

Étude mixte sur l'apport de l'accompagnement par les pairs

Auteurs : Arnaud Bubeck¹, Audrey Namur¹, Coline Hehn¹, Jean-François Thébaut¹

¹ Fédération Française des Diabétiques, Paris, France

Contexte

- **Problématique :** l'accompagnement par les pairs est un levier complémentaire aux approches médicales dans la prise en charge du diabète. Il permet un partage d'expériences et un soutien psychosocial renforcé.
- **Dispositif étudié :** l'accompagnement proposé par la Fédération Française des Diabétiques incluant Élan Solidaire et Café Diabète.
- **Objectif principal :** évaluer l'impact de l'accompagnement par les pairs sur l'autonomie et la qualité de vie des patients diabétiques.

Méthodologie

L'étude repose sur une approche mixte :

Phase qualitative :

- **8 entretiens semi-directifs :** réalisés auprès de présidents d'Associations Fédérées, de Bénévoles Patients Experts (BPE), et d'un ancien président de la Fédération Française des Diabétiques.
- **Focus groups :** organisés avec des adhérents dans **trois régions (Nord, Est, Sud de la France)**.
- **Analyse thématique :** des perceptions et des vécus des participants.

Phase quantitative :

- **Échantillon :** données collectées depuis 2013, avec plus de 10 000 personnes accompagnées et 256 BPE formés.
- **Critères d'inclusion :** personnes atteintes de diabète, participation à au moins une séance d'Élan Solidaire, suivi des BPE.
- **Questionnaires d'auto-évaluation :** mesurant l'évolution des connaissances, la gestion du diabète, l'impact sur les comportements de santé et la satisfaction globale.

Résultats de la phase qualitative

- **Les analyses mettent en lumière plusieurs aspects essentiels de l'accompagnement par les pairs.** Tout d'abord, il offre un espace de parole où les patients peuvent partager librement leur vécu sans crainte de jugement. Les échanges permettent de dédramatiser la maladie, en la repositionnant non comme une contrainte absolue, mais comme une réalité à accepter, et avec laquelle il est possible de composer. L'accompagnement permet de parler autrement du diabète, non avec des termes médicaux, mais avec des mots plus proches du vécu réel et des références des patients, par l'usage de métaphores notamment.

- **L'un des éléments centraux relevés est la création d'un lien social fort, notamment qualifié de « fraternité de souffrance ».** Ce lien favorise l'acceptation du diabète et permet aux patients de développer des stratégies d'adaptation à leur quotidien. De plus, les discussions entre pairs facilitent l'échange d'astuces pratiques sur la gestion des traitements, l'alimentation, l'activité physique et l'impact psychologique de la maladie.

- **Enfin, l'accompagnement par les pairs aide à reconstruire la confiance des patients en eux-mêmes et dans leur capacité à dialoguer et négocier avec les professionnels de santé.** En s'appuyant sur le vécu de leurs pairs, certains patients développent une meilleure autonomie dans la gestion de leur diabète, tout en se sentant moins isolés face aux défis de la maladie.

- **Les résultats montrent que l'accompagnement dépasse largement le simple échange d'informations.** Il constitue un levier essentiel pour le bien-être des patients, en intégrant une approche plus humaine et empathique que le cadre médical classique. Cependant, la diversité des profils et des attentes des patients implique une structuration des groupes pour maintenir un équilibre bénéfique.

