

## **Agir en amont pour prévenir les complications du diabète**

*Un continuum de services pour les personnes vivant avec le diabète de Granby et de La Haute-Yamaska, un partenariat qui fait du bien!*



**Granby, le 13 octobre 2023** — Nous sommes fiers de vous annoncer une nouvelle collaboration entre le Cégep de Granby, *Département des soins infirmiers*, le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de l'Estrie-CHUS, le programme *Agir sur sa santé*, et l'organisme Les Diabétiques de La Haute-Yamaska.

Ayant à cœur la prévention du diabète et des maladies cardiovasculaires, les trois organisations ont décidé d'unir leurs forces pour établir un continuum de services.

Comme le diabète est une maladie silencieuse qui évolue de façon sournoise, la Clinique Santé du Cégep de Granby participera bientôt, en collaboration avec l'organisme Les Diabétiques de La Haute-Yamaska, à 3 demi-journées de dépistage du diabète. Une belle occasion pour les gens d'évaluer leur niveau de risque.

### **Quelques statistiques**

Selon Diabète Québec, 1 200 000 Québécois seraient touchés par le diabète. Selon cette même source, au Canada, le diabète serait responsable de complications graves, soit la principale cause de cécité, 30 % des accidents vasculaires cérébraux, 40 % des crises cardiaques, 50 % des insuffisances rénales nécessitant une dialyse et 70 % des amputations non traumatiques des pieds et des jambes. À l'échelle mondiale, 1 personne sur 5 décède toutes les 5 secondes du diabète ou de ses complications.

Le diabète pose des défis non seulement pour les personnes atteintes, mais aussi pour leurs familles et le système de soins de santé. Certains facteurs de protection influencent toutefois le contrôle du diabète et les complications associées. En effet, il a été démontré que le maintien d'un poids santé, d'une pratique régulière d'activité physique et d'une réduction du stress influençaient positivement le diabète lorsque ces conditions étaient associées à d'autres facteurs, comme l'alimentation, par exemple. Il est possible de faire fléchir la courbe de progression du diabète par la promotion de saines habitudes de vie, une mission commune que se sont donné le CIUSSS de l'Estrie-CHUS et l'organisme Les Diabétiques de La Haute-Yamaska.

### **Agir sur sa santé**

Depuis plus de 5 ans, le CIUSSS de l'Estrie-CHUS offre le programme « Agir sur sa santé » qui fait la promotion des saines habitudes de vie aux personnes de 18 ans et plus. Ce programme est offert aux usagers qui présentent une maladie chronique, tels que le diabète, l'hypercholestérolémie, l'hypertension artérielle, une maladie cardiaque et de l'obésité. Les usagers présentant des facteurs de risque peuvent également s'inscrire dans le but d'améliorer leur santé et ainsi prévenir l'apparition d'une maladie chronique. Une fois inscrits au programme, les participants sont invités à assister à différents ateliers portant sur l'activité physique, l'alimentation, la gestion du stress et du sommeil, le maintien du poids santé, l'apprivoisement de la vie avec une maladie chronique ainsi que trois ateliers sur le diabète. Le [programme](#) offre également des séances de réadaptation cardiaque en gymnase pour les usagers ayant subi un événement cardiaque. Le tout se déroule sur une période de 12 semaines et en présence de professionnels de la santé.

### **Clinique Santé**

Notre région est privilégiée de pouvoir compter sur un département de soins infirmiers, au Cégep de Granby, ouvert et dévoué à la population. En effet, les futurs infirmiers et infirmières sont impliqués à la Clinique Santé du Cégep, ouverte au public sur rendez-vous durant les sessions scolaires d'automne et d'hiver. En tout temps, ils sont supervisés par l'équipe enseignante d'infirmières qualifiées. Plusieurs services sont offerts, dont quelques-uns avec prescription, comme des prélèvements sanguins, pansements ou injections ou autres, mais également sans prescription comme le lavage d'oreilles, le suivi et dépistage de l'hypertension, le diabète, la vaccination antigrippale, etc. Une prise de rendez-vous téléphonique est cependant obligatoire pour obtenir les services de la [clinique](#).

