

# spectra

129



## Stratégies nationales de prévention: Bilan intermédiaire et perspective

### 2 Sur les rails

Les stratégies nationales Prévention des maladies non transmissibles (MNT) et Addictions sont déployées depuis début 2017. L'heure est venue de dresser un bilan intermédiaire et de réfléchir à l'avenir. Où en sont ces deux stratégies? Qu'a-t-on déjà accompli? Que reste-t-il encore à faire? Et maintenant?

### 5 Manger équilibré – en se faisant plaisir

Axée sur une alimentation à la fois équilibrée, diversifiée et savoureuse, la Stratégie suisse de nutrition 2017–2024 contribue de manière essentielle à la mise en œuvre de la stratégie nationale MNT. Les personnes qui se nourrissent de manière équilibrée, pratiquent régulièrement une activité physique, ne fument pas et qui ont tout au plus une consommation modérée d'alcool ont de meilleures chances de rester longtemps en bonne santé.

### 10 Promotion de la santé psychique: diverses mesures, de multiples acteurs

La santé psychique est un facteur décisif pour mener une vie heureuse et autonome. Cet article vous donnera un aperçu des diverses mesures de promotion de la santé psychique et de prévention des maladies psychiques en Suisse ainsi que des acteurs engagés dans ces domaines.



# Sur les rails

Les stratégies nationales Prévention des maladies non transmissibles (MNT) et Addictions sont déployées depuis début 2017. L'heure est venue de dresser un bilan intermédiaire et de réfléchir à l'avenir. Où en sont ces deux stratégies ? Qu'a-t-on déjà accompli ? Que reste-t-il encore à faire ? Et maintenant ?

Le cancer, le diabète ainsi que les maladies cardio-vasculaires et respiratoires chroniques comme l'asthme et la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO) font partie des causes les plus fréquentes de mortalité en Suisse. Ces maladies non transmissibles (MNT) sont responsables d'environ 50% des décès avant 70 ans chez l'homme et 60% chez la femme. Les addictions ont aussi souvent des conséquences fatales : en Suisse, environ 1600 personnes décèdent chaque année des suites de l'alcool et 120 autres meurent en raison d'une consommation de drogue. C'est donc sans surprise que l'on constate que l'ensemble des MNT, addictions et maladies psychiques comprises, représentent 80% des dépenses totales de santé en Suisse.

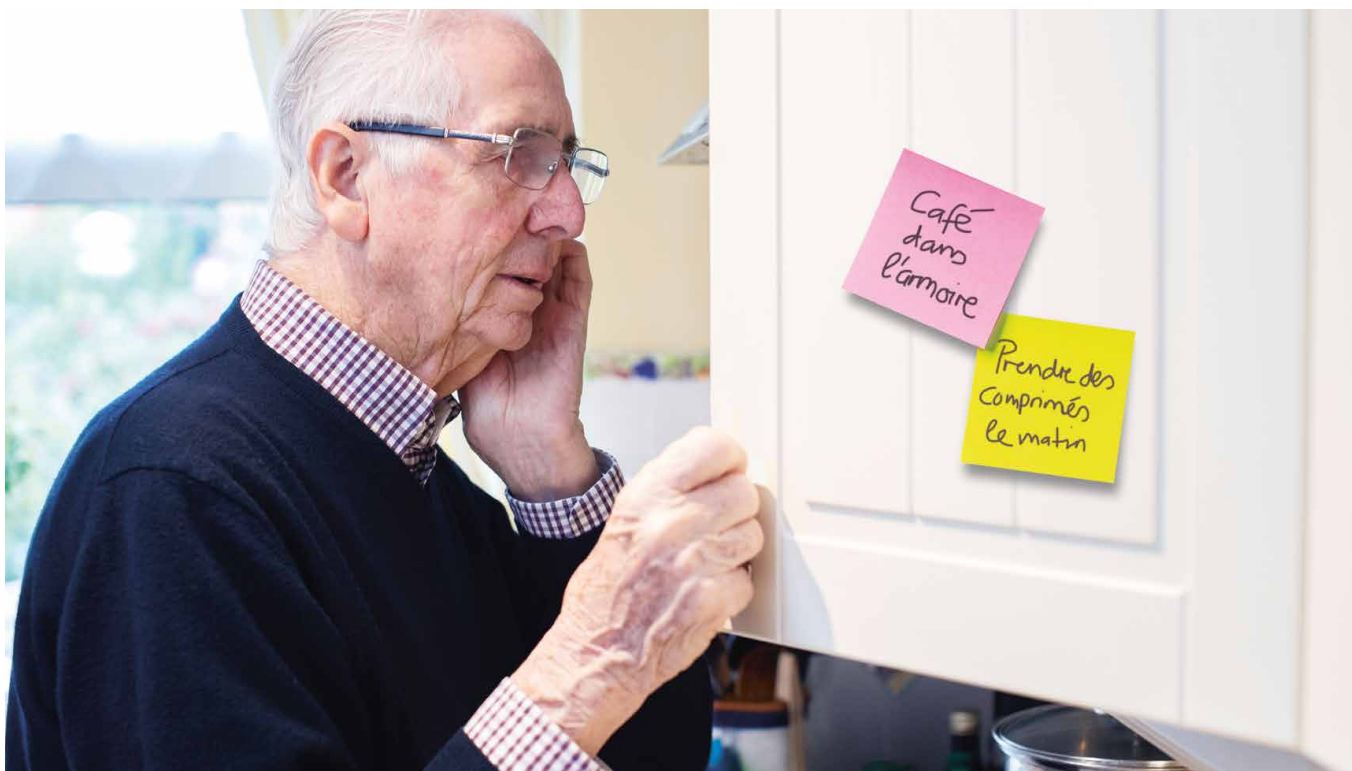
C'est pourquoi les stratégies nationales Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) et Addictions ont été lancées début 2017 – avec pour horizon l'année 2024. Ces deux stratégies ont un seul et même but : permettre à la population de vivre aussi long-

## Il s'agit de réduire les facteurs de risque et de renforcer les facteurs de protection.

temps que possible en bonne santé. Pour cela, il s'agit de réduire les facteurs de risque et de renforcer les facteurs de protection. L'objectif est de réduire le nombre de décès prématurés et de personnes atteintes d'une addiction, ainsi que les effets néfastes sur la santé et les dommages sociaux, et de freiner l'augmentation des coûts au sein du système de santé.

Les deux stratégies sont arrivées à mi-parcours. Cette étape décisive a sonné l'heure d'une évaluation intermédiaire axée sur une question : où en est la mise en œuvre de ces stratégies ? Ce bilan a aussi été l'occasion de s'interroger sur la collaboration avec les différents partenaires impliqués dans la mise en œuvre et sur le pilotage des deux stratégies.

L'évaluation intermédiaire a montré que les stratégies MNT et Addictions sont globalement en bonne voie. Différents concepts et projets ont déjà été mis en œuvre. Citons notamment le nouveau système de monitoring MonAM, qui permet de rassembler des chiffres sur les MNT et les addictions et de



**Comme certaines formes de démence présentent des similarités avec les maladies cardiovasculaires, elles sont incluses dans la stratégie MNT. La démence cause beaucoup de souffrance en Suisse, avec environ 30 000 personnes de plus concernées chaque année.**

les mettre à la disposition de toutes les personnes intéressées. MonAM est continuellement développé et intègre régulièrement de nouveaux indicateurs. De plus, l'OFSP et Promotion Santé Suisse ont lancé le programme de promotion de projets «Prévention dans le domaine des soins» (PDS) et déjà mené trois cycles de soutien dans ce cadre. 2021 sera une année charnière pour ce programme qui sera mise à profit pour préciser la définition de la PDS à partir des enseignements des trois premières années et revoir les bases de la promotion de projets. À la suite de ce travail, un nouveau cycle de soutien sera lancé en septembre 2021.

L'optimisation de la plateforme d'information «Praticien Addiction Suisse» et la communication autour de celle-ci, l'élaboration et la diffusion d'un concept national pour la promotion de la santé durant la petite enfance et l'élargissement de l'approche pour l'intervention précoce sont autant d'exemples d'autres projets qui ont été mis en œuvre dans le cadre des deux stratégies.

L'élargissement des programmes d'action cantonaux (PAC) a également constitué une étape importante : 24 cantons sur 26 disposent aujourd'hui de tels programmes et bénéficient d'un soutien pour les mener à bien dans le cadre des stratégies. «Une grande

réussite», se réjouit Eva Bruhin, responsable de la section Stratégies de prévention de l'OFSP. Pour mettre en œuvre leurs programmes, les cantons se fondent sur un concept fondamental national : prévenir plusieurs facteurs de risque de MNT en même temps et faire de la prévention des addictions un travail interdisciplinaire.

Les auteurs de l'évaluation ont formulé des recommandations à deux niveaux : au niveau opérationnel, avec des propositions concrètes pour adapter certaines mesures, mais aussi au niveau stratégique. «Les suggestions faites lors de l'évaluation ont été utiles et ont déjà été prises en considération dans les nouveaux plans de mesures et dans le pilotage des stratégies», explique Eva Bruhin. «Nous espérons que ces adaptations nous permettront d'obtenir encore plus d'effets d'ici à la fin des stratégies.»

### La seconde mi-temps

Divers points devront faire l'objet d'adaptations pour aborder la seconde mi-temps des stratégies. La démence étant une forme spécifique de maladie cardio-vasculaire, sa prévention sera désormais aussi prise en considération dans la mise en œuvre des stratégies, ce qui constitue une nouveauté importante. La démence cause beaucoup de souffrance en Suisse, avec

quelque 30 000 nouveaux cas recensés chaque année. Même si la très grande majorité des personnes touchées vivent chez elles, un traitement en milieu hospitalier est généralement incontournable lorsque les besoins de soins sont importants.

