

Promotion de la santé aux Jeux olympiques de la jeunesse

Dans les starting blocks

Les étudiants de la Haute école de santé Vaud (HESAV) ont mené des actions de prévention aux Jeux olympiques de la jeunesse, en début d'année à Lausanne. Ils ont prodigué des soins aux athlètes et les ont aidés à donner le meilleur d'eux-mêmes, tout en sensibilisant le public à la prévention des blessures durant les activités sportives.

Texte: Camille Despland, Jennifer Wegryk Masset, Kenny Guex



La mascotte Yodli, mélange de vache, chèvre et Saint-Bernard.



Une partie des étudiants de HESAV et leurs enseignantes.

Depuis plusieurs années, la Haute Ecole de Santé Vaud (HESAV) s'associe à différentes manifestations de la région lémanique. Ces partenariats permettent de former les futurs professionnels de la santé dans le cadre de projets de prévention et de promotion de la santé. Les étudiants ont ainsi la possibilité de compléter et de confirmer leurs connaissances et compétences dans la construction et la mise en œuvre de projets d'éducation à la santé directement sur le terrain.

Dans le cadre de la santé publique, cette sensibilisation à la santé communautaire est primordiale: à destination du grand public, elle implique des aspects participatifs, multidisciplinaires et interprofessionnels.

Des étudiants aux Jeux

Pendant près d'un an, HESAV a travaillé sur un projet réalisé dans le cadre des Jeux olympiques de la jeunesse (JOJ) 2020 à Lausanne. L'objectif était de per-

mettre à des étudiants des filières soins infirmiers et physiothérapie d'élaborer et de mettre en place un projet de promotion de la santé sur le terrain et d'être actifs auprès de la population. Afin de mener ce projet à bien, un partenariat a été formé entre HESAV et trois autres institutions: l'Université de Lausanne (UniL), l'École polytechnique fédérale de Lausanne (EPFL) et le Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV).

D'un commun accord, un concept créé et réalisé dans le cadre des JOJ d'été de Buenos Aires en 2018 (Tercier S. Maeder S. Marcacci A. Gojanovic B., 2019) a été pris comme base de travail. Ce programme consistait à sensibiliser les athlètes à l'importance de maintenir une santé bio-psycho-sociale complète, afin d'évoluer de manière équilibrée et performante et atteindre leurs objectifs sportifs. Cela impliquait de réaliser son activité sportive de façon adéquate, en matière de santé, de mouvement, de nutrition et de sommeil.

De l'avis des représentants des institutions partenaires, la déclinaison de ce concept était pertinente et adaptée à la population, et plus particulièrement aux jeunes de dix à seize ans.

C'est ainsi que le partenariat entre les quatre institutions a débouché sur une action de promotion de la santé d'envergure avec la création du pavillon «Health for Performance» à la Vaudoise Arena, à Malley (Lausanne), durant toute la durée des JOJ 2020.

Cet espace mettait à disposition du grand public des conseils d'experts ainsi que différents dispositifs créés pour l'entraînement sportif des athlètes. Chaque visiteur pouvait tester la qualité de son mouvement et ainsi être sensibilisé à la prévention des blessures lors d'activités sportives.

Dans ce cadre-là, la prévention des risques était également évoquée, notamment concernant la détection d'une commotion. Des conseils en matière de gestion du stress, de sommeil et de nu-

trition étaient à disposition de tous. Cela permettait au grand public, et particulièrement au public cible, d'obtenir des conseils adaptés à soi selon ses habitudes de vie et ses objectifs.

Le message clé de cette action était que l'on peut être performant en restant en santé – il est important de prendre en compte l'individu dans son ensemble, tout en s'adaptant à ses besoins et ses objectifs, pour atteindre un résultat optimal.

La mission de HESAV aux JOJ ne s'est pas arrêtée là: la Haute école a également apporté ses compétences au village des athlètes, dans le cadre de la clinique médicale du Vortex. Il s'agis-

Un des principaux objectifs était de faire travailler ensemble des étudiants se destinant à des professions différentes.

sait, dans cet espace, de proposer des soins aux jeunes athlètes sous l'encadrement de professionnels: les prestations étaient fournies aussi bien de la part des étudiants en soins infirmiers que des futurs physiothérapeutes.

Deux ans de préparation

Vingt-deux étudiants de HESAV (douze en soins infirmiers et dix en physiothérapie) encadrés par sept enseignants ont participé activement à ce projet d'envergure. En amont, la préparation a été répartie sur deux ans, incluant les deuxième et troisième années bachelors des volées participantes. Les deux modules dédiés à cet événement ont été effectués sur deux périodes: juillet 2019 (préparation) et janvier 2020 (réalisation). Les enseignants des filières concernées ont adapté les plannings académiques et créé des modules spécifiques afin d'inscrire ce projet interfiliale dans la formation des étudiants et leur permettre de valider des crédits

ECTS. Un des principaux objectifs de cette initiative était de faire travailler ensemble des étudiants se destinant à des professions différentes afin, notamment, de développer la dimension interprofessionnelle, compétence essentielle à acquérir durant la formation bachelors en santé. Ainsi, au cours de la première partie de ce projet, réalisée en juillet 2019, vingt-deux étudiants ont travaillé ensemble à l'élaboration de trois propositions en éducation à la santé. Ces dernières étant axées sur trois thèmes prédéfinis:

- L'évaluation de la condition et de l'activité physique,
- La prévention des blessures et des accidents,
- La nutrition et le bien-être.

Chaque sujet a été préparé selon le modèle de planification de projet PRECEDE/PROCEED de Green et Kreuter (1991), permettant d'acquérir les notions de gestion de projets en éducation à la santé. La démarche et les actions en découlant ont été présentées dans le cadre des examens écrits et oraux. Cette première étape, qui s'est déroulée six mois avant la manifestation, a permis de créer une belle dynamique de groupe et un fonctionnement interdisciplinaire, mettant en avant les connaissances de chacun pour en faire des forces. Une partie des propositions et des idées découlant de ces projets a été intégrée au pavillon «Health for Performance». Ce module a été très formateur pour les étudiants qui ont pu suivre l'évolution et l'avancée du concept entre juillet 2019 et janvier 2020.

La seconde partie du projet s'est déroulée sur le terrain directement, durant la manifestation, du 9 au 22 janvier 2020. Les étudiants sollicités en juillet 2019 ont ainsi pu mettre leurs connaissances et compétences à disposition du grand public, dans le cadre de cet espace dédié à «l'activité sportive réalisée en santé». En parallèle, ils ont prodigué des soins de manière régulière au Vortex, à la clinique médicale mise en place pour les athlètes.

Extraordinaire et formateur

Ce projet fut une réussite! Les vingt-deux étudiants en ont retiré de nombreux bénéfices et la notion de promotion de la santé a été centrale, comme le relève cet étudiant: «Cette expérience m'a convaincu de l'importance d'infor-

Un atout essentiel

Le dialogue «interpro»



La collaboration avec les étudiants en physiothérapie et d'autres institutions a été un point fort du projet.

Au-delà de la collaboration entre les deux filières de HESAV, le partage avec des futurs professionnels de l'EPFL, l'UniL et du CHUV a également été formateur: «Le plus important, c'est l'équipe, pas les compétences individuelles des membres», observe une étudiante. Chacun avait un bagage de connaissances à transmettre et à échanger contre de nouveaux savoirs: «L'interprofessionnalité est essentielle, elle permet de nombreux bénéfices, à condition de travailler dans un climat respectueux et d'être à l'écoute de chacun. Ainsi, les compétences et le potentiel de chaque personne sont amenés à se compléter» relève une étudiante. Pour un autre, «L'interpro est un dialogue, et comme dans tous les dialogues, tous les participants sont essentiels et ont quelque chose à apprendre aux autres, quels que soit sa profession et l'état de ses connaissances». Ces observations mettent en avant deux dimensions primordiales de la santé: l'interdisciplinarité et l'interprofessionnalité, car, comme le relève une étudiante «Il est indispensable de connaître le rôle de chacun et de respecter l'expertise de nos collègues. Travailler mieux ensemble en se coordonnant et en communiquant permet d'être plus efficace, plus efficient».



