

Définition de la santé

En plus d'explorer les fondements de la santé et du bien-être, le présent chapitre explique le cadre pour une approche globale de la santé à l'école. Ces informations de base fournissent de solides assises pour la mise en œuvre et le maintien du programme d'études de Carrière et vie.

► Déterminants de la santé

Les déterminants de la santé sont les facteurs qui créent ou maintiennent la santé à la fois individuelle et communautaire. La documentation actuelle identifie les facteurs déterminants suivants : la biologie, le mode de vie, l'environnement et la disponibilité des services de santé.

Biologie et facteurs génétiques : Les gènes hérités des parents à la naissance constituent une composition physiologique qui influe grandement sur la santé d'un individu.

Développement de l'enfant : La santé future d'un enfant est affectée par la qualité des soins prénataux et des expériences vécues lors de la petite enfance.

Services de santé disponibles : Les services de soins préventifs et de soins de première ligne offerts dans une communauté influent sur la santé de ses membres.

Milieu physique : L'habitation, la sécurité, la qualité de l'eau et de l'air dans la communauté, de même que d'autres facteurs environnementaux, connus ou inconnus, ont également des répercussions importantes sur la santé.

Accès à l'éducation : L'accès à l'éducation englobe l'accès au succès. Les personnes ayant une bonne éducation possèdent les connaissances et les habiletés requises pour contribuer à leur communauté et se trouver un emploi.

Littératie en matière de santé : La littératie en matière de santé est la capacité d'avoir accès à des informations et des services reliés à la santé, de les interpréter et de les utiliser pour faire des choix éclairés. Elle diffère de l'éducation générale puisqu'on peut s'y connaître en matière de santé, sans nécessairement avoir un niveau d'instruction élevé.

Conditions d'emploi et de travail : Un emploi qui l'intéresse, un revenu stable et un milieu de travail sain sont des facteurs qui contribuent à la santé d'un individu. Les conditions de travail ont également des effets sur la santé.

Revenu et statut social : L'état général de santé d'une collectivité ne dépend pas nécessairement de sa richesse totale. Toutefois, la santé d'une communauté est étroitement liée à la répartition relative de cette richesse. Une communauté dont la majeure partie des membres vivent dans la pauvreté affiche un état de santé plus faible.

Pratiques de santé personnelles et habiletés d'adaptation : Les gens qui développent et utilisent des habiletés d'adaptation sont autonomes et plus aptes à résoudre des problèmes et à faire des choix positifs qui améliorent leur santé. Leurs gestes et leurs comportements en matière de santé conduisent à des soins personnels adéquats et à une meilleure protection contre la maladie.

Réseaux de soutien social : Les gens sont plus aptes à affronter des situations difficiles et à mieux les maîtriser, lorsqu'ils reçoivent un soutien de leur famille, de leurs amis et de la communauté.

Voici d'autres éléments qui influent sur la santé globale :

- paix,
- refuge,
- nourriture,
- écosystème stable,
- ressources durables,
- justice sociale,
- équité.

➤ Dimensions de la santé

Certaines dimensions de la santé fournissent le cadre fondamental du programme Carrière et vie. Il s'agit des dimensions affective et psychologique, intellectuelle, sociale, spirituelle et physique. Le bien-être est engendré par l'harmonie qui existe entre ces dimensions. Le degré de bien-être contenu dans chacune de ces dimensions et la manière dont elles interagissent affectent une personne tout au long de sa vie.

Bien-être affectif et psychologique : Les pensées et les sentiments, ainsi que les comportements qui en découlent, reflètent le bien-être affectif et psychologique d'une personne. Parmi les facteurs importants, on compte l'image de soi (la perception que les gens ont d'eux-mêmes), l'estime de soi (comment les gens se sentent par rapport à ce qu'ils perçoivent), ce que les gens choisissent de faire par rapport à ce qu'ils perçoivent et ressentent, ainsi que le respect qu'ils ont d'eux-mêmes dans les relations qu'ils entretiennent.

Bien-être intellectuel : Ce que les gens pensent et apprennent, l'information qu'ils recueillent et la façon d'utiliser cette information reflètent le bien-être intellectuel. Il est déterminé par les facteurs suivants : ce que les gens savent et veulent savoir sur eux-mêmes; toutes les autres informations qu'ils savent et veulent apprendre, leur confiance en eux-mêmes en rapport avec des activités d'apprentissage;

les moyens qu'ils prennent pour apprendre davantage; la manière dont ils utilisent ce qu'ils ont appris pour faire des choix judicieux ou prendre des décisions éclairées.

