



MINISTÈRE DE LA SANTÉ

DIRECTION DE LA SANTÉ

## DOSSIER DE PRESSE



**« le diabète, je peux l'éviter »**

***Campagne de lutte contre le diabète 2013***

Direction de la santé – Département des programmes de prévention  
Tel : 488 200 – mail : [secretariat.dpp@sante.gov.pf](mailto:secretariat.dpp@sante.gov.pf)

## **LE DIABETE : CONTEXTE ET PROBLEMATIQUE EN POLYNESIE FRANÇAISE**

La lutte contre le diabète fait partie des priorités de santé publique de la Polynésie française. En effet, l'enquête santé 2010 fait état de 10% de la population atteinte de diabète. Cette pathologie, lourde de conséquences pour le patient et son entourage génère également des coûts importants pour le système de protection sociale du pays. Aussi, chaque année au mois de novembre dans le cadre de la campagne de lutte contre le diabète, la Direction de la santé met en place des actions d'information et sensibilise la population à la prévention et au dépistage du diabète. Il est rappelé l'importance d'une alimentation équilibrée et la nécessité de pratiquer une activité physique régulière.

### **Le diabète, une maladie ignorée**

Le diabète est une maladie insidieuse qui passe souvent inaperçue dans un premier temps car elle est indolore. Trop de personnes ignorent qu'elles sont atteintes du diabète et découvrent la maladie tardivement, ce qui nuit à la mise en place d'un traitement efficace.

### **Le diabète, une maladie grave**

Le diabète est une maladie chronique qui est due à la carence ou à l'inefficacité de l'insuline, une hormone produite par le pancréas. Une fois installé, le diabète ne se guérit pas. Il peut seulement être contrôlé par la médication, l'activité physique régulière et une alimentation équilibrée. C'est pourquoi, il est important d'insister sur la prévention et le dépistage précoce de cette affection.

### **Le diabète de type 2 : on peut le prévenir !**

La prévention du diabète passe par le maintien d'un poids santé. En effet, l'obésité est un facteur de risque majeur pour le diabète de type 2. Chez 80 % des diabétiques de type 2, c'est un problème de surcharge pondérale qui favorise l'expression de la maladie. Ainsi, pour éviter l'apparition du diabète, il est important d'adopter une alimentation équilibrée dès le plus jeune âge avec des repas pris à heures régulières et composés d'aliments sains et variés et de pratiquer une activité physique quotidienne.

### **Se faire dépister du diabète**

Le diabète de type 2 est fréquent en Polynésie et de nombreux diabétiques ignorent encore ou négligent leur maladie. Mesurer le taux de sucre dans le sang reste la seule manière de dépister cette affection sournoise. L'intérêt d'un diagnostic précoce, c'est de permettre de débiter plus tôt une prise en charge médicale de la maladie, avant l'apparition de complications irréversibles.

Les personnes qui présentent un ou plusieurs des facteurs de risques cités ci-dessous sont encouragées à se faire dépister :

- Avoir un parent proche diabétique,
- Etre en excès de poids,
- Avoir une vie sédentaire,
- Avoir développé un diabète pendant la grossesse,
- Avoir mis au monde un bébé de plus de 4 kg.

Si vous souffrez d'hypertension artérielle, si vous avez trop de graisses dans le sang (cholestérol, triglycérides) ou si vous fumez, faites- vous aussi dépister régulièrement.

**Où se faire dépister ?** Durant la semaine du 11 au 17 novembre, plus de 80 lieux d'information et de dépistage gratuit de l'obésité et du diabète chez l'adulte seront proposés sur l'ensemble de la Polynésie française, notamment dans les structures de santé publique (dispensaires, centres médicaux, infirmeries, postes de secours) et à la Maison du Diabétique.

# **CAMPAGNE DIABETE 2013**

## **ACTIONS DU DEPARTEMENT DES PROGRAMMES DE PREVENTION**

### **Diffusion d'un clip musical « Ute Arearea » du 27 octobre au 25 novembre**

Les messages de prévention seront diffusés auprès de la population par le biais d'un clip musical « Ute arearea » empruntant un mode d'expression culturelle propre aux polynésiens.

→ *Annexe 1*

### **Opération Va'a Défi Diabète du 04 au 08 Novembre**

Les ambassadeurs de la lutte contre le diabète participeront à la compétition Hawaiki Nui Va'a pour la 3<sup>e</sup> année consécutive.

→ *Annexe 2*

### **Semaine de lutte contre le diabète du 11 au 17 Novembre**

Diffusion de spots télévisés (en français et tahitien – sur les deux chaînes locales du 8 au 15 novembre) pour annoncer la semaine de lutte contre le diabète et encourager la population à se faire dépister chez un professionnel de santé.

Des stands de dépistage et d'informations, ainsi que des animations pour promouvoir de saines habitudes de vies seront proposés dans l'ensemble des structures de santé de Polynésie.

→ *Annexe 3*

### **« Evènementiel diabète » le samedi 16 novembre**

**Evènementiel organisé par la Maison du Diabétique** dans les jardins de Paofai de 14h à 18h, en partenariat avec la Direction de la santé.

Des stands d'informations, de dépistage et des animations ludiques sur l'alimentation équilibrée et l'activité physique seront proposés à la population.

→ *Annexe 4*

## Annexe 1 :

### CLIP “UTE AREAREA”

Cette année, les messages de prévention seront diffusés auprès de la population par le biais d'un clip musical « Ute arearea » empruntant un mode d'expression culturelle propre aux polynésiens.

Ce clip encourage à adopter des comportements favorables à la santé: une alimentation variée et équilibrée ainsi que la pratique régulière d'une activité physique.

Il a été réalisé avec des personnalités locales connues telles que Robert Teretia et Patrick Noble (musiciens/chanteurs), Matez (humoriste) et les rameurs de l'équipe Va'a Défi Diabète, ambassadeurs de la lutte contre le diabète.

**Le clip sera diffusé du 27 octobre au 25 novembre 2013** sur les deux chaînes télévisées locales.

Il sera également diffusé en radio, mis en ligne sur les réseaux sociaux et utilisé lors des manifestations de la campagne de lutte contre le diabète.

Pour visualiser le clip : <http://www.youtube.com/watch?v=7Iek4tIWXR8>



Crédit photo : Pacific Production



## Annexe 2 :



# OPERATION « VA'A DEFI DIABETE » 2013

La Direction de la santé a choisi de s'associer depuis 2011 à l'événement sportif Hawaiki Nui Va'a, profitant ainsi de la fenêtre médiatique engendrée par la compétition pour mettre l'accent sur le diabète et sa prévention.

L'action est reconduite du 4 au 8 novembre 2013 (pour la 3<sup>ème</sup> et dernière année).

Ainsi, deux équipages de rameurs vétérans (hommes et femmes) ont à nouveau été identifiés pour être **les ambassadeurs de la lutte contre le diabète** lors de ce grand événement sportif :

- Mou'a Tamaiti No Papara pour l'équipe masculine,
- Team BoraBora Va'a pour l'équipe féminine.

Ils rameront chaque étape de la compétition à bord de la pirogue « Ea » (= santé), customisée et dépourvue de tout marquage de sponsors afin de faciliter son identification parmi les autres embarcations en course.

Il est important de rappeler que les rameurs sélectionnés ne sont pas diabétiques mais qu'ils ont accepté de relever le défi de lutter contre le diabète en Polynésie française.

Le rôle des ambassadeurs est de promouvoir auprès du grand public (par le biais des nombreuses interviews réalisées au cours de la compétition) une bonne hygiène de vie permettant de prévenir l'apparition du diabète : une alimentation variée et équilibrée, une activité physique régulière, et une vie sans tabac. Afin de remplir pleinement leur mission, les ambassadeurs ont bénéficié d'une formation sur le diabète et sa prévention en amont de la compétition.

Pour encourager la population à « bouger » davantage, des animations sportives seront proposées, en parallèle de la compétition, sur les îles de Raiatea et Taha'a par le service Jeunesse et sports et la Cellule de Promotion de la santé des Iles sous le vent :

- « Danse pour ta santé » Ori Zumba : Mercredi 06 novembre sous le chapiteau de la piscine de Uturoa,
- « Danse pour ta santé » Ori Tamure : Jeudi 07 novembre sous le chapiteau communal de Patio.