### **Les Diabétiques de La Haute-Yamaska**

Les Diabétiques de La Haute-Yamaska est un [organisme](#) sans but lucratif qui depuis plus de 35 ans informe, sensibilise et soutient les personnes vivant avec le diabète et leurs proches. Cet organisme de proximité est à l'écoute des besoins de ses membres. Sa mission consiste à informer sur la réalité du diabète, à promouvoir de saines habitudes de vie afin d'aider au mieux-être des personnes et des familles touchées par la maladie. Pour ce faire, des conférences et des cafés-rencontres, au courant de l'année, sont organisés avec des professionnelles et professionnels du secteur de la santé tels optométriste, podiatre, nutritionniste, pharmacien. Des activités sont proposées afin d'échanger sur diverses préoccupations et briser l'isolement. Un Volet jeunesse est aussi en place pour aider les

familles de jeunes vivant avec le diabète de type 1. Dans ce volet, une aide financière peut être accordée aux familles pour un séjour de leur enfant dans un camp spécialisé en diabète.

### **Continuum de services**

Comment s'inscrit la collaboration? En participant au dépistage à la Clinique Santé du Cégep de Granby, soit le 25 octobre, le 8 novembre et le 22 novembre prochains, les étudiants et étudiantes feront une glycémie capillaire de même qu'une lecture de la tension artérielle de la personne. Les personnes intéressées à se faire dépister devront obligatoirement communiquer avec la Clinique Santé, afin de prévoir un rendez-vous au **450 372-6614, poste 2222**. À la suite des résultats, au besoin, une référence sera réalisée directement sur place, afin de procéder à l'inscription au programme Agir sur sa santé. L'organisme Les Diabétiques de La Haute-Yamaska sera également présent afin d'expliquer les différentes activités et services offerts, en attendant la prise en charge. Les références entre organisations se poursuivront régulièrement en fonction des besoins soulevés par les personnes participantes.

Nous souhaitons que les gens vivant avec le diabète et leurs proches se sentent soutenus et qu'ils soient sensibilisés à l'importance d'une prise en charge rapide pour éviter les risques de complications. Une bonne compréhension de la maladie favorise l'autonomie chez les personnes atteintes et leur permet de mieux faire face aux défis quotidiens. Nous croyons que la collaboration entre nos trois organisations viendra soutenir les gens dans leur démarche.

---

#### **À propos de l'organisme Les Diabétiques de La Haute-Yamaska**

Les Diabétiques de La Haute-Yamaska est au service des personnes vivant avec le diabète de Granby et de La Haute-Yamaska. Son programme d'activités est conçu pour rester près des préoccupations et des besoins d'information de ses membres. Des conférences et des rencontres d'information sont aussi offertes à la population générale.

#### **À propos du Cégep de Granby**

Le Cégep de Granby fait partie des 48 cégeps publics qui constituent des pôles de développement socioéconomique, sportif et culturel de premier plan sur tout le territoire québécois et leur contribution à la vitalité des régions est largement reconnue.

#### **À propos du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie-CHUS**

Le CIUSSS de l'Estrie - CHUS est l'établissement de santé et de services sociaux le plus complet au Québec, incluant un centre hospitalier universitaire. Il dessert près de 507 000 habitants. C'est aussi le plus grand employeur en Estrie avec 20 748 employés et gestionnaires, 1 577 médecins et pharmaciens et pharmaciennes ainsi qu'une des plus importantes forces de recherche au Québec avec 496 chercheurs et chercheuses.

– 30 –

#### **Renseignements :**

Sandy Lapointe, conseillère au développement, Les Diabétiques de La Haute-Yamaska  
450 372-1151  
[developpement@diabetiqueshy.ca](mailto:developpement@diabetiqueshy.ca)

Jolaine O. Boulanger, conseillère en communication, Cégep de Granby  
450 372-6614, poste 1122  
[joboulanger@cegepgranby.qc.ca](mailto:joboulanger@cegepgranby.qc.ca)

Marie-Claude Gaudreau, inf B. Sc., Chef de service – Maladies chroniques,  
cardiométaboliques, respiratoires et musculosquelettiques  
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l’Estrie-CHUS  
RLS Haute Yamaska, La Pommeraie, Memphrémagog  
819 843-2572, poste 2169  
[marie-claude.gaudreau.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca](mailto:marie-claude.gaudreau.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca)