

# Salutogénèse: promotion de la santé au cœur de la pratique infirmière

Dans un contexte où les enjeux de santé publique s'avèrent de plus en plus nombreux et complexes, la salutogénèse constitue un concept fondamental de la promotion de la santé. Qu'en est-il de son intégration dans la pratique de terrain et comment former au mieux le personnel soignant afin qu'il promeuve la santé auprès du patient?

Texte: Teodora Angelovska, Jiyoung Lee, Camille Despland

La promotion de la santé représente un secteur de la santé publique qu'il est essentiel de mettre en évidence dans les pratiques de terrain, l'objectif étant de «préserver et accroître durablement la santé des personnes». Dans le contexte actuel et face aux différents

enjeux de santé publique que nous vivons, le rôle et la posture de soignant comme «promoteur de la santé» est à développer. Dans le cadre de cet objectif, il est primordial de savoir distinguer la différence entre promotion de la santé et les différentes préventions.

La première prône les facteurs protecteurs en santé (la salutogénèse), alors que les différents types de préventions tendent à limiter les facteurs de risques (pathogénèse). Les perspectives, ainsi que la vision soignante, sont donc différentes si l'on observe la situation avec



La croissance démographique, le vieillissement de la population et l'augmentation de la prévalence des maladies chroniques: autant d'éléments qui rendent nécessaire la promotion d'un état de santé plus solide grâce à des «facteurs protecteurs santé».

«les lunettes» de la salutogénèse («ce qui produit la santé») ou de la pathogénèse («ce qui produit la maladie»). La croissance démographique, le vieillissement de la population, l'augmentation de la prévalence des maladies chroniques incitent à promouvoir davantage un état de santé renforcé à l'aide de «facteurs protecteurs en santé».

### Paradigme de la salutogénèse

Ceci nous amène à nous intéresser à un paradigme né dans les années 1970. La salutogénèse, citée en amont, a été développée par le professeur en sociologie Aaron Antonovsky. Celle-ci expose que la santé d'une personne ne dépend pas de la présence ou non d'une maladie et qu'elle est constituée par le bien-être physique, mental et social de manière globale. Cet état est spécifique à chacun selon ses ressources propres et environnementales. Ainsi, la capacité à se sentir en santé peut être renforcée chez tous, que ce soit chez une per-



*Encourager les démarches de promotion en santé dans chaque champ et domaine de la profession fait partie des responsabilités des soignants. C'est ce qui permettra d'orienter notre système de santé en Suisse vers davantage de résilience.*



sonne considérée en bonne santé ou considérée «malade» (car elle est atteinte d'une pathologie). Par exemple, lors de l'expérience d'un stress important, la personne peut diriger ce stress vers un pôle pathologique ou, inversement, vers un pôle de santé, grâce à une littératie en santé et des stratégies de coping adéquates. Cet état se veut

dynamique et évolue tout au long de la vie. C'est dans le champ de la promotion de la santé que peut s'inscrire le paradigme de la salutogénèse.

En effet, ce processus permet d'assurer aux populations une maîtrise plus importante de leur santé et de pouvoir améliorer celle-ci. Quatre champs contribuent à l'état de santé de la population: les caractéristiques individuelles, les milieux de vie, les systèmes et le contexte global. Les déterminants de la santé se retrouvent ainsi dans ces champs et font partie de ce qui impacte indirectement la santé de la population. Ainsi, la salutogénèse est un outil à mettre en place sur le terrain pour prôner la promotion de la santé et devenir une référence pour la discipline infirmière, avec pour bénéfice l'élargissement des champs d'interventions des infirmières et infirmiers. Les activités infirmières centrées sur les populations en sont un exemple.

### Sentiment de cohérence

Aaron Antonovsky s'est posé la question fondamentale: qu'est-ce qui produit la santé? La réponse qu'il trouva est le sentiment de cohérence (SOC, Sense of coherence), pouvant être compris comme une résilience en psychologie positive. Il répond également que ce qui favoriserait un renforcement du SOC sont les ressources de résistances générales (GRRs, Generalized resistance resources), pouvant être internes ou externes à la personne. Ces ressources peuvent être matérielles, structurelles ou sociales, et permettent de renforcer le SOC tant qu'elles donnent du sens à la personne (significativité), qu'on puisse la comprendre (intelligibilité), et que l'on soit capable de la gérer (capacité à gérer).

