

Littératie en santé

Qu'est-ce que la littératie en santé ?

C'est « La capacité de trouver, de comprendre, d'évaluer et de communiquer l'information de manière à promouvoir, à maintenir et à améliorer sa santé dans divers milieux au cours de la vie. »

(Association canadienne de la santé publique, 2008 : 13)

Mieux comprendre les facteurs influençant sa santé est essentiel et cela suppose :

- pour les équipes soignantes de choisir un vocabulaire adapté à son interlocuteur et son niveau de connaissances en santé,
- pour les patients de bien comprendre les informations communiquées par l'équipe soignante, et d'oser réinterroger si besoin.

« On peut accroître le niveau de littératie en santé en développant les compétences des individus et en abaissant les barrières érigées par le personnel et le système de santé. »

(Charte de Calgary, 2008)



Connaître et comprendre les facteurs influençant sa santé est essentiel

Connaître et comprendre les facteurs influençant sa santé ou « déterminants de santé » permet de faire des choix sur les facteurs dont nous avons la maîtrise (ne pas fumer, limiter sa consommation d'alcool, avoir une activité physique régulière, une alimentation équilibrée, etc.)

Pour les personnes présentant une maladie chronique, mieux comprendre sa maladie en permet une meilleure auto-gestion au quotidien. L'intérêt des ateliers d'éducation thérapeutique des patients (ETP) est unanimement reconnu par les patients et les équipes soignantes.

Des outils pour une meilleure compréhension

Attention, tous les sites internet évoquant la santé sont loin d'offrir un contenu scientifiquement validé.

Nous avons retenu les outils suivants :

Un glossaire : le [Lexique de mots alternatifs](#) est proposé par le réseau québécois des établissements promoteurs de santé pour aider les médecins à adapter leur langage au plus grand nombre. Il est aussi très utile pour les patients pour mieux comprendre et intégrer les informations données par les professionnels de santé.

<http://eurekasante.vidal.fr/maladies.html>, site d'information médicale grand public