

C'EST QUOI L'ETP ?



L'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) est destinée à aider une personne ainsi que son entourage, à **maintenir ou acquérir des compétences** dont elle a besoin pour **mieux se soigner et mieux vivre son quotidien** avec sa maladie. *Organisation Mondiale de la Santé, 1996*

Ce que l'ETP peut m'apporter :

- **Prendre soin de ma santé** : trouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer mes médicaments, faire face à un problème de santé...
- **Être mieux compris** par mon entourage : savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail...
- **Bien vivre au quotidien** : maintenir une vie intime, organiser mon prochain voyage, aller au restaurant, avoir des aides...
- **Être moins seul et avoir confiance en moi** : en parler avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie.

Comment cela peut se présenter ?

- En **action d'accompagnement** : son objet est d'apporter une assistance et un soutien aux malades ou à leur entourage dans la prise en charge de leur maladie.
- En **action éducative ciblée et personnalisée** : apprentissage pratique, ponctuel, mis en œuvre par un professionnel de santé formé à l'ETP pour répondre à un besoin précis lié à votre stratégie thérapeutique.
- En **programme d'ETP** : plusieurs séances éducatives en groupe ou en individuel, mis en œuvre par une équipe pluriprofessionnelle formée à l'ETP dont le contenu est adapté à vos besoins. Il peut durer de quelques jours à plusieurs mois.



PRÉVALOIR

Promouvoir l'Éducation Thérapeutique
du Patient en Centre-Val de Loire

L'ETP près de chez moi, c'est ici :

prevaloir.fr

Le site Internet de
l'Éducation Thérapeutique
du Patient
en région Centre-Val de Loire



PARLONS-EN

Avec l'Éducation
Thérapeutique,
je prends soin de ma
santé !

*document rédigé par le groupe de travail de la
coordination départementale ETP du 28*



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

J'AI DES PROBLÈMES DE POIDS

ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ ?

L'obésité est une **maladie chronique** et **multifactorielle**, elle résulte d'interactions complexes entre facteurs génétiques, environnementaux, comportementaux et sociaux. Elle touche les **adultes** comme les **enfants**.



version mai 2026



Ne pas jeter sur la voie publique

DES PROBLÈMES DE POIDS ?



Selon l'organisation mondiale de la santé (OMS), **l'obésité est un excès de masse grasse pouvant nuire à la santé.**

Ses causes sont souvent réduites à tort à la quantité d'aliments consommés, à l'inactivité physique et à la sédentarité.

C'est **une maladie chronique** qui peut entraîner **des complications médicales** (hypertension artérielle, diabète, apnée du sommeil, ...). L'obésité peut également avoir **un impact psycho-social** (dépression, anxiété, renoncement aux soins, discrimination en milieu professionnel) par le biais de la **stigmatisation** des personnes en situation d'obésité dans notre société.

La mesure de **l'Indice de Masse Corporelle IMC : poids/taille²**, (voir ci-dessous) et l'évaluation du retentissement (physique, psychique...) de l'obésité permettent de proposer **une prise en charge thérapeutique graduée et personnalisée** (HAS, 2023).

N'hésitez pas à en parler à votre médecin ou à un autre professionnel de votre parcours de santé.



moins de 18.5	Maigre
entre 18.5 et 24.9	Valeur de référence
entre 25 et 29.9	Surpoids
entre 30 et 34.9	Obésité de grade 1
entre 35 et 39.9	Obésité de grade 2
supérieur à 40	Obésité de grade 3