### Annexe 3 :

## SEMAINE DE LUTTE CONTRE LE DIABETE DU 11 AU 17 NOVEMBRE 2013



La Direction de la santé, en association avec de nombreux partenaires, invite l'ensemble de la population à participer aux activités qui lui seront proposées dans le cadre de la semaine de lutte contre le diabète du 11 au 17 novembre 2013. L'objectif est de sensibiliser la population à cette pathologie en l'informant des moyens de prévention, en l'incitant à venir se faire dépister dans les structures de santé (hôpitaux, dispensaires, centres de santé...) et en l'encourageant à pratiquer une activité physique régulière.

Des spots télévisés encourageant la population à se faire dépister chez un professionnel de santé seront diffusés du 08 au 15 novembre 2013 sur les deux chaînes locales, en langue française et tahitienne.

### • LES ACTIONS PROPOSEES PAR LES STRUCTURES DE SANTE PUBLIQUE (liste non exhaustive)

**Tahiti Nui** : Cellule de promotion de la santé - Tahiti Nui – Dispensaire de Papara – 57.07.09

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
Stands de dépistages et d'information	Toute la population	Du 12 au 17 Novembre	Dans tous les dispensaires
<b>Dispensaire de Mataiea</b>			
Stands de dépistage et éducation hygiène de vie	Toute la population	Mardi 12 Nov de 7h30 à 12h	Magasin Pierre, la boulangerie de Papeari
		Mercredi 13 Nov de 7h30 à 12h	Magasin « petit casino » de Mataiea
		Samedi 16 Nov de 7h30 à 12h	Centre Vaihiria Mataiea
Promotion de l'activité physique : « sportons nous bien »	Elèves de CE1, CE2, CM1 et parents de l'école Mataiea	Jeudi 14 Nov de 8h à 11h30	Ecole Mairipehe à Mataiea
Matinée Zumba	Parents d'élèves et population de Mataiea	Vendredi 15 Nov de 8h30 à 10h	Salle omnisports de Mataiea
<b>Dispensaire de Faa'a</b>			
Stands de dépistage et d'information	Toute la population	Du 13 au 15 Nov	Mairie de Faaa + Dispensaire
Promotion de l'activité physique : parcours santé	Les patients suivis au dispensaire + groupe de marcheurs du dispensaire	Jeudi 14 Nov La matinée	Les jardins de Paofai

**Tahiti Iiti** : Cellule de promotion de la santé – Hôpital de Taravao – 54.77.47

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
Dépistage et information	Population Adulte	Du mardi 12 au samedi 16 Nov	Kiosque – Hôpital de Taravao
Promotion de l'activité physique : Organisation d'un groupe de marche	Patients suivis en consultation + personnel	A partir du 08 Octobre	Taravao – Faaone - Papeari

**Moorea : Cellule de promotion de la santé – 55.22.22**

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
Stands de dépistage et d'information	Tout public	Lundi 18 Nov de 7h30 à 11h30	Centre commercial de Maharepa
		Mardi 19 Nov De 7h30 à 11h30	Centre médical de Afareaitu
	Les collégiens et les enseignants	Vendredi 15 Nov	Site Opunohu
Promotion de l'activité physique : « Bouge ton corps » marche et course en montagne	Lycée Opunohu Collège de Paopao Collège de Afareitu	Vendredi 15 Nov (date à confirmer)	Site Opunohu
Promotion de l'activité physique : « Pédale pour ta santé »	Tout public	Mercredi 20 Nov A 13h	Piste cyclable RT de Paopao

