

Dites non au diabète !

Expérimentation d'un programme de prévention du diabète de type 2 chez les personnes à haut risque



En France, 3 millions de personnes ont été prises en charge pour un diabète en 2015, soit 5,4 % de la population tous âges confondus. Ces effectifs augmentent de 2,8% par an. Des essais cliniques internationaux montrent une réduction de l'incidence du diabète de type 2 en proposant à des personnes à haut risque de développer un diabète des programmes intensifs de changement de mode de vie, d'une durée moyenne de 3 ans (dont 1 an intensif) et avec une perte de poids moyenne de 5%. A ces conditions, l'effet des modifications du mode de vie est supérieur à celui d'un traitement antidiabétique.

	Etats-Unis (DPP) 	Finlande (DPS) 	Japon 	Italie 	Chine (Da Qing) 	Inde 	Suède 
Réduction Incidence	58%	58%	68%	75%	35%	29%	74%

→ Note de lecture : aux Etats-Unis, l'incidence du diabète dans le groupe d'intervention était de 4,8% après 2,8 ans, comparativement à une incidence de 11% dans le groupe témoin ce qui correspond à une diminution de 58% du risque relatif

Sur la base de ces résultats, le Ministère de la solidarité et de la santé et la Caisse nationale d'assurance maladie (CNAM) accompagnés par des organisations scientifiques, professionnelles et de patients ont développé un projet d'expérimentation à grande échelle d'un programme de prévention du diabète de type 2 chez les personnes à haut risque.

Depuis novembre 2016, par sa participation au comité scientifique, au comité de pilotage national et aux dizaines de réunions des 5 groupes de travail du projet, **le Collège de la Médecine Générale (CMG) constitue l'un des principaux partenaires de la CNAM et du Ministère pour l'organisation et la mise en œuvre de l'expérimentation Dites non au diabète.**

S'adressant aux personnes de 45 à 70 ans présentant un risque élevé de développer un diabète¹, dont la population nationale est estimée à 2 millions de personnes², le programme propose un accompagnement personnalisé visant un accroissement de son temps d'activité physique (au moins 30 minutes par jour, 5 jours par semaine), une modification durable des habitudes alimentaires³ et une perte de poids (entre 5% à 7% de son poids initial).

¹ Critères d'éligibilité au programme :

- être âgé de 45 à 70 ans (dans les territoires métropolitains, entre 35 et 70 ans à La Réunion)
- ne pas être diabétique,
- présenter une glycémie à jeun entre 1,10 et 1,26 g/l,
- être en surpoids (IMC \geq 25 kg/m²),
- ou avoir un antécédent de diabète gestationnel (sous-groupe modifiant les tranches d'âge ciblées : à partir de 35 ans en métropole et 25 ans à la Réunion).

² *Diabetic Medicine*, 2011, A first national prevalence estimate of diagnosed and undiagnosed diabetes in France in 18- to 74-year-old individuals: the French Nutrition and Health Survey 2006/2007

³ Augmenter sa consommation d'aliments riches en fibres, diminuer les graisses saturées et les sucres dans son alimentation

Lancée entre mars et avril 2018 dans trois territoires expérimentateurs (Bas-Rhin, Seine-Saint-Denis, La Réunion), sélectionnés pour leur prévalence élevée du diabète et l'expérience d'actions locales de prévention du diabète, l'expérimentation **Dites non au diabète** est programmée pour une durée totale de 5 ans (inclusion des participants sur les 2 premières années, chaque participant étant suivi 2 ans après une année d'accompagnement intensif).

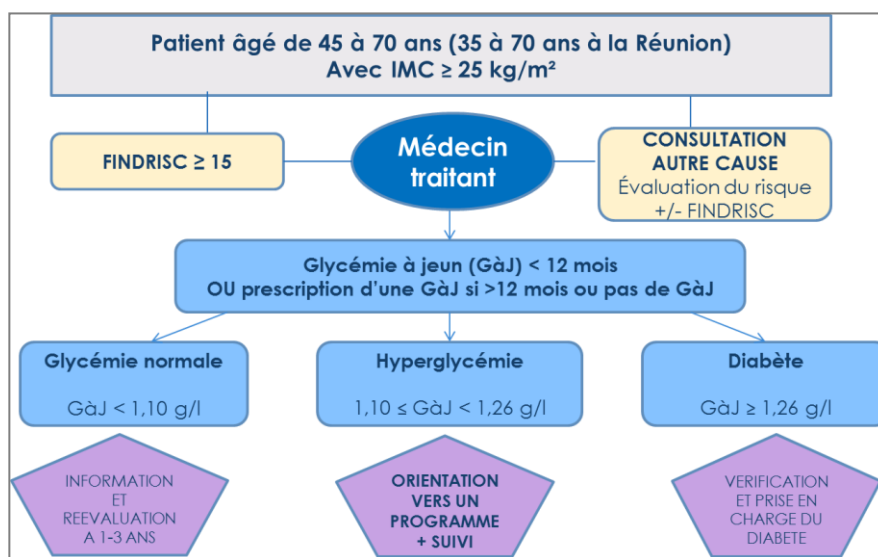
La participation des personnes éligibles au programme est basée sur le volontariat et entièrement prise en charge par la CNAM. L'objectif est de recruter entre 10 000 et 20 000 participants sur les 3 territoires cibles. Les résultats attendus à terme sont :

- Baisse ou une stabilisation de l'incidence du diabète de type 2
- Recul de l'âge moyen d'entrée dans la maladie
- Baisse en nombre et sévérité et un recul de l'apparition des complications pour les potentiels malades.

