies, ainsi que de maintien et de promotion de la santé</p>

<b>Habitudes personnelles et habilités d'adaptation</b>	→ <b>Habitudes personnelles</b> : il s'agit par exemple de voir si une personne mange bien, si elle est active, si elle fume ou consomme de l'alcool. → Les <b>habilités d'adaptation</b> sont les façons dont nous entretenons des rapports avec les gens qui nous entourent arrivons à contrôler les situations de stress et à surmonter les obstacles dans notre vie.
<b>Sexe</b>	Les hommes et les femmes souffrent de diverses maladies à des âges différents.
<b>Génétique</b>	Les caractéristiques physiques héréditaires déterminent en partie jusqu'à quel âge nous vivrons, si nous serons en bonne santé et quelles sont les maladies que nous risquons de contracter.
<b>Culture</b>	Les coutumes et les traditions des gens ainsi que les croyances de la famille et de la communauté ont un effet sur la santé