Classification OMS de l'IMC de la personne adulte

CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : ETP



Action Educatrice

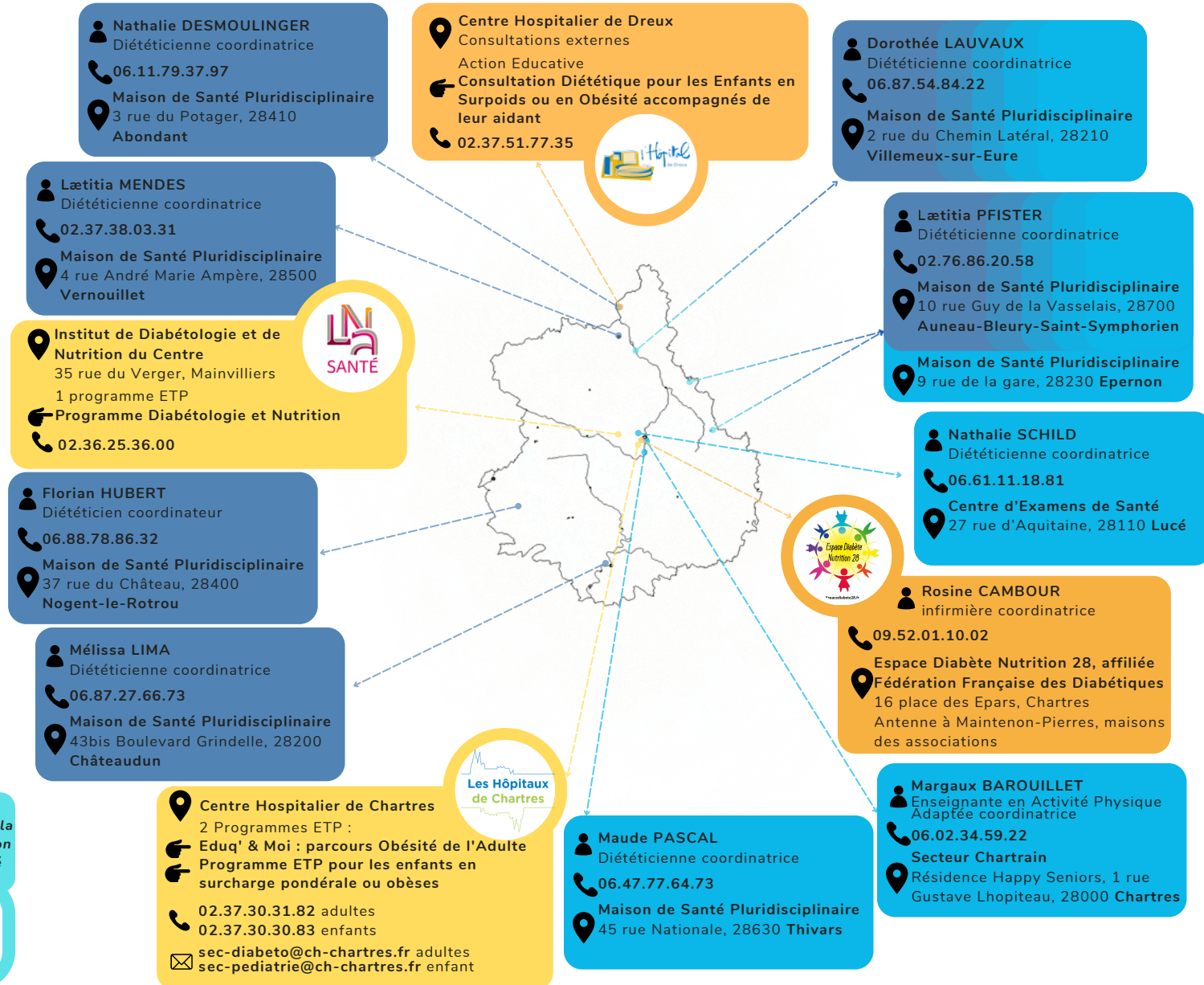
mission RETROUVE ton CAP

- enfants de 3 à 12 ans
- sur 2 ans
- bilan diététique, psychologique et d'activité physique
- suivis nutritionnels et/ou psychologique
- pris en charge à 100%

Action Educatrice

GPS Obésité

- adultes avec IMC>30 ou entre 25 et 30 avec comorbidités
- sur 2 ans
- bilan médical et éducatif
- suivis nutritionnels, psychologiques et d'activité physique adaptée
- pris en charge à 100%



LES SITES UTILES ?

Ligue contre l'Obésité

GROS Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids

CNAO Centre National des Associations d'Obèses

ObéCentre Centres Spécialisés Obésité de la Région CVL

StéréO sensibilise à la stigmatisation de l'obésité

StéréO