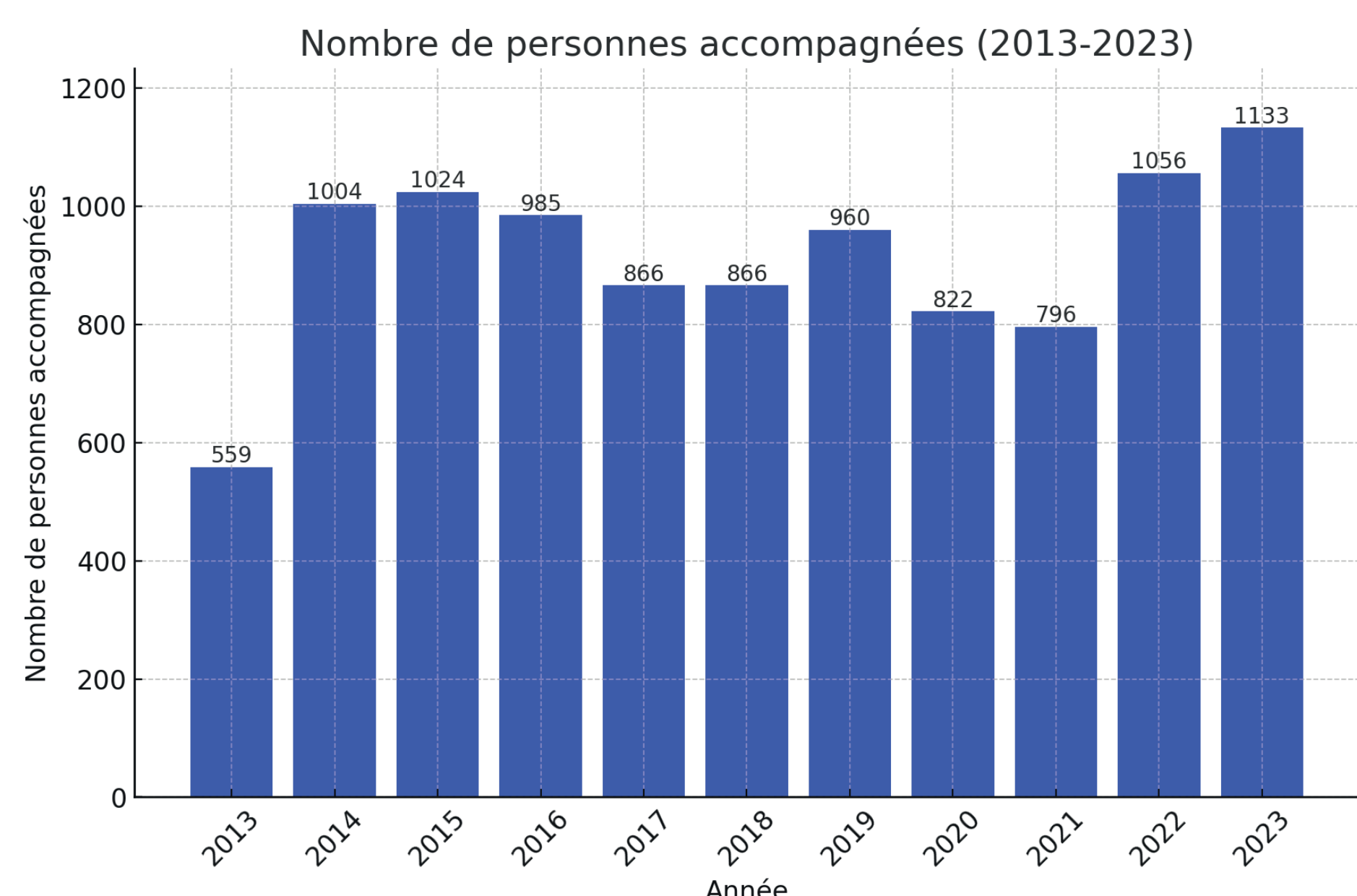
- **En parallèle, cette approche permet de lutter contre la stigmatisation et de contrer les fausses informations circulant autour du diabète,** ce qui constitue un enjeu crucial dans un contexte où l'accès à des sources fiables est parfois limité.