Dans le futur, la communication va devenir un aspect essentiel. Le travail mené dans ce domaine sera surtout axé sur la plateforme d'information et d'échange destinée à tous les acteurs impliqués. Le site Internet [www.prevention.ch](http://www.prevention.ch), qui sera lancé au printemps 2021, renforcera les échanges entre les diffé-

## La mise en œuvre commune des stratégies a permis aux différents partenaires de se rapprocher.

rents professionnels et les diverses organisations participantes. «C'est précisément dans ce domaine que l'OFSP peut faire beaucoup en permettant une coordination et une communication au-delà des frontières des cantons et des organisations», explique Eva Bruhin.

Les interfaces étant nombreuses entre les thématiques des MNT, des addictions et de la santé psychique, il est aussi prévu d'intensifier encore la collaboration

entre ces trois secteurs. Les MNT affectent toujours l'individu dans sa globalité. Ainsi, de nombreux patients atteints d'un cancer sombrent dans la dépression, par exemple. Une addiction a quant à elle des répercussions dans tous les domaines de la vie, avec des conséquences physiques, psychiques et sociales. Il existe donc des liens évidents entre MNT, addictions et santé psychique. C'est pourquoi il semble judicieux de relier encore davantage ces thématiques entre elles dans le futur.

S'agissant des addictions, les efforts seront concentrés sur différents thèmes, dont la consultation

avec SafeZone. L'aide aux personnes dépendantes devrait passer par de nouvelles approches, avec un mot d'ordre: «blended counseling». Les professionnels entendent par-là mêler conseil en ligne et entretiens en face à face, c'est-à-dire allier une communication analogique à une communication numérique dans lesquelles les besoins des patients seront pris en considération. Le travail sera aussi axé sur des thèmes comme les addictions comportementales ou l'usage problématique de médicaments psychoactifs – ainsi que sur la collaboration avec les différents partenaires qui mettent en œuvre

les stratégies. Car c'est aussi un constat important à mi-parcours: la mise en œuvre commune des stratégies a permis aux différents partenaires de se rapprocher – un facteur de réussite essentiel pour les quatre années à venir.

**Contacts:**  
Eva Bruhin, section Stratégies de prévention,  
eva.bruhin@bag.admin.ch

Tanja Iff, section Stratégies de prévention, tanja.iff@bag.admin.ch

Liens:  
www.bag.admin.ch/mnt

## En première ligne



**Salome von Greyerz**, responsable de la division Stratégies de la santé  
**Roy Salveter**, responsable de la division Prévention des maladies non transmissibles

## Une nouvelle étape

Des stratégies, très bien ! Mais comment avoir la certitude que les mesures que nous déployons bénéficieront bien aux personnes qui en ont le plus besoin ? Les stratégies MNT et Addictions ciblent l'égalité des chances. Elles visent à faire en sorte que toutes les personnes habitant en Suisse aient les mêmes chances de vivre en bonne santé. Des études montrent que ces chances restent inégales. Les personnes à faibles revenus qui possèdent un niveau de formation peu élevé et sont issues de l'immigration sont souvent défavorisées à plusieurs titres. Ainsi, elles présentent également un risque plus important d'être touchées par une MNT ou un problème d'addiction.

L'égalité des chances en matière de santé est un principe incontesté. Tout le monde y est favorable. Pourtant, les choses évoluent encore trop peu dans ce domaine. Nous tenons à ce que les deux stratégies comprennent des mesures spécifiquement destinées aux personnes socialement défavorisées, car une stratégie exclusivement axée sur les classes moyennes ne parviendra pas à atteindre son but.

L'OFSP, la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé et Promotion Santé Suisse ont pour la première fois publié un rapport commun qui jouera un rôle déterminant dans le travail mené à l'avenir dans ce domaine. Intitulé «Égalité des chances dans la promotion de la santé et la prévention en Suisse», ce rapport pose d'abord des bases théoriques: qu'entendons-nous par égalité des chances en santé, comment y parvient-on et comment cela se traduit-il ? Mais il fait aussi le lien avec la pratique: quelles approches sont efficaces ?

Pour la première fois, les trois acteurs ont ainsi jeté les bases d'une compréhension commune en vue de la mise en œuvre d'actions dans le domaine de l'égalité des chances en matière de santé. Cela nous permet de franchir une nouvelle étape – et de nous rapprocher d'une égalité des chances en matière de santé pour toutes les personnes vivant en Suisse.

Lien vers le rapport:  
<https://tinyurl.com/yy7afgrs>

# Prevention.ch: un outil pour rassembler

Le partage d'informations et d'expériences est un facteur de réussite essentiel pour les projets concernant les MNT, les addictions et la santé psychique. C'est pourquoi l'OFSP travaille à la création de la plateforme prevention.ch, destinée à tous les acteurs engagés dans ces domaines.

Une commune s'est fixé pour objectif d'améliorer la santé et la qualité de vie de sa population senior. L'employée en charge du projet s'interroge: comment procèdent les autres communes? Qu'est-ce qui fonctionne et quelles organisations pourraient m'aider? Dans une telle situation, l'employée communale pourra à l'avenir consulter la plateforme prevention.ch pour trouver l'inspiration en s'informant sur les projets, les études et les expériences d'autres acteurs. Elle pourra aussi y dénicher des interlocuteurs et des possibilités de financement pour la soutenir dans son projet en accédant à une vue d'ensemble de toutes les activités menées dans les domaines de la promotion de la santé et de la prévention. La création de cette plateforme a différents objectifs: permettre à tous les acteurs de profiter d'une meilleure visibilité, mieux exploiter les synergies et créer une communauté – au-delà des régions, des cantons et des disciplines. La plateforme prevention.ch a aussi pour vocation de rendre plus accessibles et compréhensibles les stratégies nationales Addictions et MNT à l'aide de projets concrets.

### Une vitrine du travail accompli

En quelques clics, chaque acteur pourra partager ses connaissances avec la communauté (et au-delà), diffuser des informations sur ses projets et ainsi montrer aux autres sur quoi il travaille, voire même trouver des partenaires pour de nouveaux projets. «Je suis convain-

cue de la valeur ajoutée pour tous les acteurs», explique Barbara Kull, responsable de l'équipe Communication au sein de la division Prévention des maladies non transmissibles de l'OFSP. «La plateforme sera un plus pour toute la communauté sans que chacun-e ait beaucoup à faire.» Barbara Kull y voit la conséquence logique du travail mené en commun. «Nous avons besoin d'un outil pour tout rassembler. Après tout, nous travaillons dans un but commun: permettre à un nombre croissant de personnes de vivre en bonne santé dans notre pays ou de profiter d'une qualité de vie élevée en dépit d'une maladie chronique. Ce travail doit être visible et tangible.»



**Le nouveau site web, qui sera en ligne à partir de mars 2021, sera un outil de travail commun pour tous les acteurs.**

### Actualités et informations de base utiles

La plateforme prevention.ch offrira en outre un portail d'actualités, un agenda des manifestations ainsi qu'une bibliothèque rassemblant des textes fondamentaux, des graphiques et des vidéos. De nombreux supports de travail adaptables aux besoins de chacun-e seront mis à disposition.

**Contact:**  
Kevin Luximon, division Prévention des maladies non transmissibles,  
kevin.luximon@bag.admin.ch

Page de présentation du projet:  
[www.mnt-addictions.ch](http://www.mnt-addictions.ch)

# Tout savoir grâce à MonAM

Le système de monitoring MonAM fournit des données fiables sur de nombreux aspects des addictions et des maladies non transmissibles (MNT). Les informations sont présentées à l'aide de graphiques interactifs qui révèlent aussi les tendances. MonAM offre ainsi des points de repère à quiconque souhaite se faire une idée de la santé de la population suisse.

Combien de personnes meurent dans des accidents de la route dans lesquels le conducteur était sous l'empire de l'alcool, de stupéfiants ou de médicaments? Quel canton affiche le pourcentage le plus élevé d'habitants avec une activité physique suffisante? Le portail web du système de monitoring suisse MonAM répond à toutes ces questions (et à bien d'autres).

## L'éducation a un rôle à jouer

Le système de Monitoring suisse des Addictions et des Maladies non transmissibles ou MonAM est une mesure importante des stratégies nationales MNT et Addictions. Ses nombreux indicateurs et données permettent de dresser un état des lieux factuel de la santé de la population suisse, qui est replacé dans un contexte social plus large lorsque cela est possible. Les chiffres montrent, par exemple, que l'égalité des chances en matière de santé n'est que partiellement garantie en Suisse. Lorsque l'on compare les personnes titulaires d'un diplôme de degré tertiaire avec celles sans formation post-obligatoire, on observe que les premières bougent davantage et fument moins souvent que les deuxièmes.

«Cela vaut la peine de consulter le site Internet, car le système MonAM est une formidable ressource qui permet d'avoir rapidement accès à des informations fiables et

scientifiquement solides concernant de nombreux aspects des addictions et des MNT», explique Wally Achtermann, coresponsable du système MonAM au sein de l'OFSP. MonAM est à la libre disposition et est destiné aux partenaires de la prévention, aux médias, aux politiciens et aux autres personnes intéressées. Les informations qu'il regroupe permettent aussi l'évaluation de l'efficacité des stratégies nationales Addictions et MNT.

## Une œuvre commune

Wally Achtermann tient à préciser que le système de monitoring est une œuvre commune portée par de nombreux partenaires. «Ce n'est que grâce à ce partenariat que MonAM peut offrir des données aussi complètes et d'une telle qualité», souligne-t-elle. Au total, l'OFSP collabore avec une trentaine d'organisations des secteurs de la santé, de l'environnement, du social et de l'économie pour développer et gérer le système MonAM. La préparation des données et le site Internet sont de la responsabilité de l'Observatoire suisse de la santé (Obsan).

Le système MonAM ne collecte pas ses propres données, mais repose sur diverses informations et séries de mesures existantes, comme les résultats de l'enquête suisse sur la santé, par exemple.

Les nombreux partenaires de l'OFSP fournissent et contrôlent les données qui sont publiées sur le MonAM.

