

Mesurer la promotion de la santé : Traduire la science en politique

Measuring Health Promotion: Translating Science into Policy

Eur J Nutr 59(Suppl 2):11-23. doi: 10.1007/s00394-020-02359-1

J.C. Griffiths¹, J. De Vries², M.I. McBurney³, S. Wopereis⁴, S. Serttas⁵, D.S. Marsman⁶

CORRESPONDENCE: J.C. Griffiths jgriffiths@crnusa.org

1. Council for Responsible Nutrition-International, Washington, DC, USA
2. Nutrition in Transition Foundation, Gorssel. The Netherlands
3. Department of Human Health & Nutritional Sciences, University of Guelph, Guelph, Canada N1G 2W1
4. Research Group Microbiology and Systems Biology, Netherlands Organization for Applied Scientific Research (TNO), Utrechtseweg 48, NL-3704 HE, Zeist, The Netherlands.
5. Herbalife Nutrition, Ankara, Turkey
6. Procter & Gamble Health Care, Cincinnati, OH, USA

Résumé : Généralement, c'est en fin de vie, lorsque notre santé se détériore, que beaucoup vont faire des changements drastiques dans leur mode de vie pour améliorer leur qualité de vie. Cependant, il est de plus en plus reconnu que la mise en pratique de comportements favorables à la santé le plus tôt possible dans la vie a l'impact le plus significatif sur la durée maximale de la vie. L'OMS a clarifié la promotion de la santé au cours des quinze dernières années, en se concentrant toujours sur le langage relatif à un processus permettant aux gens de mieux contrôler et d'améliorer leur santé physique, mentale et sociale. Une bonne espérance de vie en bonne santé n'est pas seulement l'absence de morbidité et de mortalité, c'est aussi cette *joie de vivre* qui devrait accompagner chaque jour de notre vie. Par conséquent, la promotion de la santé ne concerne pas seulement le secteur de la santé, mais nécessite un engagement individuel pour atteindre l'objectif d'une vie en bonne santé, alignée sur la durée de vie. Cet article explore la promotion de la santé et la littératie en matière de santé, la manière de concevoir des études nutritionnelles appropriées pour caractériser les facteurs contribuant à un résultat positif en matière de santé, le rôle que joue le microbiome humain dans la promotion de la santé et dans la lutte contre la morbidité et les maladies, et enfin la manière de caractériser la flexibilité phénotypique et la résilience physiologique que nous devons maintenir alors que nos systèmes structurels et fonctionnels sont bombardés par les offenses et les perturbations de la vie.

INTRODUCTION

Au cours des quatre dernières années, le Council for Responsible Nutrition-International (CRN-I) s'est efforcé d'enrichir considérablement le corpus scientifique en orchestrant et en animant une série de présentations d'experts, accompagnées de publications, lors de la réunion annuelle du Comité du Codex Alimentarius (Codex) sur la nutrition et les aliments diététiques ou de régime (CCNFSDU). Les sujets les plus récents sont interdépendants et couvrent la nutrition optimale, le vieillissement en bonne santé et, dans cette dernière itération, les concepts de promotion de la santé. Ces publications antérieures incluaient des perspectives de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), et le symposium qui a donné naissance à ce rapport de conférence a également été présenté dans le contexte des activités du département de la promotion de la santé de l'OMS, résumées ici à partir de documents de l'OMS accessibles au public.

CONCLUSION

La prévention primaire est le moyen le plus efficace et le plus abordable de prévenir les maladies chroniques. Mettre l'accent sur la qualité et la quantité de l'alimentation peut être la meilleure mesure préventive pour atteindre des objectifs personnels et sociétaux à long terme à chaque étape de la vie. Il a été démontré qu'une alimentation optimale, associée à une activité physique appropriée, joue un rôle central dans la réduction des signes observables de corpulence et d'obésité. Comme nous l'avons vu, la perte de l'espérance de vie en bonne santé se manifeste par une myriade de maladies non transmissibles qui sont insidieuses et se manifestent par des événements cardiovasculaires soudains, une insuffisance hépatique, des maladies pulmonaires, le diabète et des cancers de tous types. Et même si ces morbidités graves sont évitées, la perte de cognition, de mobilité et de liens sociaux est souvent la plus grande crainte.