Les intervenants du programme, recrutés par des opérateurs sélectionnés par appel d'offre en 2017, répondent à des critères précis de compétences et de qualification (professionnels de santé, diététiciens, animateurs sportifs,..) et ont été formés au préalable par le Conservatoire national des arts et métiers.

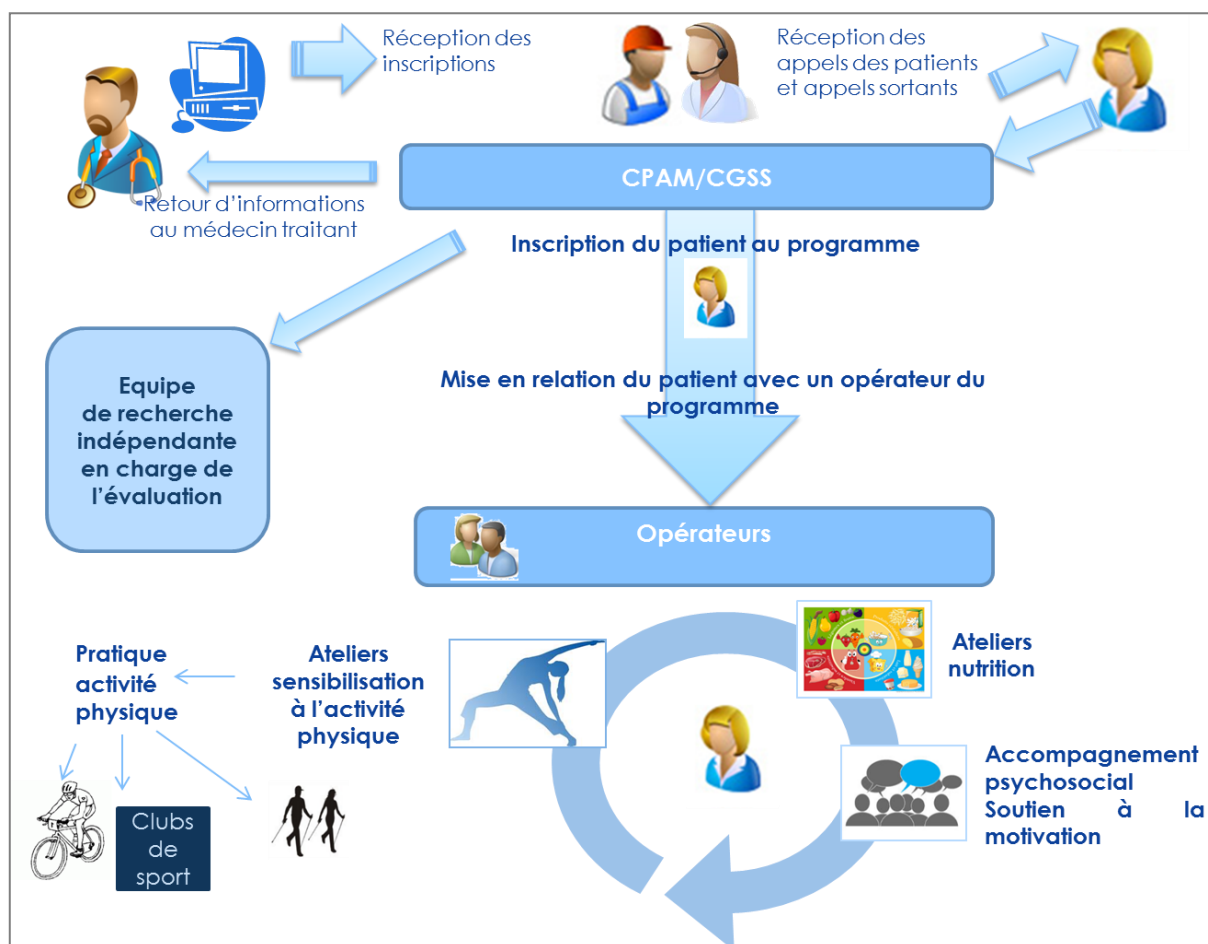
Les principales étapes du programme sont les suivantes :

- Consultation chez le médecin généraliste pour vérification des critères d'éligibilité et inscription au programme (rémunération supplémentaire de 10 euros par patient)
-



- Premier entretien individuel avec l'opérateur de présentation du programme
- Après signature du consentement et engagement du participant, programme intensif de 15 heures de séances collectives⁴ avec des intervenants de proximité, sur une durée de 9 à 12 mois (1h30 tous les 15 jours pendant 2 mois, 1h30 par mois pendant 4 mois, 1h30 tous les deux mois pendant 4 mois), avec retour d'information sur l'évolution et l'assiduité du participant au programme à destination de son médecin traitant
- phase de suivi sur 2 années supplémentaires, intégrant une session de maintien des acquis d'1 heure l'année suivant le programme intensif.

⁴ Les séances se déroulent majoritairement en présentiel, cependant certaines séances peuvent se dérouler à distance.



Le médecin généraliste peut inscrire les patients grâce à un formulaire dématérialisé, via sa carte CPS et son code porteur. Le patient peut également s'inscrire seul (en appelant le numéro « 3646 ») grâce aux informations que le médecin généraliste aura au préalable remplies (en particulier la glycémie à jeun). Un patient ne pourra s'inscrire sans consulter son médecin généraliste, l'implication du médecin est donc essentielle.

Si l'évaluation de l'expérimentation **Dites non au diabète est positive, le programme sera généralisé sur l'ensemble du territoire national.**

Pour en savoir +

[Consulter l'émission dédiée de Fréquence Médicale avec le Dr Frédéric Villebrun, Vice-Président du Collège de la Médecine Générale](#)