Le portail MonAM a été lancé en octobre 2018 avec 27 indicateurs. Aujourd'hui, environ 100 indicateurs sont disponibles en ligne et d'autres devraient suivre. Parmi les nouveaux indicateurs, on retrouve des données sur les addictions comportementales: MonAM révèle que, selon des estimations, 178 000 personnes présentent en Suisse un comportement à risque en ce qui concerne les jeux d'argent et que quelque 15 000 individus ont même un comportement pathologique en la matière. MonAM nous apprend aussi que plus de 3 000 personnes supplémentaires ont été exclues de jeu chaque année depuis 2005 (nouvelles exclusions de jeu moins exclusions levées).

## Usage problématique d'Internet

L'utilisation problématique d'Internet, qui se définit notamment par la négligence d'autres activités (et aussi souvent un manque de sommeil), est aussi considérée comme une addiction comportementale. En 2017, un tel comportement était recensé chez 3% de la population âgée de 15 ans ou plus. Les hommes (3,5%) sont plus touchés que les femmes (2,5%). En outre, on constate avec surprise que ce

problème est presque deux fois plus fréquent en Suisse romande (4,7%) qu'en Suisse alémanique (2,4%).

Le système MonAM permet bien sûr aussi d'obtenir des réponses aux questions soulevées en introduction: avec 82,9% d'habitants qui ont une activité physique suffisante, les Grisons arrivent en tête du classement des cantons. Notons cependant que même dans le peloton de queue – c'est-à-dire dans les cantons de Vaud, de Neuchâtel, du Tessin et du Jura – deux tiers de la population font au moins deux heures et demie d'activité physique par semaine. À l'échelle de tout le territoire suisse, la part de la population physiquement active a augmenté de 62,2% à 75,7% entre 2002 et 2017.

Qu'en est-il des décès sur la route? Encore une bonne nouvelle: alors que 198 décès dus à un accident de la route sous l'empire de substances avaient été enregistrés en 1992, seuls 28 décès de ce type ont été comptabilisés en 2019.

## Contacts:

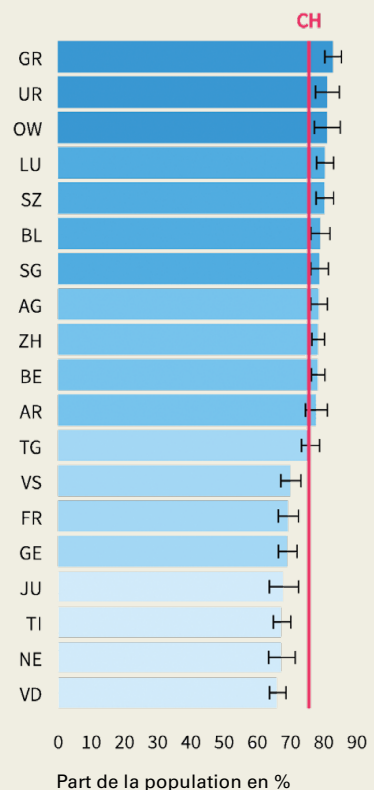
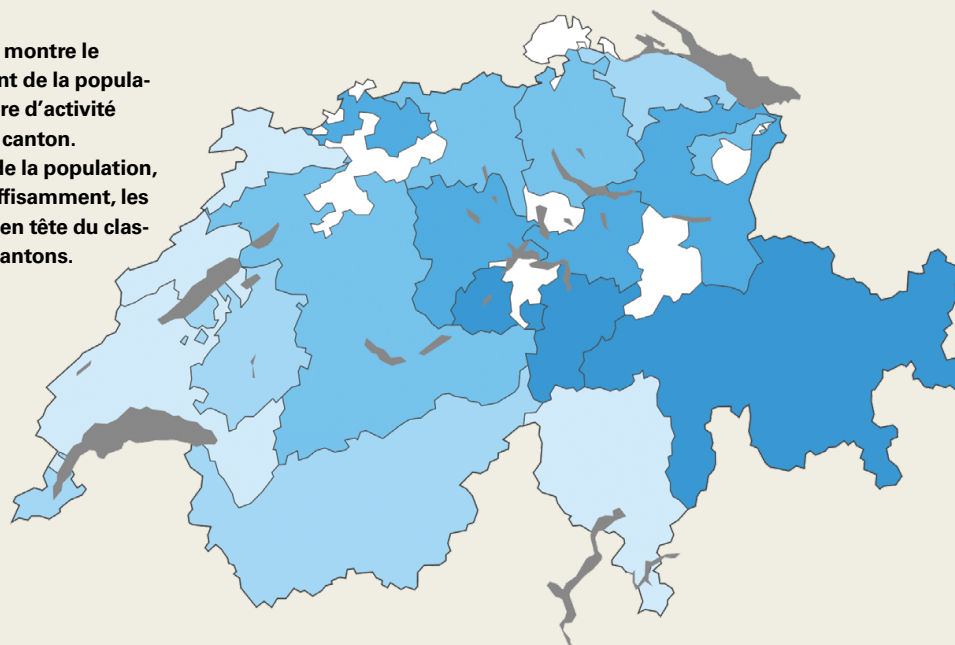
Wally Achtermann et Laure Curt,  
section Bases scientifiques,  
wally.achtermann@bag.admin.ch  
Laure.curt@bag.admin.ch

## Lien:

[www.monam.ch](http://www.monam.ch)

## Comportement de la population suisse en matière d'activité physique

Le graphique montre le comportement de la population en matière d'activité physique par canton. Avec 82,9% de la population, qui bouge suffisamment, les Grisons sont en tête du classement des cantons.



# Manger équilibré – en se faisant plaisir

Axée sur une alimentation à la fois équilibrée, diversifiée et savoureuse, la Stratégie suisse de nutrition 2017–2024 contribue de manière essentielle à la mise en œuvre de la stratégie nationale MNT.



**La première enquête nationale sur l'alimentation a montré: nous mangeons trop sucré et trop salé, et trois fois plus de viande que ce qui est recommandé. Une alimentation équilibrée et variée est important pour vieillir en bonne santé.**

Les personnes qui pratiquent régulièrement une activité physique, ne fument pas, ont tout au plus une consommation modérée d'alcool et qui se nourrissent de manière équilibrée ont de meilleures chances de rester longtemps en bonne santé. Pourtant, la part de la population en surpoids ou obèse continue malheureusement d'augmenter. Comme l'a montré la première enquête nationale sur l'alimentation « menuCH », cette évolution est aussi attribuable aux comportements alimentaires actuels. En 2014 et 2015, quelque 2000 personnes âgées de 18 à 75 ans ont été interrogées sur leurs habitudes alimentaires. L'analyse des réponses a mis en évidence des divergences considérables entre le comportement alimentaire de la population résidente en Suisse et les recommandations en la matière. « Nous mangeons par exemple quatre fois plus de denrées sucrées ou salées et trois fois plus de viande que les quantités recommandées », indique Liliane Bruggmann, responsable du secteur Nutrition de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV).

## Des choix réfléchis

Selon Liliane Bruggmann, les grands écarts constatés entre les recommandations nutritionnelles et les comportements alimentaires montrent clairement que la stratégie suisse de nutrition vise à renforcer les compétences nutritionnelles de la population en lui transmettant des informations

compréhensibles par tous. « De plus, des actions cibleront aussi les femmes enceintes, les jeunes enfants, les personnes âgées ou les végétariens et les végétaliens afin que chacune et chacun puissent choisir son alimentation en pleine conscience et en assumant la responsabilité », indique la responsable du secteur Nutrition.

Le Nutri-Score est un système qui simplifie la sélection d'aliments sains lorsqu'on fait ses courses. Développé en France et utilisé dans différents pays européens, ce marquage permet de comparer rapidement des aliments similaires grâce à une échelle colorée allant de A (vert = équilibré) à E (rouge = pas équilibré). « Derrière le Nutri-Score se cache un algorithme scientifiquement validé », explique Liliane Bruggmann. Cet algorithme



**Le Nutri-Score indique la composition équilibrée d'un produit. Cela permet de comparer des aliments similaires.**

pèse les aspects positifs de l'aliment (teneur en fruits, en légumes et en fibres alimentaires, par exemple) face aux facteurs négatifs. Plus un produit contient de sucre, de sel, d'acides gras saturés et d'énergie, plus son Nutri-Score tend à se situer dans la zone rouge.

L'application « MySwissFood-Pyramid » introduite en 2018 mise aussi sur l'information de la population en offrant de manière ludique des conseils pour avoir une alimentation équilibrée et diversifiée qui respecte les saisons. L'application permet en outre de tenir un journal de bord de son alimentation et de la mettre en regard avec les recommandations. Les utilisateurs comprennent ainsi que les aliments situés dans les étages inférieurs de la pyramide doivent être ingérés en quantités plus importantes, alors que ceux plus au sommet doivent être consommés avec modération.

## Simplifier les choix sains

Le plan d'action établi dans le cadre de la stratégie de nutrition vise non seulement à sensibiliser la population, mais aussi à améliorer les conditions-cadres. « Nous aimerions que manger sainement devienne un choix simple », insiste Liliane Bruggmann. Pour y parvenir, l'OSAV, qui pilote la mise en œuvre de la stratégie, mise aussi sur le dialogue avec les acteurs du secteur privé. Dix producteurs de denrées alimentaires et représentants du commerce de détail, rejoints par quatre entreprises supplémentaires, ont ainsi signé avec le conseiller fédéral Alain Berset la « Déclaration de Milan » en vertu de laquelle ils s'engagent à réexaminer la recette de leurs produits et, dans la mesure du possible, à réduire progressivement la quantité de sucre ajouté dans les yaourts et les céréales pour le petit-déjeuner.

ner. Souvent ingéré inconsciemment, ce sucre contribue de manière décisive à la consommation de sucre par la population en Suisse, qui atteint près de 110 grammes par jour et par personne, soit plus de deux fois la quantité recommandée par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).