Le pavillon «Health for Performance».

mer le public sur son état de santé, afin de pouvoir responsabiliser les gens et les rendre acteurs dans le maintien de leur santé!». Les participants ont eu l'occasion d'acquérir une expertise en la matière: «J'ai pu me rendre compte que l'infirmière tient un des rôles principaux quant à la promotion de la santé. Cela m'a permis d'évoluer dans ma pratique infirmière.»

Entre le premier module de juillet et celui de janvier 2020, une évolution a été relevée dans les évaluations finales faites par les participants: «Cela a été très formateur et j'ai pu voir que plus les jours passaient et plus je devenais autonome et efficace» ou encore «J'ai appris à créer des contacts plus tôt et à prendre les devants». Lors de la première partie du projet, il s'agissait d'acquérir des connaissances clés et complémentaires selon sa spécialité. La gestion de projet en santé est ressortie comme un atout majeur dans le cadre des retours faits par les étudiants: «C'est à nous, en tant que professionnels de la santé, de trouver le meilleur moyen pour faire passer un message positif pour inciter la population cible à préserver sa santé». Dans cette perspective, savoir comment mettre en place un projet à destination d'un public spécifique et fixer des objectifs en

ciblant tous les éléments requis ainsi que les déterminants de la santé correspondants constituent des facteurs de réussite. Dans le cadre de la seconde partie du projet, le fait de jouer le rôle de promoteur de la santé sur le terrain a été bénéfique pour tous sans exception. «J'ai trouvé particulièrement enrichissant d'avoir face à moi toutes les catégories d'âges et de devoir adapter les recommandations de manière individuelle», explique une étudiante.

Une continuité

Permettre de construire et de mettre en œuvre un projet d'éducation à la santé a déjà été proposé à plusieurs reprises par HESAV aux étudiants en soins infirmiers. Ils étaient notamment présents au Montreux Jazz Festival, à la Fête du blé et du pain, ou plus récemment à la Fête des Vignerons. Les retours sur ces actions sont positifs et couronnés de succès, encourageant ainsi à poursuivre dans cette voie. Notre présence aux JOJ 2020 a permis à HESAV de réitérer cette expérience, et pour la première fois, en interfiliaire. Une étudiante en soins infirmiers relève à ce propos: «J'ai pu me rendre compte que travailler en interpro nécessite des compétences spécifiques. En effet, chaque professionnel a son rôle propre dans la prise en charge du



Trois étudiantes en soins infirmiers et un éternel enjeu: le lavage de mains.

patient, et c'est en combinant les différentes compétences des professionnels que la prise en charge devient optimale. Pour y parvenir, il est essentiel de communiquer régulièrement et d'échanger avec tous les acteurs impliqués dans la situation». Dans le cadre de la formation de futurs professionnels de la santé, l'intérêt de réaliser et de mettre en place des démarches d'éducation à la santé mêlant l'interdisciplinarité et les stratégies participatives a démontré ses bénéfices et ne semble plus à prouver. La plupart des étudiants rapportent qu'ils ont acquis davantage d'autonomie et de confiance en eux et en leur compétences de futurs professionnels de la santé. Cette expérience est ainsi une réussite en termes d'apprentissage et prouve une fois de plus l'importance de la promotion de la santé au sein de la formation de nos futurs professionnels qui pourront apporter leur expertise dans ce domaine une fois sur le terrain. Une vraie richesse en matière de santé communautaire.

Les auteurs

Camille Despland, coresponsable du projet et maître d'enseignement HES, filière soins infirmiers.
Contact: camille.despland@hesav.ch.

Jennifer Wegrzyk Masset, professeure HES associée, Unité de recherche en santé (URS).

Kenny Guex, coresponsable du projet et professeur HES associé, filière physiothérapie.



Un étudiant en médecine aide un enfant à affronter Yodli, la mascotte des Jeux.