



**L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL
CHEZ DES PERSONNES DIABETIQUES DE TYPE 2 :
*EFFETS SUR LA MOTIVATION, L'ADHERENCE A L'ACTIVITE PHYSIQUE
ET L'ETAT DE SANTE***

Jennifer REGNIER ^{1,2}, David TROUILLOUD ¹, & Serge HALIMI ²

1. Laboratoire Sport et Environnement Social, Université de Grenoble 1

2. Unité d'Education Diabétique, CHU Grenoble.

Unité d'Éducation du CHU de Grenoble (dirigé par le Pr. Serge HALIMI)

Equipe pluridisciplinaire de l'éducation avec hospitalisation

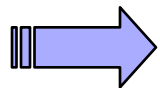
- 2 diabétologues libéraux rattachés au service, 2 diététiciennes, 2 IDE, 1 APA, 1 ASH

Stages proposés aux personnes diabétiques de type 2

- 2,5 jours (ADO seuls)
 - 5 jours (ADO + insuline)
- + 1 journée d'évaluation proposée de manière systématique à + 3 mois

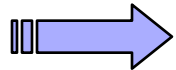
Moyens matériels : 1 salle de cours, 1 self, outils pédagogiques, 6 lits, 3 bureaux

Capacité d'accueil pour les personnes diabétiques de type 2 : 120 patients par an



Rendre le patient capable d'acquérir et de maintenir les ressources nécessaires pour gérer de manière optimale sa vie avec la maladie

1^{ère} étude (en cours) menée au sein de l'Unité d'éducation du CHU de Grenoble



**Effets à court terme (+ 3 mois) sur la motivation,
l'adhérence à l'activité physique et sur l'état de santé
des personnes diabétiques de type 2**

***Comment soutenir les patients au long court afin de
maintenir les effets positifs des stages d'éducation
sur les comportements de santé ?***

Les apports de l'Entretien Motivationnel

Définition de l'entretien motivationnel : « méthode de communication, directive et centrée sur le client utilisée pour augmenter la motivation intrinsèque au changement, par l'exploration et la résolution de l'ambivalence » (Miller et Rollnick, 1991)

Principes de l'entretien motivationnel

- *Faire preuve d'empathie*
- *Développer les divergences*
- *Soutenir le sentiment d'efficacité personnelle*
- *Rouler avec la résistance*

PROTOCOLE DE RECHERCHE

Objectifs

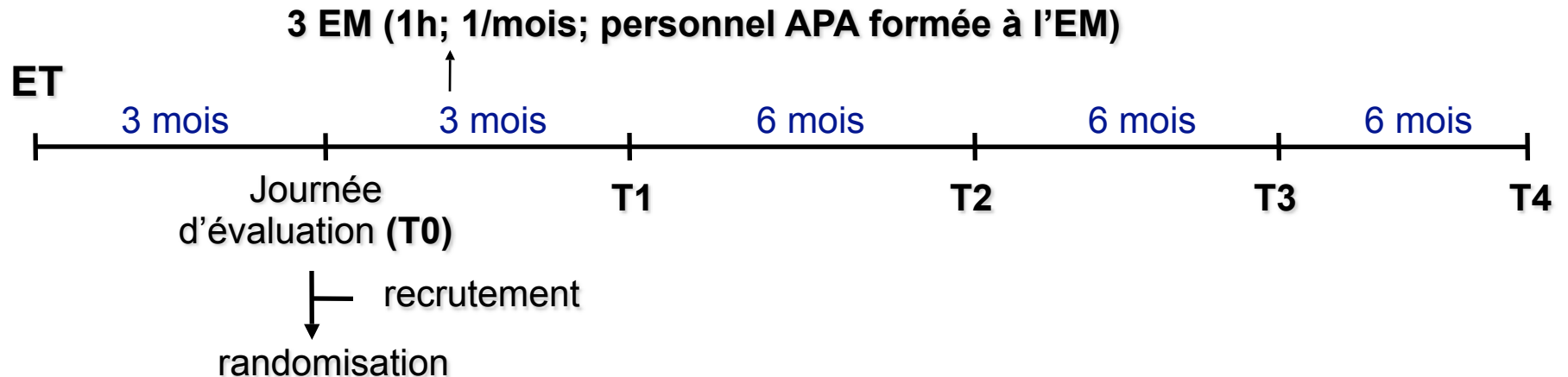
1. Evaluer l'impact d'entretiens motivationnels proposés à la suite d'un stage d'éducation thérapeutique sur **l'adhérence à l'activité physique** et sur **l'état de santé** des individus
2. **Comprendre les processus explicatifs** des effets observés, en s'intéressant notamment au **rôle joué par la motivation**.

Méthode

Population étudiée : 120 diabétiques de type 2 randomisés

- **Groupe expérimental** = éducation thérapeutique + Entretien Motivationnel (n=60)
- **Groupe contrôle** = éducation thérapeutique uniquement (n=60)

Procédure



Variables mesurées

- **Variables biologiques et cliniques** : Etat de santé (HbA1c, profil lipidique, périmètre abdominal)
- **Variable comportementale** : Adhérence à l'Activité Physique (MAQ; Vuillemin et al., 2000)
- **Variables psychologiques** : Motivation (TSRQ ; Levesque et al., 2006);
Sentiment de compétence (PCS ; Williams et al., 1996)

Les apports de la Théorie de l'Autodétermination

(Deci & Ryan, 2002)

o Le **sentiment d'autodétermination** (*se sentir libre de faire ses propres choix et d'être à l'origine de ses comportements*) est un déterminant de nos comportements.

o On peut distinguer différentes motivations :

- des **motivations « autodéterminées »** ... lorsque l'individu s'engage dans un comportement de manière complètement volontaire; conséquences les plus intéressantes (en terme d'adhérence à long terme...).

- des **motivations « contrôlées »** ... lorsque l'individu agit sous la contrainte de pressions externes (promesses de récompenses ou menaces de sanction...).

- **l'a-motivation** ... lorsque l'individu ne perçoit pas de lien entre ses comportements

et les conséquences sur son état de santé
« je pratique une activité physique régulièrement car je ressens la pression de mon entourage pour le faire »

« je pratique une activité physique régulièrement car je suis persuadé(e) que c'est la meilleure chose à faire pour ma santé »

Entretien Motivationnel

- soutien de l'autonomie
- soutien de la compétence



L'entretien Motivationnel est susceptible d'augmenter le sentiment d'autodétermination de l'individu.



**L'ENTRETIEN MOTIVATIONNEL
CHEZ DES PERSONNES DIABETIQUES DE TYPE 2 :
*EFFETS SUR LA MOTIVATION, L'ADHERENCE A L'ACTIVITE PHYSIQUE
ET L'ETAT DE SANTE***

Jennifer REGNIER ^{1,2}, David TROUILLOUD ¹, & Serge HALIMI ²

1. Laboratoire Sport et Environnement Social, Université de Grenoble 1

2. Unité d'Education Diabétique, CHU Grenoble.