Résultats de la phase quantitative



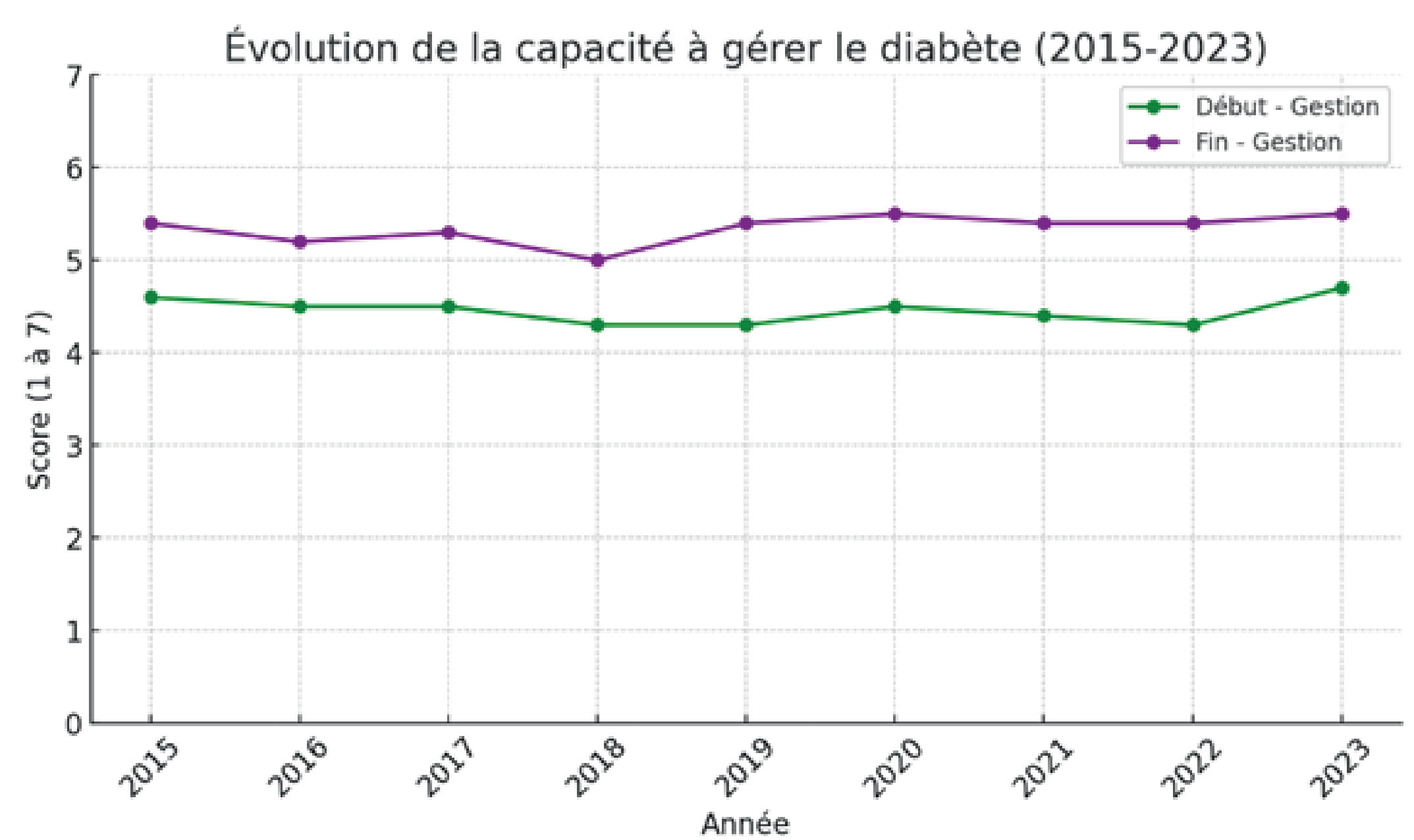