### Dans la pratique

Exemple de terrain: une infirmière travaillant dans un service de médecine s'entretient avec un patient atteint d'une maladie telle qu'une bronchopneumopathie chronique obstructive. Il va bientôt retourner à domicile. Il est compliant à ses traitements et sait qu'il doit continuer à maintenir une activité physique régulière. L'infirmière lui demande premièrement s'il connaît les symptômes d'une nouvelle décompensation possible. Par la suite,

elle lui demande s'il sait comment y réagir, ou vers qui il devrait se tourner. Si ce n'est pas le cas, l'infirmière l'éclaire, mais elle doit d'abord encourager la personne à trouver et cerner ses ressources elle-même afin que cette dernière puisse bien les comprendre



*La salutogénèse est un outil à mettre en place sur le terrain pour prôner la promotion de la santé et devenir une référence pour la discipline infirmière.*



(intelligibilité), les trouver elle-même pour renforcer son estime de soi et donner du sens à ces ressources (significativité), et finalement prendre la responsabilité de la suite de sa prise en charge et de la gestion de ses ressources (capacité à gérer). Ainsi, ce patient améliore son sentiment de cohérence et produit de la santé. Il possède une littératie en santé, il sait comment agir et réagir, et il prend lui-même des décisions. Son estime de soi est renforcée, ainsi que ses capacités à prendre une bonne décision pour sa santé.

Il y a une part de prévention d'une nouvelle crise, mais surtout une part de promotion de la santé, car ce patient améliore non seulement sa santé physique en ayant un meilleur contrôle dessus, mais aussi sa santé mentale, car son estime de soi et son autonomie

### Auteures

**Teodora Angelovska** Infirmière, CMS de Vevey-Ouest ASANTE SANA

**Jiyoung Lee** Etudiante en soins infirmiers, HESAV

**Camille Despland** Maître d'enseignement et de recherche HES, MsPH en santé publique  
Contact: camille.despland@hesav.ch

sont renforcées. Pour ainsi dire, le sentiment de cohérence qu'a la personne avec ses ressources et avec elle-même promeut un renforcement qui permet

‘

*Inclure ce paradigme en transversal dans la formation du personnel infirmier permettrait de comprendre et d'intégrer davantage la promotion de la santé sur le terrain.*

’

de mieux traverser les expériences difficiles de la vie. En d'autres termes, trouver et choisir des stratégies de coping qui dirigeront un individu plutôt vers son pôle de santé que vers son pôle de maladie.

### Leadership infirmier

Il est essentiel que chaque infirmière et infirmier se positionne dans ce contexte de promotion de la santé en prodiguant des soins appropriés priorisant les facteurs protecteurs en santé à chaque personne et à chaque population prise en charge. Une attitude de leadership permet d'avancer vers un changement, de motiver, de partager une vision et un objectif commun. Le personnel infirmier se trouve entre le patient et le système de soins, il a une place stratégique pour cerner les besoins des populations et réfléchir à des interventions pertinentes, basée sur des données probantes, afin d'amener un changement positif.

Pour ce faire il est nécessaire d'évaluer le contexte dans lequel évolue la personne, sa famille, sa communauté, afin d'identifier ses ressources et ses besoins. L'humilité à la transculturalité sera une force pour promouvoir la santé. Lorsqu'une personne peine à trouver des ressources, l'infirmier a pour rôle de l'éclairer en partageant et trans-



iStock/Nestasic

Encourager le patient à être acteur est l'une des clefs de la réussite d'une prise en charge de promotion de la santé.

mettant les informations nécessaires à la personne pour prendre une décision en toute connaissance de cause. Être au fait des ressources disponibles est primordial dans ce type de prise en charge. La pratique doit être fondée sur les données probantes et s'adapter à chaque individu à l'aide d'outils de communication ad hoc, tout en facilitant l'accessibilité aux informations adaptées.

### Conclusion

Encourager le patient à être acteur est une des clefs de la réussite d'une prise en charge de promotion de la santé. Cela l'aide à enforcer son engagement dans les décisions concernant sa prise en charge et renforce son sentiment de la cohérence (SOC). Encourager les démarches de promotion en santé dans chaque champ et domaine de la profes-

sion fait partie des responsabilités des soignants. C'est ce qui permettra d'orienter notre système de santé en Suisse vers davantage de résilience.

Aujourd'hui, nous possédons peu d'études récentes sur l'application de la salutogenèse dans le domaine des soins infirmiers ou en suivi à long terme. Cependant, il est désormais établi que la formation a un impact important au sein de l'évolution des pratiques. Ainsi, inclure ce paradigme en transversal dans la formation du personnel infirmier permettrait à n'en pas douter de comprendre et d'intégrer davantage la promotion de la santé sur le terrain.



Les références en lien avec cet article peuvent être demandées à la rédaction ou à l'auteur: [camille.despland@hesav.ch](mailto:camille.despland@hesav.ch)

Copyright of Krankenpflege: Soins Infirmiers is the property of SBK-ASI and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.