Sur la base d'enquêtes régulières, l'OSAV a établi que la quantité de sucre ajouté avait diminué entre 2016 et 2018, avec une baisse moyenne de 3,5% dans les yaourts et même de 13% dans les céréales pour le petit-déjeuner. « Les entreprises ont clairement atteint les objectifs de réduction fixés en 2017 », précise Liliane Bruggmann. Lors d'une troisième rencontre, en août 2019, Alain Berset et les 14 entreprises signataires ont décidé d'approfondir la collaboration visant à améliorer la composition des aliments dans les années à venir. Les entreprises se sont en outre déclarées favorables à une réduction supplémentaire de la teneur en



**Lors de la Déclaration de Milan: avec le conseiller fédéral Alain Berset, il a été décidé d'étendre la réduction du sucre à d'autres produits alimentaires.**

sucre des yaourts et des céréales pour le petit-déjeuner de respectivement 10% et 15% d'ici à 2024. Un élargissement de la « Déclaration de Milan » a également été envisagé. Des objectifs de réduction devraient aussi être définis pour le sel, afin que sauces à salade, soupes et pains soient à l'avenir moins salés – sans perdre de leur saveur.

## Contact:

Liliane Bruggmann, secteur Nutrition, Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires, [liliane.bruggmann@blv.admin.ch](mailto:liliane.bruggmann@blv.admin.ch)

Lien vers la Stratégie suisse de nutrition: <https://tinyurl.com/y2rffvvh>

# « Notre collaboration est désormais plus étroite et cohérente »

La fin de la première mi-temps a sonné pour les deux stratégies nationales Addictions et Prévention des maladies non transmissibles (MNT). Le comité directeur a profité d'un entretien avec spectra pour dresser un bilan intermédiaire : grâce à un dialogue continu, les activités sont désormais mieux coordonnées. Un constat réjouissant, puisque le défi posé par la progression des MNT ne pourra être relevé qu'avec une approche commune.

**Selon les conclusions de l'évaluation intermédiaire des deux stratégies nationales Addictions et MNT, la mise en œuvre se déroule globalement conformément aux prévisions, mais se révèle très complexe pour toutes les parties impliquées. Êtes-vous aussi de cet avis ?**

**Roy Salveter :** Il est réjouissant de constater que de nombreux acteurs se sont engagés dans la mise en œuvre de ces deux stratégies même si cela pose également certaines difficultés. Au cours de la phase de mise en place qui s'est déroulée sur les deux premières années, les trois organisations responsables ont défini des concepts et réorienté ou mis sur les rails divers projets. Le temps est maintenant à la mise en œuvre avec divers partenaires. Nous avons conscience que ces tâches d'organisation, mais aussi

cette collaboration renforcée entre les organisations responsables demandent un certain travail de coordination. Nous sommes toutefois très satisfaits de la manière dont les choses évoluent et de l'orientation prise : la progression des MNT est un défi que nous ne pourrions relever avec succès qu'en adoptant une approche commune.

**Kathrin Huber :** Nous partageons ce point de vue : cet important travail de coordination en vaut la peine. Cela nous permet d'exploiter de nombreuses synergies qui sont pertinentes non seulement d'un point de vue spécialisé, mais aussi sur le plan du contenu. Au fil des années, les trois organisations responsables ont par ailleurs développé une collaboration plus étroite et cohérente. Revenir en arrière en retournant travailler chacun de

notre côté ne serait pas envisageable pour nous.

**Bettina Abel :** Notre collaboration a beaucoup progressé au cours de ces quatre années. Une concertation continue nous a permis de développer une compréhension commune qui nous a aidés à mieux coordonner nos activités pour qu'elles se complètent plus efficacement – et à partager les rôles plus clairement.

« L'avancée la plus importante obtenue grâce à la stratégie MNT est l'augmentation des fonds disponibles pour la prévention sur l'ensemble du territoire. »

**Salome von Greyerz :** L'OFSP occupe un peu moins le devant de la scène qu'auparavant et fait place aux cantons qui jouent un rôle plus important. Nous avons également instauré une collaboration étroite avec Promotion Santé Suisse (PSCH), qui est un acteur important dans le paysage de la prévention. Nous avons par ailleurs amélioré et

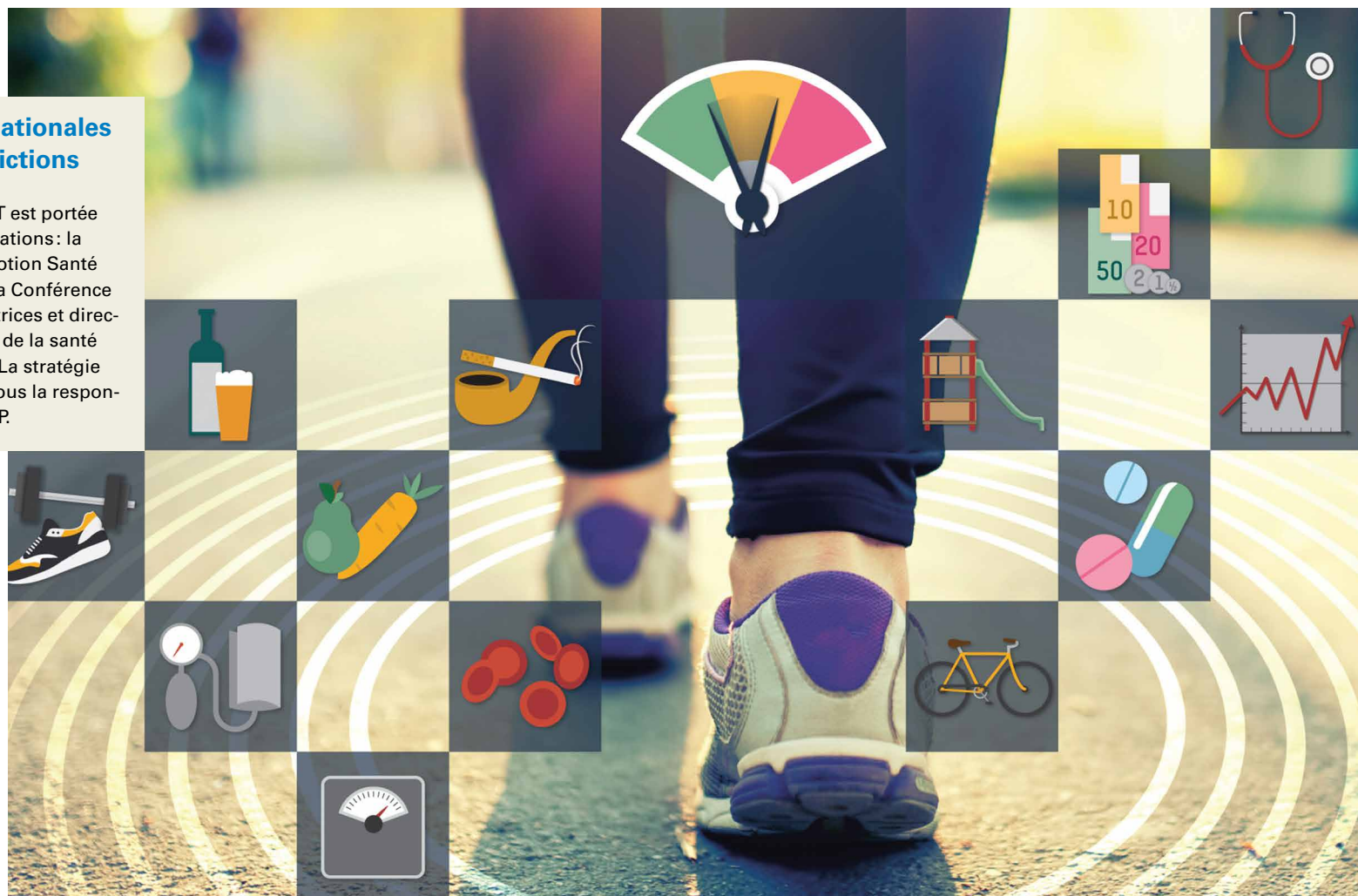
approfondi notre collaboration au fil des années, ce qui nous a permis de mieux relier les deux programmes entre eux sur le plan thématique : la santé psychique, qui englobe entre autres des aspects relatifs à la prévention du suicide et à la prise en charge psychiatrique, s'est notamment imposée comme un axe de travail dans tous les groupes de mesures de la stratégie MNT.

**Quelles sont les principales réussites obtenues à ce jour dans la mise en œuvre des stratégies ?**

**Salome von Greyerz :** L'avancée la plus importante obtenue grâce à la stratégie MNT est l'augmentation des fonds disponibles pour la prévention sur l'ensemble du territoire. Aujourd'hui, chaque personne en Suisse verse 4 fr. 80 par an pour la prévention générale des maladies contre 2 fr. 40 auparavant. S'il n'avait pas pu s'appuyer sur les nouvelles bases stratégiques pour la prévention (stratégie MNT et rapport sur la santé psychique), le conseiller fédéral Alain Berset n'aurait pas eu la possibilité d'augmenter le montant du supplément de prime LAMal en faveur de la prévention au cours de l'été 2017.

## Stratégies nationales MNT et Addictions

La stratégie MNT est portée par trois organisations : la Fondation Promotion Santé Suisse (PSCH), la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) et l'OFSP. La stratégie Addictions est sous la responsabilité de l'OFSP.





Kathrin Huber, Salome von Greyerz, Roy Salveter et Bettina Abel

**Bettina Abel:** Grâce aux fonds supplémentaires pour la prévention, PSCH est parvenue à obtenir un ancrage plus solide de la prévention dans les soins de santé et à impliquer de nouvelles parties prenantes importantes au sein du système de santé. Par exemple, nous soutenons désormais financièrement les prestataires du secteur qui élaborent et mettent en œuvre de nouvelles solutions autour de l'alimentation, de l'activité physique et de la santé psychique directement sur le terrain. De plus, les fonds supplémentaires nous permettent de renforcer le travail mené sur la santé psychique en collaboration avec les cantons – et d'intégrer le groupe cible des personnes âgées dans les programmes d'action cantonaux, ce qui est vraiment pertinent au vu de l'évolution démographique.

**Roy Salveter:** Outre l'amélioration de la collaboration abordée précédemment – qui nous aide à exploiter pleinement les synergies tout en évitant les doublons dans les activités menées –, j'aimerais évoquer le développement du système de monitoring MonAM, qui permet de rassembler des données provenant de diverses sources dans un recueil d'indicateurs clair mis à la disposition de toutes les personnes intéressées. Mais on peut aussi citer le nouveau programme de promotion de projets en faveur de la prévention dans le domaine des soins et le forum SELF, qui encourage l'auto-gestion des personnes malades.

