

Expérience clinique

J'ai eu la chance de pouvoir intégrer une équipe diététique dans un établissement de santé dédié à la prise en charge de l'obésité.

Dans ce cadre, le patient adhère à un parcours obésité ou une équipe pluridisciplinaire le prend en charge.

Le patient est hospitalisé jour et nuit pour pouvoir suivre ce parcours de façon optimale.

L'équipe pluridisciplinaire est composée de médecins, kinésithérapeutes, psychologues, infirmières et diététiciennes.

La prise en charge diététique consiste à établir un bilan d'entrée, un plan nutritionnel adapté et à proposer des ateliers thérapeutiques sur différents thèmes.

Ces ateliers sont collectifs, et les patients s'inscrivent aux ateliers qui sont les plus pertinents pour eux en fonction de leur connaissances, vécu et besoins.

L'inscription est donc décidée avec la diététicienne qui, lors du bilan individuel d'entrée, détecte et guide le patient vers ses besoins propres en termes de compétences.

Ce que j'ai apprécié lors de cette expérience clinique, c'est justement le fait que le professionnel soit un guide plutôt qu'un décideur.

Le parcours se poursuit jusqu'au temps des repas pris collectivement sous forme de self. Alors qu'auparavant les plateaux étaient servis par le personnel de cuisine, le mode de fonctionnement a été modifié pour permettre au patient de se servir lui-même. La présence de la diététicienne est nécessaire pour guider le patient (explication des quantités, exemple d'assiette type...).

Nous sommes donc bien dans l'apprentissage de compétences d'autosoin.

Certains patients atteints de diabète T2 sont invités à participer à des ateliers dédiés à l'apprentissage d'utilisation des dispositifs d'autosurveillance et aux protocoles en cas d'hypoglycémie. Dans ce cas nous sommes bien dans la recherche de compétence sécuritaire.

Enfin, les ateliers collectifs permettent un échange et un partage sur les différents vécus. La diététicienne mène l'atelier de façon interactive, il ne s'agit pas d'un cours magistral.

L'objectif principal est de développer une réflexion chez le patient quant à sa situation et lui permettre d'adapter les compétences acquises dans divers contextes. Par exemple, dans l'atelier intitulé : « *Je gère mes sorties au restaurant* », le patient acquiert la compétence de savoir faire les bons choix, savoir équilibrer au mieux son assiette, savoir communiquer au personnel du restaurant ses besoins, et communiquer auprès de son entourage également (par ex : en cas de sortie festive, « *je ne peux pas partager cette planche de charcuterie et je préfère choisir mon plat* »).

Il s'agit d'acquérir la compétence d'adaptation.

En quoi il me semble important d'incarner une posture d'éducateur thérapeutique ?

Les premiers mots qui me viennent à l'esprit c'est 'la satisfaction par l'autonomie'.

Je pense sincèrement que le bonheur du patient peut s'obtenir à travers une bonne prise en charge bien sûr, mais surtout par sa capacité à être autonome et donc libre.

Être capable de se prodiguer des soins, de décider pour soi, de faire partie de la cohorte médicale et paramédicale en tant qu'expert de son corps, participe à l'amélioration de l'état de santé du patient et donc de sa satisfaction.

Le terme d'empowerment' prend tout son sens : j'ai des compétences, je sais quand, comment et où trouver celles qui me manquent et donc je me sens fort vis-à-vis de ma pathologie, je prends du pouvoir.

Il me semble important d'avoir cette posture d'éducateur thérapeutique, de celui ou celle qui enseigne, qui accompagne et qui guide vers la compétence recherchée.

Je suis souvent attristée de voir des patients me consulter par exemple pour une perte de poids, en me m'expliquant qu'ils ont déjà consulté, perdu du poids et tout repris, voir plus.

Qu'est-ce qui les a mené à cet échec ? Car cela est bien vécu comme un échec et entraîne bien souvent une perte de confiance en soi.

Ces patients arrivent donc avec des connaissances mais n'ont pas acquis de compétences suffisantes puisqu'ils ont besoin de consulter à nouveau.

Mon objectif serait de les amener à être autonome sur les compétences à mettre en place pour atteindre leur objectif.

Chaque patient est unique de part, son âge, son sexe, son vécu, ses expériences, ses ressentis... nous ne pouvons pas adapter uniquement nos connaissances de praticiens en établissant par exemple un plan alimentaire uniquement basé sur les chiffres (*Métabolisme de base, dépense énergétique, Kcal..*).

De même, le patient est libre de nous dire ce qu'il veut.

Être éducateur thérapeutique à mon sens, c'est transmettre des outils, des clés adaptées au patient et de ce que l'on connaît de lui, mais également de l'amener à créer ses propres outils adaptés à sa situation.