

Evaluation de l'entretien motivationnel pour la pratique de l'activité physique chez le diabétique.

- L'auteur : Khelifa Meriem Infirmière de santé public
- Les co-auteurs : *K.Ouerdane, *Z.Arbouche, **A.Boudjoudi service de diabétologie endocrinologie CHU Béni Messous, Alger .
(*) Endocrinologue, (**) psychologue de la santé

Introduction :

Créé par William R .Miller et Stephan Rollnick , l'entretien motivationnel (EM) est une méthode de communication centrée sur la personne ;visant au changement de comportement de cette dernière. Parmi les comportements à encourager chez le diabétique , l'activité physique qui représente l'un des piliers de la prise en charge.

Objectifs :

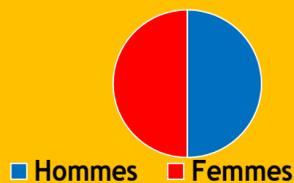
- Evaluer l'impact de l'entretien motivationnel sur l'amélioration du score d'activité physique dans une population diabétique.
- Evaluer le bénéfice de cette activité physique sur le poids et l'HbA1c.

Matériels et méthodes :

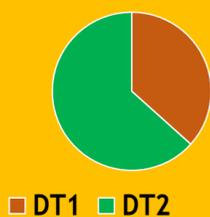
il s'agit d'une étude prospective , réalisée entre Oct 2017 et Sep 2018 au service de diabétologie du CHU Béni Messous. Durant cette période 09 ateliers de l'activité physique ont été organisés , ceci concerné 46 patients dont 30 ont pu être évalués en moyenne 3 mois après leur EM.

Résultats :

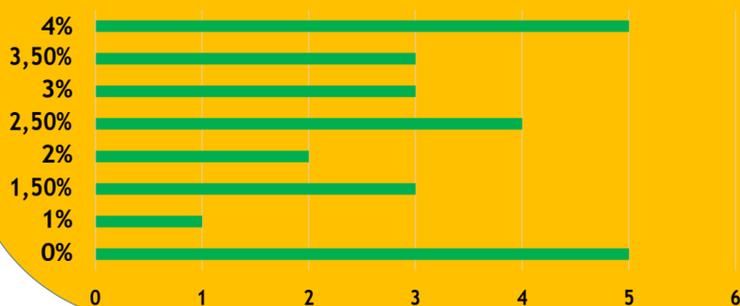
Répartition selon le sexe



Répartition selon le type de diabète



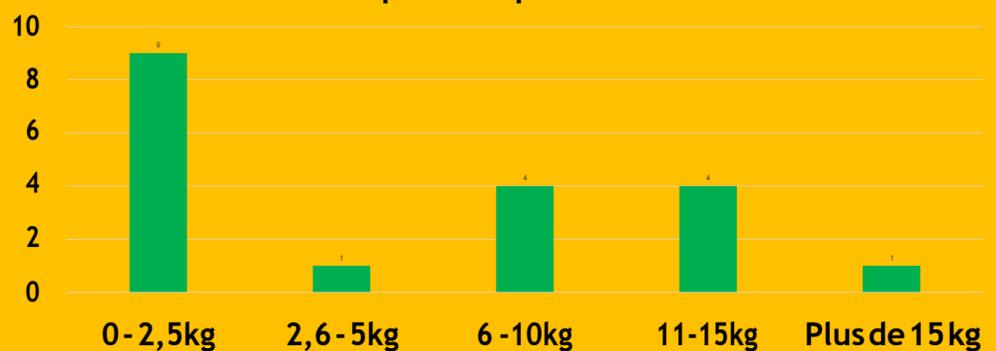
Evolution de la diminution de l'HbA1c entre T0 et T3 mois :



Evaluation du score d'activité physique selon le score de RICCI et GAGNON :

		T 0	T 3 Mois
< 16	Peu actif	03	00
16 - 32	Assez actif	25	26
> 32	Très actif	02	04

Evolution de la perte de poids entre T0 et T3 mois :



- 21/30 cas (70%) ont vu leur HbA1c diminuée de 1 à 4%.
- 5/30 cas (17%) HbA1c est stable.
- 5/30 cas (17%) HbA1c a augmenté.

Conclusion : Cette première expérience éducative utilisant l'entretien motivationnel , montre clairement ses bénéfices.il s'agit d'une thérapie ciblée mais qui peut s'organiser en atelier de groupe comme lors de cette étude.