**Kathrin Huber:** Le fait qu'à ce jour 24 cantons aient mis en œuvre un programme d'action cantonal est aussi considéré comme un point très positif par la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS). De plus, dix cantons ont déjà mis en place un programme de prévention portant sur plusieurs thématiques. Cela montre non seulement que l'approche consistant à axer les stratégies sur plusieurs facteurs de risque est justifiée dans beaucoup de champs d'application, mais aussi qu'elle est désormais mise en pratique.

**Alors que les partisans d'une approche axée sur plusieurs facteurs de risque insistent sur les synergies, ses détracteurs craignent que les problèmes spécifiques ne soient dissimulés. Que leur répondez-vous ?**

**Roy Salveter:** Les cinq MNT les plus courantes, mais aussi de nombreuses autres maladies sont toutes influencées par quatre facteurs: le

tabagisme, la consommation d'alcool, l'alimentation et l'activité physique. De plus, l'expérience quotidienne montre que l'alcool, le tabagisme et un manque d'activité physique vont souvent de pair. Une approche globale est donc pertinente pour prévenir les MNT. Bien sûr, cela n'exclut pas de se pencher aussi directement sur certains facteurs de risque, en particulier dans les processus politiques. Toutefois, les mesures réglementaires – portant notamment sur le tabac ou l'alcool – n'entrent pas dans les stratégies, mais font l'objet d'un travail mené en parallèle, dans le cadre des débats parlementaires.

**Kathrin Huber:** Nous ne remettons pas en cause le principe fondamental de notre approche coordonnée. Mais il va de soi qu'il y aura toujours aussi des projets ou des interventions dédiés à une substance ou à un risque spécifique.

**Comment les stratégies Addictions et MNT contribuent-elles à protéger les personnes défavorisées ?**

**Bettina Abel:** Comme pour beaucoup d'autres sujets, nous n'avons pas réinventé la roue concernant l'égalité des chances par ces stratégies. Nous nous appuyons plutôt sur des activités qui ont déjà été menées auparavant dans certains cantons. Des tentatives ont notamment été faites pour aborder la population migrante et les réfugiés. Nous avons pu renforcer ce type de projets et mesures spécifiques dans le cadre des stratégies.

**Salome von Greyerz:** Depuis plus de dix ans déjà, l'OFSP veille à ce que tous les supports d'information soient disponibles dans les principales langues parlées par la population migrante. Mais nous faisons

aussi toujours plus en sorte de ne pas réduire le thème de l'égalité des chances au fait de posséder un passeport suisse ou non. Nous voulons aborder ce sujet de manière plus vaste en nous préoccupant notamment de l'impact de l'éducation ou de la classe sociale. Il existe des univers de vie très différents et notre travail de prévention doit aussi prendre en considération les réalités des personnes isolées ou âgées, par exemple.

**«Le volontariat apporte la garantie que les décisions seront portées par tous.»**

**Quelles priorités fixez-vous pour les quatre prochaines années ?**

**Kathrin Huber:** Nous souhaitons que cette seconde étape soit davantage consacrée à l'égalité des chances. Le nouveau rapport de base sur ce thème est paru en 2020 et nous avons adapté le plan de mesures de la stratégie MNT en conséquence. L'heure est maintenant à la mise en œuvre. Les organisations responsables offrent leur soutien lorsque cela s'avère nécessaire. De plus, nous continuons à entretenir des échanges avec les professionnels et aidons à la diffusion d'approches qui ont fait leurs preuves dans la pratique.

**Bettina Abel:** La crise liée au coronavirus a aussi montré que les MNT sont un sujet important: les personnes diabétiques ou atteintes de maladies cardio-vasculaires qui sont infectées par le nouveau coronavirus ont un risque plus élevé de développer une forme grave que la population générale. Même en ces temps incertains, nous restons fidèles à notre objectif: permettre au

### Kathrin Huber

Depuis 2017, la secrétaire générale suppléante de la CDS dirige entre autres le secteur Promotion de la santé et prévention.

### Salome von Greyerz

À la tête de la division Stratégies de la santé de l'OFSP, Salome von Greyerz élabore avec son équipe des projets de loi et des stratégies portant sur plusieurs sous-domaines de la politique de santé.

### Roy Salveter

Le responsable de la division Prévention des maladies non transmissibles de l'OFSP met en œuvre les deux stratégies Addictions et MNT avec son équipe.

### Bettina Abel

En tant que vice-directrice de PSCH, Bettina Abel est responsable du développement, de la planification et de la mise en œuvre de différents programmes, notamment en faveur d'un poids corporel sain, de la santé psychique et des personnes âgées.

plus grand nombre possible d'individus en Suisse de bien s'en sortir dans la vie, au niveau privé comme au niveau professionnel ou scolaire, en étant en bonne forme physique et mentale. Nous nous montrerons donc persévérants et resteront pleinement engagés en faveur de la bonne santé de la population pendant toute la seconde moitié de ces stratégies. Il est important à nos yeux de continuer de travailler sur les mêmes thèmes, de poursuivre les projets engagés – et de les évaluer. Cela nous permettra de déterminer ce qui fonctionne bien ou moins bien dans la pratique.

**Roy Salveter:** Les stratégies ne nous permettent pas de contraindre qui que ce soit. Nous misons plutôt sur une coopération volontaire. Bien sûr, cela implique un travail intensif de coordination, mais, en contrepartie, nous pouvons compter sur l'engagement de nos partenaires lorsque des décisions sont prises en commun. Le volontariat apporte la garantie que les décisions seront portées par tous. Cela nous assure aussi d'être tous sur la même longueur d'onde. Dans la première moitié de la stratégie MNT, nous avons envisagé et mis en place beaucoup d'activités. La seconde moitié devra être consacrée à poursuivre ce qui a été commencé, à le mettre en œuvre – et à faire décoller tous les projets.

Contact:

Angelina Vangopoulou,  
angelina.vangopoulou@bag.  
admin.ch

# Prévenir plutôt que guérir

Suivant le proverbe « mieux vaut prévenir que guérir », la prévention dans le domaine des soins offre un grand potentiel pour améliorer la santé des individus. La notion de parcours de santé joue un rôle clé dans cette démarche.

Plus de 80% des coûts de la santé sont imputables aux maladies non transmissibles (MNT), aux maladies psychiques et aux addictions. Malgré sa très grande qualité, le système de santé suisse présente cependant des failles dans ces domaines. Le poids accordé à la prévention reste trop faible et l'individu n'est pas assez au centre des préoccupations. À cela s'ajoutent une fragmentation importante du système de santé et des interruptions fréquentes dans la chaîne des soins (hôpital – médecin de famille, par exemple). La prévention dans le domaine des soins (PDS) a pour objectif de combler ces lacunes. Cette approche vise d'une part à renforcer la prévention au sein même du système de santé (pharmacie, cabinet médical, hôpital, etc.), mais aussi au-delà (services sociaux, centre de conseil, loisirs, etc.). Elle attache une attention particulière à mettre en réseau les acteurs concernés de manière à garantir une continuité dans la chaîne de prise en charge des individus.

La PDS encourage et soutient la mise en place de parcours de santé

chez les personnes malades ou présentant un risque accru de maladies. Elle renforce la mise en réseau des secteurs de la santé, du social et des collectivités, tout en tenant compte du cadre de vie des individus. Elle vise à intégrer les interventions préventives dans le traitement et les prestations de conseil en privilégiant une approche biopsychosociale plutôt que strictement biomédicale.

Les mesures déployées dans le cadre de la PDS aident, d'une part, les individus à stabiliser voire améliorer leur état de santé et à renforcer leurs compétences, et, d'autre part, favorisent l'établissement des conditions-cadres nécessaires pour y parvenir. La PDS contribue ainsi à améliorer la qualité de vie des personnes concernées et à réduire le recours aux soins et, par conséquent, à limiter les coûts de la santé.

## Priorité au parcours de santé

La mise en œuvre des mesures dans le champ d'action PDS comprend le soutien de projets PDS. En étroite collaboration avec l'OFSP,



Le parcours de santé est le chemin individuel vers plus de santé. Le projet « Pas à Pas+ », qui aide les gens à redevenir physiquement actifs, en est un exemple.

Promotion Santé Suisse (PSCH) soutient depuis 2018 des projets qui renforcent la PDS. Selon les réactions des acteurs impliqués, le concept et la définition doivent toutefois être affinés. Début 2020, l'OFSP, en collaboration avec PSCH, a démarré les travaux pour adap-

ter le document de base PDS avec le soutien de partenaires externes.

La nouvelle version du document de base PDS, publié au mois de novembre 2020, est axée sur la notion de parcours de santé. Il s'agit d'un parcours de prise en charge adapté aux besoins de la

## Forum

### La stratégie Addictions: un cadre inspirant à manier avec soin



Quand il a adopté la stratégie Addictions, le Conseil fédéral a légitimé une vision plus transversale des addictions. Une fois le mouvement de transversalité lancé, où doit-il s'arrêter? Faut-il tout embrasser d'un même regard? Je rappelle ici les deux écueils à éviter.

#### 1. Fusionner avec MNT ou santé mentale

Il y a bien entendu une limite, celle de la capacité d'abstraction des acteurs. Le cadre politique que nous pouvons proposer doit être à la bonne hauteur. Soit être suffisamment inspirant pour stimuler les innovations, mais tout autant attaché aux réalités de terrain que connaissent les acteurs à qui ce cadre s'adresse. Aujourd'hui, fusionner les stratégies MNT et Addictions (voir même santé mentale) dépasserait clairement cette limite. Contrairement aux sujets sanitaires (MNT), les addictions demeurent des questions essentiellement morales. Par cela, on entend que les décisions en la matière ne sont pas « rationnelles », mais « culturelles » et « contextuelles ». Une partie du travail d'accompagnement ne consiste pas à lutter contre une « maladie », mais à s'occuper des conséquences de ce

jugement moral sur les personnes. Oublier que ce domaine fragile ne peut se passer d'un pilotage politique propre, avec un leadership fort et des politiques spécifiques, nous conduirait à de funestes conséquences qui doivent à tout prix être évitées.

#### 2. Perdre la spécificité des problématiques addictives

Les comportements addictifs procèdent de réalités sociales: boire un verre de vin n'a pas la même signification sociale que de consommer de l'héroïne, et ce n'est pas la dangerosité qui est la source de cette distinction. Cette matrice économique et culturelle nous oblige à continuer à considérer des actions spécifiques par produits, parce que ces produits appartiennent à des registres sociaux différents. Confondre la stratégie avec la réalité du terrain reviendrait ici à abandonner le modèle biopsychosocial, qui rappelle que le contexte fonde l'addiction, au même titre que le produit et l'individu.

#### Conclusion

La stratégie Addictions reste un outil performant de transformation, mais son aire de validité doit être rappelé. Le concept d'addiction et sa généralisation dans la société ne provoquent pas — encore — des changements si grands que les différences entre les produits s'estompent, tant du point de vue

économique, social ou culturel, ni que l'addiction deviendrait une maladie comme les autres. Ce document n'a pas, à lui seul, la capacité de changer la société. Un trait de crayon, aussi affûté soit-il, ne saurait gommer la différence de nature entre problématiques addictives et MNT. Également, il en faudra plus pour venir à bout des représentations baroques sur les produits, qu'une histoire économique et culturelle séculaire nous a léguées. Oublier ces deux vérités nous ferait prendre le risque d'avoir un remède pire que le mal. Nous devons donc la prendre pour ce qu'elle est: un cap inspirant destiné au acteurs sociaux, qui peuvent s'en servir pour stimuler les transformations à venir. Elle éclaire le chemin à parcourir, tout en restant opérationnelle pour le temps présent.

Jean-Félix Savary  
GREa – Groupement Romand d'Etudes des Addictions, jf.savary@grea.ch



# Programmes d'action cantonaux : vue d'ensemble et aperçu

## Soutien de projets PDS

PSCH soutient des projets dans le domaine des MNT, des addictions et de la santé psychique. Le soutien de projets met l'accent sur des projets novateurs, mais aussi sur le développement, la diffusion ou l'ancrage de projets existants.

- Trois cycles de soutien (2018, 2019 et 2020)
- Projets soutenus : 43
- Prochain appel à projets : septembre 2021

personne qui met l'accent sur les interventions préventives. Ce parcours peut beaucoup varier d'un individu à l'autre et implique différents systèmes (système de santé et social, par exemple).

Le projet « Pas à Pas+ » (PAP+), qui profite du soutien de projets PDS, le montre bien. Le projet « Pas à Pas+ » favorise la reprise d'activité physique pour des patients insuffisamment actifs et/ou à risque de développer une pathologie. Les médecins ordonnent une prise en charge par des spécialistes en activités physiques adaptées (APA), lesquels assurent un suivi de la reprise de l'activité physique et orientent, au besoin, les bénéficiaires vers les réseaux d'offres existantes. PAP+ a pour objectif d'intégrer la délégation d'activités physiques dans le quotidien des médecins de premiers recours et autres professionnels de la santé et du social. La PDS facilite ce type de démarche.

Contact :  
Alberto Marcacci, section Prévention dans le domaine des soins,  
alberto.marcacci@bag.admin.ch

- Liens :
- Document de référence et brochure sur la prévention dans le domaine des soins : <https://tinyurl.com/yyph3n6t>
  - Prévention dans le domaine des soins PSCH : [www.promotionsante.ch/pds](http://www.promotionsante.ch/pds)
  - Projet « Pas à Pas+ » : [www.pas-a-pas.ch](http://www.pas-a-pas.ch)

Promotion Santé Suisse (PSCH) met en œuvre des programmes d'action cantonaux (PAC) en collaboration avec 24 cantons. Objectif : les enfants, les adolescents et les personnes âgées favorisent une alimentation équilibrée, bougent plus et restent en bonne santé psychique. Prenons l'exemple de quatre cantons pour avoir un aperçu des actions menées.

## Canton de Schaffhouse (module A)

- Le PAC a pour vocation d'aider les écoles et les structures extrascolaires à créer un environnement encourageant l'activité physique et à proposer une alimentation équilibrée.
- Le PAC garantit des offres d'activité physique en collaboration avec les communes (gymnases publics, par exemple). La population est informée de ces offres via le portail [wegweiser.sh](http://wegweiser.sh).

## Canton de Nidwald (modules A et C)

- Le canton propose à tous les groupes cibles des offres à bas seuil autour de l'activité physique, de l'alimentation et de la santé psychique, contribuant ainsi à l'égalité des chances.
- L'accent est particulièrement mis sur l'encouragement précoce : un solide réseau a été développé entre les principaux acteurs du

secteur, qui participent activement au travail réalisé. Le PAC est mené en étroite coordination avec le concept d'encouragement précoce et le programme d'intégration cantonal, ce qui crée de nouvelles synergies.

## Canton de Berne (modules B et D)

- Avec le programme « Vieillir en forme », le canton déploie des offres ancrées dans la vie quotidienne et propose une vaste gamme d'informations sur des thèmes liés à la vieillesse.
- Ce programme va au-delà du PAC en misant beaucoup sur la collaboration avec des multiplicateurs.
- Grâce à la diffusion de conseils autour de la santé dans la presse écrite ou lors de manifestations, à des consultations téléphoniques gratuites et à une prise de contact proactive, le programme touche aussi les personnes âgées isolées vulnérables.

## Canton de Fribourg (module C)

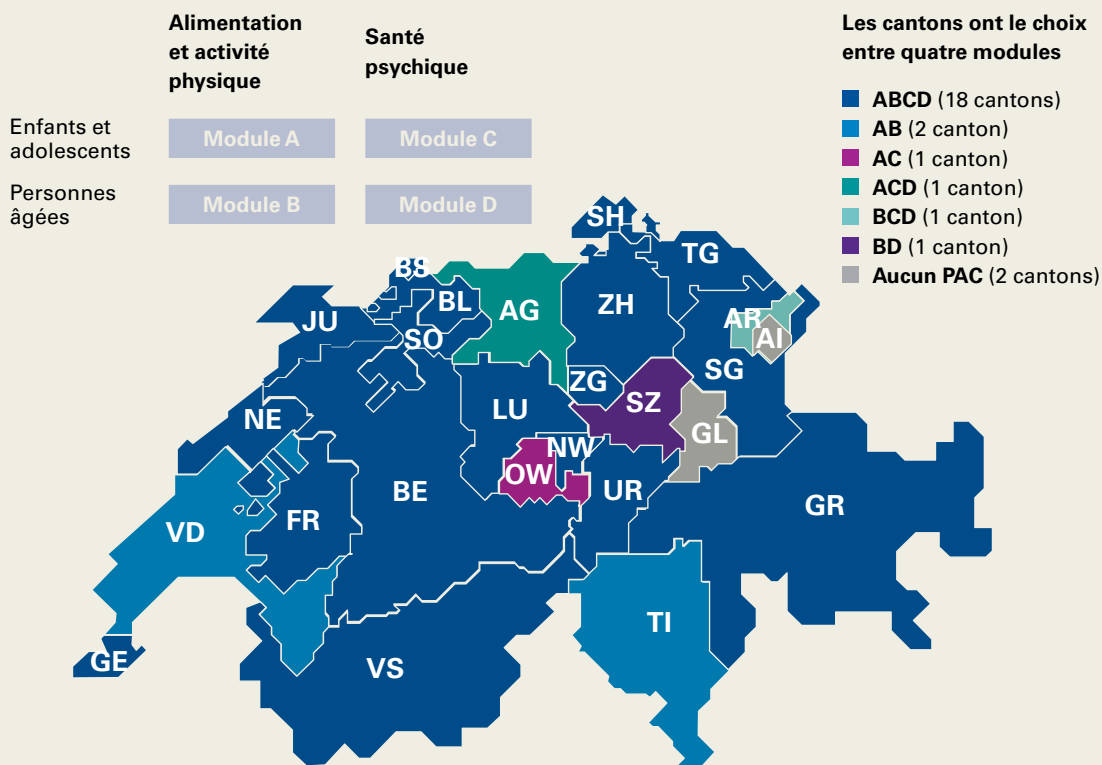
- Le PAC se caractérise par un bon équilibre entre offres destinées à des groupes cibles spécifiques et prestations universelles.
- Le canton se concentre plus particulièrement sur la santé psychique, notamment avec la campagne [santepsy.ch](http://santepsy.ch) ou le projet « Fleurs de chantier » en faveur d'une image corporelle positive.
- Le PAC est très bien intégré dans le programme de la législature, les stratégies cantonales et les programmes de prévention et de promotion de la santé.

Contacts :  
Division Prévention des maladies non transmissibles :  
[ncd-mnt@bag.admin.ch](mailto:ncd-mnt@bag.admin.ch)

Chiara Testera Borrelli, Promotion Santé Suisse, responsable de l'équipe PAC,  
[chiara.testera@promotionsante.ch](mailto:chiara.testera@promotionsante.ch)

Lien :  
Programmes d'action cantonaux :  
[www.promotionsante.ch/pac](http://www.promotionsante.ch/pac)

## Modules PAC 2020



# Promotion de la santé psychique : diverses mesures, de multiples acteurs

La santé psychique est un facteur décisif pour mener une vie heureuse et autonome. Cet article vous donnera un aperçu des diverses mesures de promotion de la santé psychique et de prévention des maladies psychiques en Suisse ainsi que des acteurs engagés dans ces domaines.

Les maladies psychiques comptent parmi les maladies non transmissibles les plus fréquentes. Elles regroupent de nombreux tableaux cliniques tels que la dépression, les troubles anxieux, les psychoses, mais aussi les différentes formes de démence et les addictions. On estime que jusqu'à un tiers de la population est touché par une telle maladie au cours d'une année. Les maladies psychiques peuvent avoir de graves répercussions sur la qualité de vie et ont un coût élevé pour l'économie, qui atteint 23 milliards de francs en Suisse selon les estimations d'une étude OCDE datant de 2018. Cela comprend le coût des traitements, mais aussi des frais supplémentaires supportés par le système social ou l'économie, notamment en raison d'arrêts de travail.

## Quatre champs d'action

La promotion de la santé psychique et la prévention des maladies psychiques sont donc des enjeux sociétaux importants, qui sont gérés par des acteurs multiples – dont l'OFSP. Dans le rapport «Santé psychique en Suisse», l'OFSP, Promotion Santé Suisse (PSS) et la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) ont défini huit ensembles de mesures dans quatre champs d'action, avec un objectif : promouvoir la santé psychique et prévenir les maladies psychiques.

## Ensemble pour la santé psychique

Les acteurs intervenant dans le domaine de la santé psychique sont nombreux. Beaucoup d'organisations spécialisées, d'associations professionnelles et d'ONG œuvrent aux côtés des communes et des cantons. La Confédération assume avant tout des tâches de coordination et harmonise les mesures prévues avec les stratégies MNT et Addictions ou le plan d'action national pour la prévention du suicide (voir encadré). La mise en œuvre d'interventions concrètes visant à promouvoir la santé psychique incombe principalement aux cantons. PSS soutient les cantons par des programmes d'action cantonaux (PAC). Les fonds alloués à la mise en œuvre proviennent du supplément de prime pour la prévention générale des maladies.

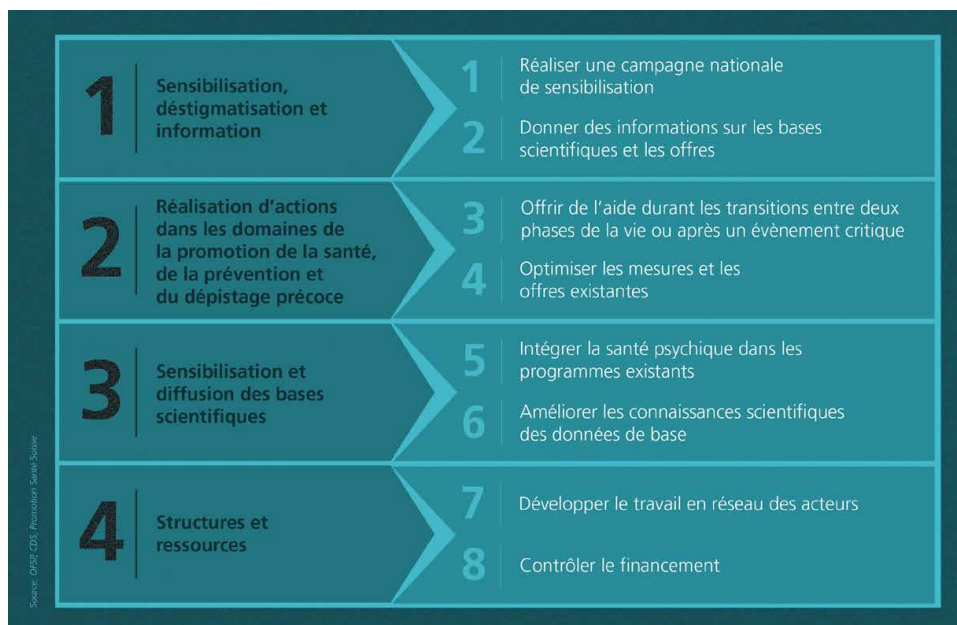
## Promotion cantonale

À ce jour, 21 cantons mettent en œuvre des mesures visant à promouvoir la santé psychique des personnes âgées ou des enfants et adolescents dans le cadre d'un PAC. Les actions entreprises vont d'interventions concrètes jusqu'à un travail de sensibilisation du grand public à la santé psychique en passant par des adaptations des bases légales et le développement de réseaux entre les acteurs.

En Suisse orientale, par exemple, le réseau de soutien périnatal «Mutterglück!?» a été créé pour soutenir les familles dans la période qui entoure la naissance d'un enfant. Par ailleurs, de nombreux cantons favorisent le développement des compétences éducatives des parents grâce à des visites à domicile et renforcent les ressources des enfants et des adolescents par des offres de prévention à l'école et pendant les loisirs. Les mesures destinées aux personnes âgées visent non seulement à renforcer les compétences individuelles utiles pour la vie et liées à la santé, mais aussi à soutenir les proches aidants. Dans le canton de Vaud, le travail de l'association «Espace proches» allie information, conseil et soutien dans un centre et des antennes régionales accueillant les proches aidants.

## Campagnes de sensibilisation

En complément des efforts déployés par les cantons, deux campagnes sont menées sur mandat de PSS afin de sensibiliser la population à la santé psychique. En Suisse alémanique, la campagne «Comment vas-tu?» encourage à parler du stress psychologique avec des questions concrètes et des astuces pour ouvrir la discussion. Elle insuffle en outre une dyna-



Le graphique montre les quatre champs d'action et les huit ensembles de mesures que l'OFSP, Promotion Santé Suisse et la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé utilisent comme base pour leur travail dans le domaine de la santé mentale.

mique pour renforcer la santé psychique. En Suisse romande et dans le Tessin, la plateforme santépsy.ch vise à informer divers groupes cibles de l'importance de prendre soin de sa santé psychique. Les deux campagnes montrent ainsi que la psyché – à l'instar du corps – peut être renforcée.

## Sur de bons rails

La mise en œuvre des mesures visant à promouvoir la santé psychique a bien débuté. Presque tous les cantons sont actifs dans ce domaine au travers d'un PAC. Des campagnes de sensibilisation et de nombreuses interfaces, notamment avec les MNT et les addictions, ont été créées. Il s'agit à présent de consolider les acquis et de favoriser les interconnexions entre les activités.

## Plan d'action national pour la prévention du suicide en Suisse

Le plan d'action national pour la prévention du suicide, qui vise à réduire le nombre de suicides et de tentatives de suicide lors d'une réaction aiguë à un facteur de stress ou en cas de maladie psychique, est déployé par la Confédération en collaboration avec d'autres acteurs depuis 2017. Il comprend 10 objectifs et 19 mesures. Un rapport commandé par l'OFSP sera publié à l'été 2021 pour faire le point sur sa mise en œuvre. Une conférence des parties prenantes sera également organisée à Berne le 15 juin 2021 afin de dresser un état des lieux.

## Contacts :

Lea Pucci-Meier, section Politique nationale de la santé, lea.pucci@bag.admin.ch

Fabienne Amstad, Promotion Santé Suisse, fabienne.amstad@promotionsante.ch

## Liens :

- Santé psychique en Suisse. État des lieux et champs d'action, OFSP, 2016 : <https://tinyurl.com/y6hmq7n3>
- Liste d'orientation PAC 2019 : <https://tinyurl.com/y2nf5zmj>
- Plan d'action national pour la prévention du suicide : [www.ofsp.admin.ch/prevention-dusuicide](http://www.ofsp.admin.ch/prevention-dusuicide)
- Comment vas-tu ? [www.comment-vas-tu.ch](http://www.comment-vas-tu.ch)
- SantéPsy.ch
- [www.santepsy.ch/fr](http://www.santepsy.ch/fr)

# « Aujourd’hui, il s’agit plutôt de la biture express ou des addictions comportementales »

Cinq questions à Franziska Eckmann, directrice d’Infodrog, Centrale nationale qui soutient institutions et autorités dans le développement d’offres – toujours plus vastes – d’aide aux personnes dépendantes. Dans l’œil du viseur : les substances illégales, mais aussi l’alcool et les addictions comportementales.

## 1 Quelle est la mission d’Infodrog ?

Infodrog est la Centrale nationale de coordination des addictions mise en place par l’OFSP. Nous sommes dix collaborateurs au total et avons la charge de mettre en œuvre des projets pilotes nationaux, d’organiser des congrès spécialisés et de gérer des bases de données et des sites Internet comme Indexaddictions.ch, qui répertorie à l’échelle nationale toutes les institutions proposant une aide aux personnes dépendantes en ambulatoire ou en milieu hospitalier, mais aussi les groupes d’entraide et les associations de parents. Notre mission a évolué au fil du temps. Alors que, dans les années 1990, il s’agissait surtout d’endiguer des problèmes liés aux scènes ouvertes de la drogue, nous avons vu apparaître par la suite d’autres phénomènes comme la biture express ou la culture des rave parties, qui est associée à la consommation de nouvelles substances. Notre offre est aujourd’hui de plus en plus large. Nous ne cibons plus seulement les substances illégales, mais aussi l’alcool et les addictions comportementales.

## 2 L’OFSP a créé Infodrog, mais n’est pas votre employeur ?

Non. Depuis 2009, la responsabilité d’Infodrog revient à Radix, Fondation suisse pour la santé. Radix est indemnisée par l’OFSP pour les prestations d’Infodrog. Nos prestations consistent principalement en des travaux d’information et de coordination, souvent menés en arrière-plan. Lors du développement de SafeZone.ch, par exemple, il nous a fallu rassembler autour de la table 25 services spécialisés de 17 cantons répartis dans toutes les régions linguistiques et les relier entre eux dans le cadre d’une plateforme nationale. Cela a permis de créer un portail offrant aux personnes touchées, à leur famille et à leurs proches une prestation de conseil en ligne gratuite et anonyme autour de questions liées aux addictions. SafeZone.ch est une œuvre commune : Infodrog gère la plateforme et est chargé de la formation continue des conseillers en collaboration avec des experts de services spécialisés locaux ou venant d’Allemagne. Le conseil en lui-même est de la compétence des cantons et est assuré par les équipes des services spécialisés correspondants.

## 3 En quoi consistent les offres destinées à réduire les dommages qui sont soutenues par Infodrog dans le domaine des addictions ?

En dépit de restrictions et d’interdictions, l’être humain consomme depuis des millénaires des substances addictives. Nous souhaitons réduire les dommages pour la personne concernée et la société en promouvant des pratiques les moins risquées et les plus éclairées possible. C’est pourquoi nous rassemblons aussi les alertes actuelles publiées dans le cadre des offres d’analyse de drogues à Zurich, Berne, Olten, Bâle, Genève et Lucerne, par exemple. De plus, la plateforme SafeZone.ch propose des informations sur des substances inattendues et dangereuses en français, en allemand et en italien. Actuellement, les cannabinoïdes de synthèse vaporisés sur du cannabis produit légalement ou « cannabis CBD » font notamment couler beaucoup d’encre. Ces cannabinoïdes de synthèse ajoutés illégalement peuvent entraîner de puissants effets secondaires ou de dangereux surdosages.

## 4 Selon le contrat de prestations, les prestations rémunérées d’Infodrog comprennent aussi une intervention précoce dans toutes les phases de la vie. Qu’entend-on par-là ?

L’école permettant d’avoir facilement accès à une large population, les efforts déployés en matière de prévention ont longtemps été axés sur les adolescents et les écoliers. Mais nous sommes désormais convaincus qu’une addiction peut apparaître à tout moment et que de nombreuses personnes risquent de devenir dépendantes après avoir atteint l’âge de la retraite ou, plus tard, après leur entrée en EMS. C’est pourquoi Infodrog collabore par exemple avec des associations des secteurs des addictions et de la vieillesse afin de parvenir à une meilleure prise en charge des personnes âgées, notamment dans le cadre de concepts d’accompagnement pour les maisons de retraite. Toutefois, nous manquons encore d’offres spécifiques pour les personnes d’âge moyen, qui sont sou-



Franziska Eckmann, directrice d’Infodrog, Centrale nationale de coordination des addictions

vent stressées et ont parfois une consommation problématique de substances dopantes ou d’alcool.

## 5 Jetons un regard vers l’avenir. Dans quelle direction l’aide aux personnes dépendantes évolue-t-elle ?

Nous sommes de plus en plus concernés par la numérisation. Beaucoup de nouveaux défis et prescriptions doivent être pris en compte en la matière, notamment en ce qui concerne la protection des données. S’agissant du conseil, nous constatons une tendance à l’autogestion numérique et au « blended counselling », c’est-à-dire à des formes de conseil mixtes entre consultation en ligne et entretien direct. Il existe un grand potentiel dans ce domaine qui est loin d’être épuisé.

Contact :  
Franziska Eckmann, directrice d’Infodrog, Centrale nationale de coordination des addictions,  
f.eckmann@infodrog.ch

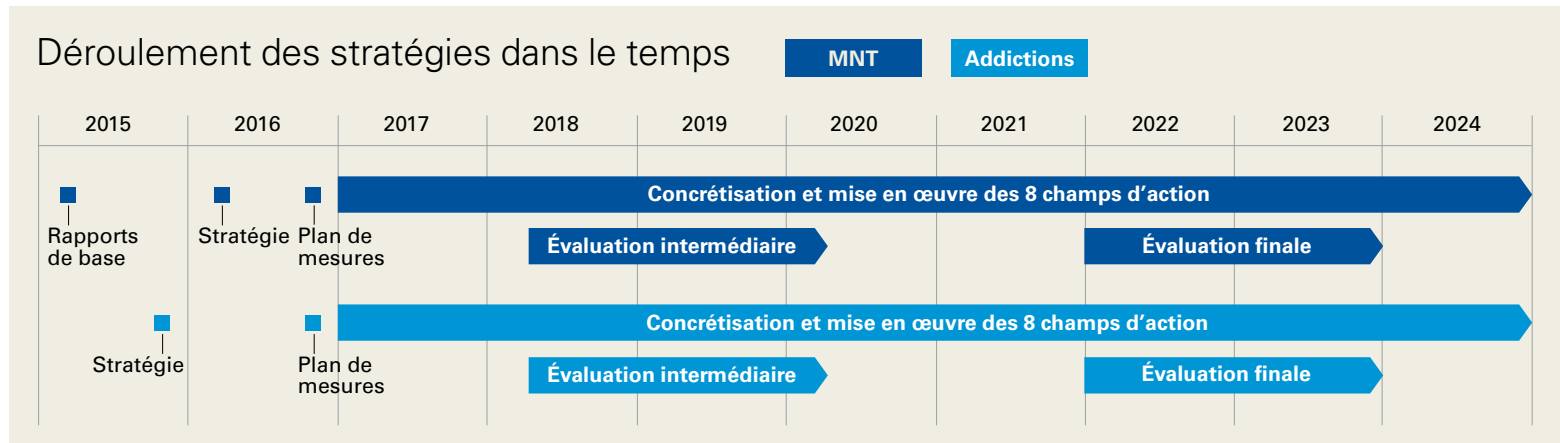
Lien :  
www.infodrog.ch



Alors que dans les années 1990, la principale préoccupation était de contenir les problèmes liés aux scènes ouvertes de la drogue, d’autres phénomènes, tels que la biture express, sont apparus plus tard.

# Les stratégies MNT et Addictions en chiffres

En déployant les deux stratégies MNT et Addictions, l'OFSP et les partenaires impliqués ont veillé au développement de vastes réseaux et au renforcement des échanges à tous les niveaux – les stratégies ont même été abordées au Parlement. Voici quelques faits et chiffres relatifs à la période 2017–2020.



## Développement de réseaux et information

Au niveau national		Pour les cantons	
5	Conférences des parties prenantes	4	
1229	Participants	216	
48	Ateliers/séances sous-plénières	13	
162	Intervenants	22	
25	Interventions en séance plénière	12	
32	Newsletters	9	



## Quelques exemples choisis de mesures de divers acteurs

- |  |   |
|--|---|
| 6 programmes de prévention de l'alcoolisme dans les cantons                                      | 30 projets dans le domaine de l'intervention précoce dans le monde du travail                                     |
| 8 projets encourageant la mobilité active qui bénéficient d'un accompagnement                    | 31 demandes de financement approuvées dans le cadre du Fonds de prévention du tabagisme (2017–2019)               |
| 10 projets modèles pour un développement territorial durable qui bénéficient d'un accompagnement | 43 projets encouragés pour la prévention dans le domaine des soins  |
| 13 programmes de prévention multithématiques dans les cantons                                    | 47 projets soutenus dans le cadre du Fonds de prévention des problèmes liés à l'alcool (2017–2020)                |
| 13 programmes de prévention du tabagisme dans les cantons  | 101 indicateurs consultables sur le site Internet MonAM   |
| 21 acteurs impliqués dans le plan d'action de la Stratégie suisse de nutrition (OSAV)            | 1 920 écoles membres du Réseau d'écoles21   |
| 24 programmes d'action cantonaux (alimentation, activité physique, santé psychique)              | 7 225 achats de tests d'alcool (2019)   |
| 30 fiches d'information pour un transfert de connaissances                                       | 82 841 moniteurs J+S reconnus qui ont assuré des offres sportives destinées aux enfants et aux adolescents (2019) |

**Impressum :** spectra 129, décembre 2020

« **spectra** » est un bulletin d'information de l'Office fédéral de la santé publique qui paraît quatre fois par an en français, en allemand et en anglais. Il publie également des opinions qui ne coïncident pas avec la position officielle de l'office.

**Éditeur :** OFSP, 3003 Berne, tél. 058 463 87 79, fax 058 464 90 33, [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)

**Réalisation :** Adrian Heuss, advocacy ag

**Responsable de la commission de rédaction :** Adrian Kammer, [adrian.kammer@bag.admin.ch](mailto:adrian.kammer@bag.admin.ch)

**Commission de rédaction :** Rahel Brönnimann, Claudia Brunner, Lea von Wartburg, Selina Lusser-Lutz, Daniel Dauwalder

**Textes :** advocacy ag, collaborateurs de l'OFSP, Ori Schipper

**Photos/Copyrights :** collaborateurs de l'OFSP, Fotolia, iStock by Getty Images, Urs Stalder

**Graphisme :** VischerVettiger Hartmann AG, Bâle

**Impression :** Bütiger AG, 4562 Biberist

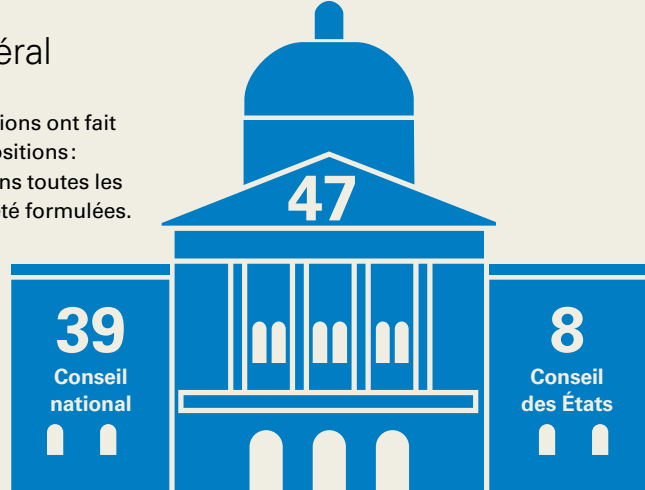
**Tirage :** 5000 ex. D, 2500 ex. F, 800 ex. E

Il est possible de commander des numéros séparés et des abonnements gratuits à : Office fédéral de la santé publique, Section Information sanitaire et campagnes, 3003 Berne, [kampagnen@bag.admin.ch](mailto:kampagnen@bag.admin.ch)

## Les stratégies au Parlement fédéral

Les stratégies MNT et Addictions ont fait l'objet de nombreuses propositions : 47 propositions, réparties dans toutes les fractions du Parlement, ont été formulées.

- Partis**
- 19 PS
  - 14 UDC
  - 6 PDC
  - 4 PVL
  - 2 PLR
  - 1 PBD



- Propositions**
- 33 MNT
  - 21 Addictions
  - 7 pour les deux stratégies

**Contact**  
Section, Service

Division Prévention des maladies 058 463 87 11 non transmissibles

Section Prévention et promotion 058 463 88 11 (maladies transmissibles)

Section Égalité face à la santé 058 463 06 01

Section Politique nationale 058 463 06 01 de la santé

Section Information sanitaire et campagnes 058 463 87 79

[www.spectra-online.ch](http://www.spectra-online.ch)