**Îles sous le vent : Cellule de promotion de la santé – Uturoa, Raiatea – 60.00.02**

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
Stands de dépistage et d'information	Tout public adulte	Du mardi 12 au vendredi 15 Nov de 8h à 12h	Tous les centres médicaux et dispensaires des ISLV
Information sur un petit déjeuner équilibré et l'équilibre alimentaire – Explication des maladies liées au surpoids	Directeurs d'école + principal du collège	A fixer	Fare - Huahine
Promotion de l'activité physique : marches organisées	Personnel de la mairie de Tumaraa	Vendredi 15 Nov	Mairie de Tevaitoa - Raiatea
	Tout public	Mardi 12 Nov	Mairie de Puohine - Raiatea
	Elèves école primaire, collège, CJA,	A fixer	Port de Fare – Huahine
	Tout public	Jeudi 14 Nov De 8h à 11h	Traversière Haamene – Patio Taha'a
Journée « bouge pour ta santé » avec stands d'activités sportives : basketball, course à pieds, danse traditionnelle ...	Scolaires, enseignants, parents, commerçants, SDR, service public	Mercredi 20 Nov	Dans la ville de Uturoa - Raiatea
« Danse pour ta santé » Ori Zumba	Tout public	Mercredi 06 Nov Le matin	Sous le chapiteau de la piscine de Uturoa - Raiatea
« Danse pour ta santé » Ori Tamure	Tout public	Jeudi 07 Nov Le matin	Sous le chapiteau communal de Patio – Taha'a

**Marquises : Cellule de promotion de la santé – Nuku Hiva – 92.07.76**

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
Stands de dépistage et d'information	Tout public	Du 12 au 16 Nov	L'ensemble des structure de santé des Marquises
Promotion de l'activité physique « Marche pour ta santé »	Scolaires	Variable selon l'école	L'ensemble des écoles des Marquises
	Adultes	Mercredi 13 Nov	Village de Hanapaoa – Hiva Oa
		Date à confirmer	Village de Vaitahu – Tahuata
		Lundi 18 Nov	Village de Motopu - Tahuata

Activités sportives : jeux, fitness, danses, Tamure marathon ...	Elèves + accompagnateurs	Mercredi 20 Nov de 7h30 à 12h	Collège CETAD de Taiohae – Nuku Hiva
	Jeunes et adultes	Jeudi 14 Nov De 7h30 à 14h30	Vallée de Hakamaï – Ua Pou
		Date à confirmer	Vallée de Hane – Ua Huka
		Mardi 19 Nov	Vallée de Motopu - Tahuata
Ateliers ludiques	Elèves	Mercredi 20 Nov De 7h30 à 12h	Collège CETAD de Taiohae – Nuku Hiva
		Vendredi 15 Nov De 7h à 12h	CED de Taiohae – Nuku Hiva

**Tuamotu - Gambier : Cellule de promotion de la santé – 54.32.35**

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
<b>Makatea</b>			
Grand jeu d'information sur la maladie	Scolaire	Mardi 12 Nov	Ecole
Information équilibre alimentaire + maladie	Tout public	Mercredi 13 Nov	Poste de secours
		Jeudi 14 Nov	Cour de l'école
<b>Hikueru</b>			
Stand d'information	Toute la population	Samedi 09 Nov	Poste de secours
Réunion d'information	Diabétiques et obèses	Mercredi 13 Nov	Poste de secours
Promotion de l'activité physique « Marche pour ta santé »	Scolaire	Jeudi 14 Nov	Ecole
Promotion de l'activité physique : journée sportive avec jeux	Toute la population	Lundi 11 Nov	Village de Hikueru
<b>Faaité</b>			
Promotion de l'activité : marche dans le village	Les personnes âgées et les diabétiques	Mardi 12 Nov	Village de Faaité
Promotion de l'activité physique : Organisation d'activités (pirogue, volley, foot salle, courses)	Jeunes de l'île	Semaine du 04 au 09 Nov	Salle de sport
Promotion de l'activité physique : Organisation de jeux pendant la récréation	Scolaires	Mercredi 13 Nov	Cour de l'école
<b>Raraka</b>			
Promotion de l'activité physique : danse, marche	Toute la population	Mardi 12 Nov + Dimanche 17 Nov	Place publique
<b>Napuka</b>			
Promotion de l'activité physique : Tournoi de volley-ball	18-35 ans	Mercredi 13 et jeudi 14 Nov	Terrain de volley
Promotion de l'activité physique : Marche	Toute la population	Samedi 16 Nov Le matin	Village de Napuka
Opération « Marche pour ta santé »	Scolaires	Samedi 16 Novembre le matin	Ecole
<b>Reao</b>			
Promotion de l'activité physique : « Marche pour ta santé »	Toute la population	Dimanche 17 Nov De 9h30 à 11h30	Départ de la mairie
Promotion de l'activité physique : randonnée à vélo	Toute la population	Samedi 16 Nov De 9h à 11h	Départ de la mairie
Tournoi de football	Equipes garçons	Dimanche 17 Novembre de 13h à 17h	Terrain de Foot
Tournoi de volley-ball	Equipes filles	Dimanche 17 Novembre de 14h à 16h	Terrain de volley
<b>Pukapuka</b>			
Promotion de l'activité physique : informations + marche	Jeunes	Samedi 16 Nov toute la journée	Village
	Scolaires	Vendredi 15 Nov le matin	Ecole



<b>Katiu</b>			
Promotion de l'activité physique : jeux de pistes	Scolaires	Mardi 12 et mercredi 13 Nov	Ecole
Stand d'information + activités sportives + marche	Adultes, Jeunes	Les 14, 15 et 16 Nov	Terrain communal
<b>Raroia</b>			
Stands d'information	Toute la population	Mardi 12 Nov	Ecole Mairie Poste de santé
Promotion de l'activité physique : Organisation d'une marche	Personnes diabétiques, obèses	Dimanche 17 Nov	Village
Danse		Mercredi 13 et vendredi 15 Nov	Plage
Volleyball		Judi 14 et samedi 16 Nov	Terrain de jeu
<b>Takume</b>			
Réunion d'information sur le diabète	Toute la population	A définir - 1 journée	Poste de secours
<b>Kauehi</b>			
Promotion de l'activité physique Marche de 2h	Toute la population	Vendredi 15 Nov	Dans le village
<b>Marokau</b>			
Promotion de l'activité physique Danse	Toute la population	Judi 07Nov De 16h à 17h	Mairie
Préparation d'un repas Paumotu	Elèves	Mercredi 06 Nov De 7h30 à 11h30	Ecole
<b>Tatakoto</b>			
Stands de dépistage et d'informations	Population adulte	A définir	Poste de secours Mairie
Promotion de l'activité physique	Toute la population	À définir	Terrain de foot
<b>Ahe</b>			
Stand de dépistage	Toute la population	Judi 14 Nov	Quai de Ahe
Ateliers sur l'alimentation	Scolaires	A définir – 1 matinée	Ecole
<b>Mataiva</b>			
Promotion de l'activité physique : Marche pour ta santé	Toute la population	Du mercredi 13 au vendredi 15 Nov	Ecole et village
<b>Takaroa</b>			
Animations pédagogiques sur l'alimentation	Scolaires	Du mardi 12 au jeudi 14 Nov	Ecole
Promotion de l'activité physique : Marche pour ta santé	Scolaires	Vendredi 15 Nov	Village
<b>Fangatau</b>			
Promotion de l'activité physique : Marche pour ta santé	Scolaires	A définir	Autour du village
<b>Amanu</b>			
Information équilibre alimentaire + prévention diabète	Scolaires	Mercredi 13 Nov de 8h à 10h	Ecole
	Toute la population	Mardi 12 Nov De 16h à 17h	Mairie
<b>Anaa</b>			
Promotion d'une alimentation saine et activité physique : jeux et activités	Scolaires + parents d'élèves	A définir	Ecole ou stade
<b>Apataki</b>			
Dépistage et informations	Toute la population	Semaine diabète	Poste de santé
<b>Manihi</b>			
Promotion de l'activité physique : Marche	Personnes obèses	à définir ½ journée	Infirmerie
Promotion de l'activité physique : Pirogue V6	Jeunes	A définir ½ journée	Infirmerie
<b>Niau</b>			
Promotion d'une alimentation saine	Jeunes	A définir ½ journée	Mairie de Niau
Manger local et bouger	Personnes diabétiques	A définir ½ journée	De la mairie au lagon