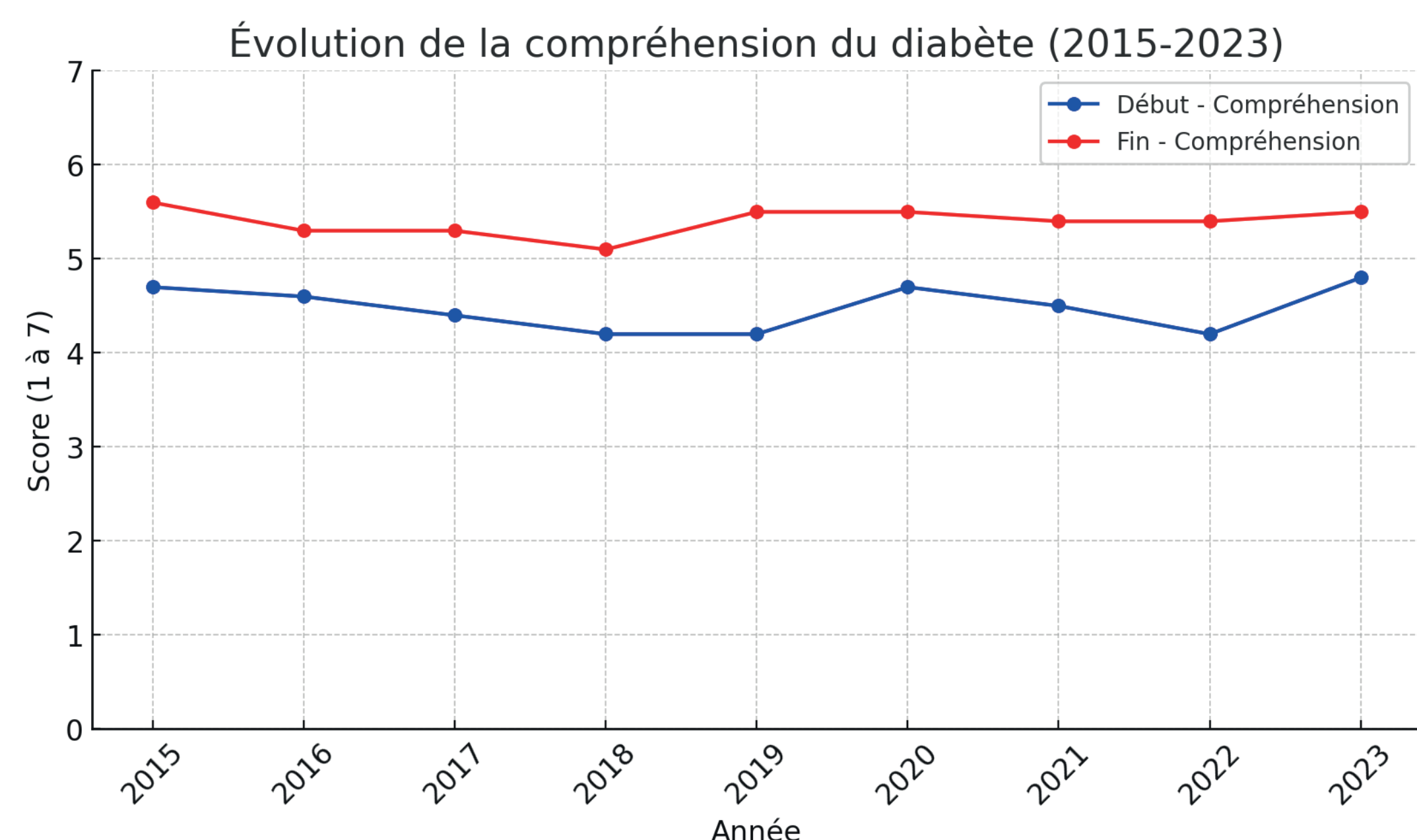
Impact sur la participation et l'engagement :