Les acteurs de la santé publique s'accordent à dire que l'inadéquation nutritionnelle et/ou la surconsommation sont influencées par de nombreux facteurs différents et que la refonte des choix alimentaires et des modes de vie nécessitera une collaboration plus large entre les parties prenantes, notamment les chercheurs universitaires, les formulateurs de produits nutritionnels, les professionnels de la médecine, de la diététique et de l'activité physique, les régulateurs et les défenseurs des politiques de santé publique. Mais l'investisseur le plus important, et celui à l'aune duquel le succès pourrait éventuellement être mesuré (ou non) serait en fin de compte les individus constituant *dans leur ensemble* le

grand public. Les architectes des politiques de santé publique et de nutrition ont formulé de nombreuses recommandations en matière de santé publique par le passé, mais les résultats ont le plus souvent échoué en raison du manque d'engagement de toutes les parties prenantes. L'initiative de l'OMS sur la promotion de la santé nécessitera une approche intégrée du problème.

Le manque d'engagement des responsables politiques et des décideurs à impliquer l'ensemble des parties intéressées, le manque de compréhension et/ou l'incapacité à aborder les questions d'instruction et les questions culturelles et de communication ont constitué des obstacles majeurs. Ces facteurs doivent être pris en compte et traités avant le lancement de tout programme de promotion de la santé. Le succès du ou des programmes dépendra de la clarté des objectifs, des attentes et de la fixation de jalons pour mesurer ou confirmer que la santé de la société est sur une trajectoire bénéfique ascendante, en maintenant le statu quo ou, pire, qu'elle diminue. Cette dernière peut être caractérisée par la baisse récente de l'espérance de vie dans certains pays développés, peut-être en raison d'un manque d'engagement du public à comprendre les objectifs et à remettre à demain tout changement de comportement, comme le tabagisme, la consommation excessive d'alcool, la consommation de sucre/sel/graisse, le manque d'exercice, les activités à haut stress/à haut risque, etc. Il y a deux cents ans, Benjamin Franklin a déclaré : « Vous pouvez retarder les choses, mais le temps ne le fera pas », et cela n'a jamais été aussi vrai que dans le domaine de la promotion de la santé et du vieillissement en bonne santé.

La communauté scientifique de la nutrition doit établir des recommandations crédibles et les communiquer de manière à ce que le public adopte un état d'esprit favorable à la santé, en promouvant des habitudes alimentaires qui maximisent une vie saine et agréable. Les messages nutritionnels doivent être fondés sur des preuves appropriées et communiqués de manière à encourager les individus à adopter une alimentation et des modes de vie plus sains, par exemple une activité physique accrue, l'équilibre énergétique, la densité nutritionnelle, la consommation modérée d'alcool, l'absence de tabagisme et la réduction du stress, qui seront bénéfiques pour l'individu, la société et la planète.

Comprendre ce qu'est un « intestin sain » et les changements de régime et de mode de vie nécessaires pour modifier le microbiome d'une personne dans un état bénéfique

aurait un impact sur une personne et donc sur le parcours global de la société vers une durée de vie en bonne santé qui coïncide avec une durée de vie. Des progrès sont réalisés dans la « définition d'un microbiome sain », mais il reste encore beaucoup à faire. Il sera important pour les fabricants d'aliments et de compléments alimentaires et les experts en santé publique d'éviter les mélanges et d'appliquer les résultats comme des possibilités clairement énoncées pour la personne et la population.

Les concepts de nutrition personnalisée ne peuvent porter leurs fruits que si les technologies et les analyses permettant de mesurer la ligne de base et les perturbations de cette ligne existent. La résilience et la flexibilité devront être connues au niveau individuel, de sorte que les adaptations ultérieures à l'offense puissent être déterminées et que les corrections appropriées au mode de vie puissent être apportées presque en temps réel. En adaptant les instructions individuelles à chaque individu, la population devrait progressivement constater des résultats bénéfiques.

La promotion intégrée de la santé devra bénéficier du soutien de l'industrie alimentaire et nutritionnelle. Pour résoudre ce problème de société, les décideurs politiques ne doivent pas seulement se concentrer sur des solutions telles que des taxes ou des incitations supplémentaires, mais aussi adopter des programmes qui touchent de nombreux domaines différents, tels que l'éducation des enfants d'âge scolaire, l'amélioration des connaissances en matière de nutrition et d'étiquetage, la promotion d'un mode de vie actif et engageant, l'aménagement des communautés et des villes pour encourager l'exercice physique et l'accès à des aliments frais et sains, et un centre d'échange fiable pour les conseils et les options en matière de nutrition. Toutefois, le point le plus important sera d'encourager le changement de comportement des individus et de la société. Manger est à la fois une nécessité et un phénomène social et culturel, et son adoption nécessitera un soutien communautaire supplémentaire de la part de la famille, des amis, des prestataires de soins de santé, des conseillers en mode de vie ou des organisations sociales.