**Australes : Cellule de promotion de la santé – Tubuai – 93.22.54**

Activités proposées	Public ciblé	Date	Lieu
<b>Rurutu</b>			
Dépistage et informations	Tout public	Du mardi 12 au dimanche 17 nov	Mairies de Avera, Hauti et Moerai + Centre médical
Promotion de l'activité physique : Marche pour ta santé	Toute la population	A définir	Village
<b>Tubuai</b>			
Dépistage et informations	Tout public	Du mardi 12 au dimanche 17 nov	Etablissements publics, commerces, églises, centre médical, poste de secours, mairie
Promotion de l'activité physique : Fitness	Tout public	Jeudi 14 Nov	Place Taihota – Mairie de Mataura
<b>Rimatara</b>			
Dépistage et informations	Adultes	1 matinée à définir	Salles paroissiales Anapoto, Motuaura, Amaru
Promotion de l'activité physique : Marche tour de l'île	Adultes	1 matinée à définir	
<b>Rapa</b>			
Dépistage et informations	Tout public	Jeudi 14 Nov de 8h00 à 15h30	Infirmierie Ahurei Poste de secours Area
Promotion de l'activité physique : Marche pour ta santé	Scolaires + tout public	A définir	Ahurei

• **LES ACTIONS PROPOSEES PAR LES PARTENAIRES**

<b>Direction de l'Enseignement Primaire/CSSU</b>	- Opération Marche pour ta santé au sein des écoles volontaires de Polynésie (d'octobre à décembre 2013).
<b>Maison du Diabétique</b>	- Dépistage dans les locaux de la Maison du diabétique, rue COOK à Papeete durant toute la semaine. - Evènementiel Diabète le samedi 16 Novembre de 14h à 18h dans les jardins de Paofai : stands de dépistage et d'information (alimentation, soins podologiques), promotion de l'activité physique, activités ludiques pour les enfants, etc. (Partenaires : Direction de la Santé, Centre Hospitalier de Polynésie française, Association des diététiciens de Polynésie française, Caisse de prévoyance sociale).
<b>Association des Diabétiques et Obèses de Polynésie Française</b>	- Actions de dépistage et d'informations (planning à demander auprès de l'association)
<b>Association des Diététiciens de Polynésie Française</b>	- Stand d'information lors de l'évènementiel diabète organisé le samedi 16 Novembre par la Maison du diabétique dans les jardins de Paofai.

## EVENEMENTIEL DIABETE SAMEDI 16 NOVEMBRE 2013



L'évènementiel Diabète aura lieu le samedi 16 novembre, de 14h à 18h, dans les jardins de Paofai. **Cette journée est organisée par la Maison du diabétique et soutenue par le Département des programmes de prévention.**

Un pôle santé sera mis en place pour informer les visiteurs :

- un stand de dépistage de l'obésité et du diabète,
- plusieurs stands d'information pour promouvoir de saines habitudes de vie (la Maison du diabétique, la Direction de la santé, l'Association des diététiciens de Polynésie française, un podologue, Associations diverses, etc.).

### Le stand d'information du Département des programmes de prévention : Les produits locaux, c'est bon pour la santé

La cuisine familiale en Polynésie est aujourd'hui largement influencée par la disponibilité en produits importés. Ainsi, on assiste depuis quelques décennies à un abandon des produits locaux, et une surconsommation de matières grasses et de sucre. Ce nouveau mode alimentaire, couplé avec une tertiarisation des activités, est un facteur de risque majeur de l'obésité en Polynésie française.

Lors de cette journée, le Département des programmes de prévention proposera un stand pour promouvoir les produits locaux, en partenariat avec l'association « Goût et Terroirs ».

Des affiches seront présentées pour expliquer l'intérêt nutritionnel des produits locaux (fruits, tubercules) par rapport aux produits importés (riz, pâtes, fruits importés) et une brochure « En route vers la pleine forme » sera mise à la disposition du public. Des fiches recettes à base de produits locaux seront également proposées aux visiteurs.

Afin d'encourager le développement des potagers familiaux, le Service du développement rural (Ministère de l'agriculture) mettra gracieusement à disposition des organisateurs des plants de produits locaux.