- Nombre de bénéficiaires en augmentation depuis 2013, avec 1133 personnes accompagnées en 2023.



Amélioration des connaissances et de l'autonomie :

- Progression des scores d'auto-évaluation sur la compréhension du diabète et la gestion de la maladie, entre le début et la fin de l'accompagnement :



95 % des participants déclarent avoir obtenu des réponses à leurs questions et 91 % apprécient de **pouvoir parler librement** de leurs difficultés.

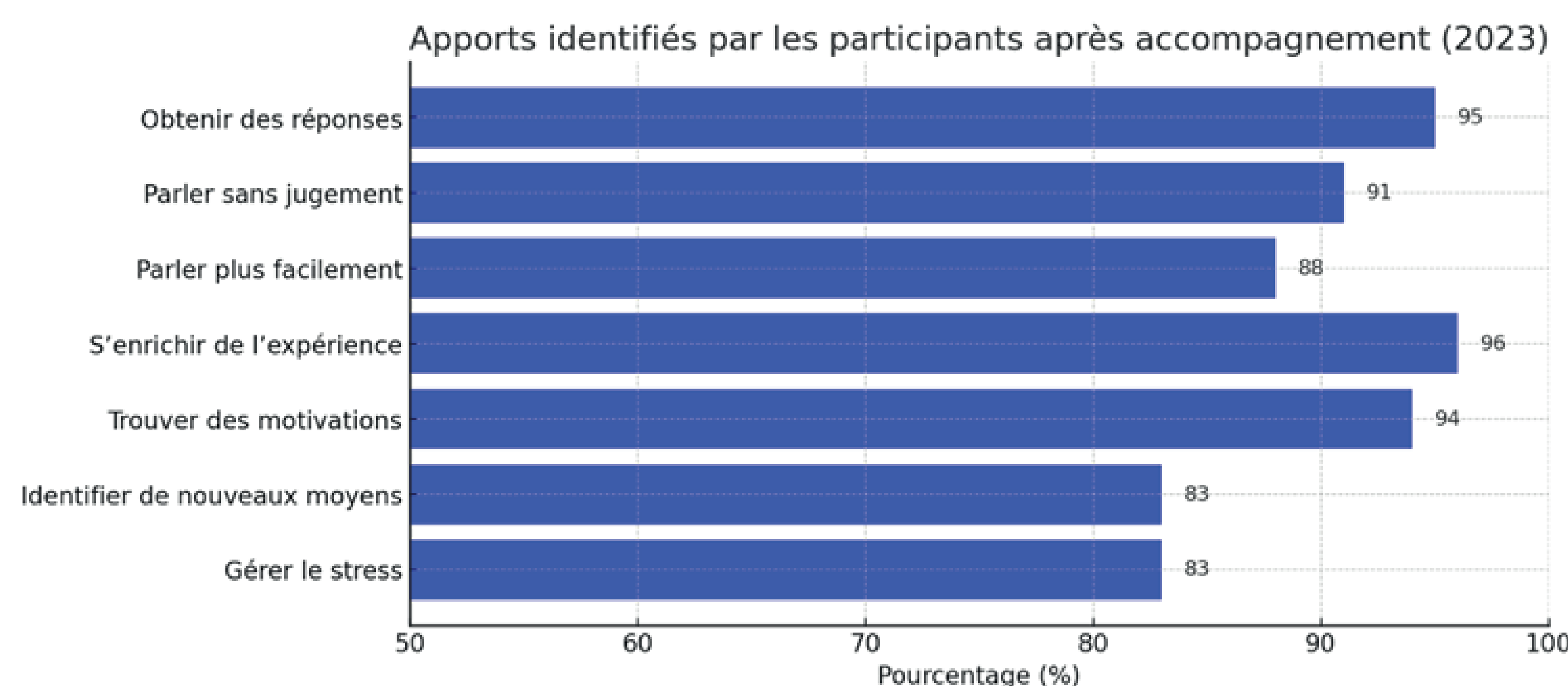
Impact sur les comportements de santé :

- **Évolution positive des habitudes alimentaires** (67 % en 2023, 92 % en 2020).
- **Augmentation de la pratique de l'activité physique** (60 % en 2023, 96 % en 2022).
- **Renforcement des relations avec les professionnels de santé,** bien que cet indicateur ait connu une baisse en 2023.



Apport du soutien psychosocial :

- Le partage d'expériences favorise l'engagement et l'apprentissage.
- Amélioration du bien-être psychologique pour 83 % des participants.



Satisfaction et perspectives :

- **100 % des participants satisfaits depuis 2018, avec 98 % prêts à recommander le programme en 2023.**
- **Le programme offre un espace de parole et d'entraide,** différent du cadre médical classique.

Conclusions et perspectives

- L'accompagnement par les pairs **complète efficacement** l'éducation thérapeutique et l'accompagnement médical. Il favorise **l'empowerment des patients**, l'amélioration de leur gestion du diabète et de leur bien-être.

- **Ces résultats soulignent la richesse et la nécessité de l'accompagnement par les pairs dans la gestion du diabète.** Il contribue à humaniser la prise en charge, en favorisant l'échange, l'entraide et l'autonomisation des patients. En complément des soins médicaux, il apparaît comme un dispositif clé pour améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de diabète.

Contact : a.bubeck@federationdesdiabetiques.org

Retrouvez toutes les études
du Diabète LAB sur **diabetelab.org**

federationdesdiabetiques.org