Bien-être social : Les moyens par lesquels les gens entrent en relation avec les autres reflètent leur bien-être social. Il est influencé par plusieurs facteurs, comme la manière dont les gens sont traités par les autres, comment ils interprètent ce traitement, comment ils communiquent, et la façon dont ils établissent et entretiennent des relations.

Bien-être spirituel : Le bien-être spirituel influe grandement sur les décisions et les choix personnels. Il a trait aux croyances, aux valeurs morales ou à l'éthique que se donnent les gens comme lignes de conduite dans la vie.

Bien-être physique : Cette dimension inclut les composantes du corps, son fonctionnement, ainsi que la manière dont on le traite et dont les autres le traitent.

Le bien-être environnemental, le bien-être sociétal et le bien-être culturel représentent d'autres dimensions du bien-être personnel.

La littératie en matière de santé

Carrière et vie est le cours par excellence pour promouvoir la littératie en matière de santé au niveau secondaire 2^e cycle en Alberta. Ce cours fournit l'occasion aux élèves de développer leur littératie en matière de santé, qui englobe les principales composantes de la pensée critique, de la communication efficace, de l'apprentissage autonome et du sens civique.

La littératie en matière de santé est le degré auquel les gens peuvent obtenir, traiter et comprendre les informations et les services reliés à la santé dont ils ont besoin pour faire des choix éclairés.¹ C'est la capacité pour une personne de comprendre et d'utiliser des informations sur la santé – des choses que les gens voient fréquemment dans les établissements de soins de santé – comme lire une carte de rendez-vous, interpréter les informations relatives à une ordonnance ou comprendre des recommandations en soins de santé personnelle.²

Mais cette notion va plus loin. Par exemple, la *littératie de base* en matière de santé est la capacité de lire la posologie sur l'étiquette d'une bouteille de médicament, de comprendre la prescription et de suivre des directives pour améliorer sa santé. Une *littératie élaborée* est la capacité de poser certains gestes, comme entrer en contact avec des fournisseurs de soins de santé, prendre un rendez-vous, consentir à travailler avec des professionnels en fonction de l'atteinte d'un objectif,

¹ Adapté de la source : Joe Saling, "What is Health Literacy?" *Health Literacy Toolbox 2000*. <www.prenataled.com/healthlit/ht2k/script/ht2_a_1.asp> (13 janv. 2002).

Reproduit avec autorisation.

² Adapté de la source : Institute for Community Health, "Addressing Health Literacy," 1^{er} oct. 1999. <www.chre.vt.edu/projects/ICH/healthlit.htm> (13 janv. 2002). Reproduit avec autorisation.

à savoir l'amélioration de son bien-être. Une *littératie très élaborée* se traduit par des gestes susceptibles d'améliorer sa santé (ou sa situation) ainsi que celle des autres (par exemple, entreprendre des actions en vue d'instaurer plus de programmes d'activité physique dans sa communauté).

La littératie en matière de santé représente la clef d'une utilisation judicieuse du système de santé. Les soins de santé relèvent de la solidarité, et les individus sont appelés à assumer une plus grande responsabilité en regard de l'autogestion de la santé. Les gens doivent pouvoir comprendre les informations, les explications et les directives que leur donnent les fournisseurs de soins de santé. Ils doivent prendre l'initiative de poser des questions, de demander des éclaircissements de manière à pouvoir faire des choix efficaces et éclairés en matière de santé.

L'approche globale de la santé à l'école

► Bâtir un engagement

Alberta Learning considère la collaboration comme un principe fondamental. Dans ses grandes lignes, la collaboration signifie travailler avec des partenaires et des intervenants pour favoriser l'éducation permanente. L'approche globale de la santé à l'école illustre de façon éloquente la collaboration entre les écoles, les familles et les communautés.

Afin de mettre en œuvre une approche globale de la santé à l'école, les enseignants doivent bien comprendre la philosophie qu'elle sous-tend et la manière dont elle peut fonctionner avec succès en classe.

- Les enseignants qui ont pour tâche de mettre en œuvre une approche globale de la santé doivent la soutenir non seulement en classe, mais aussi à l'école et dans toute la communauté.
- Ces enseignants doivent également pouvoir identifier les possibilités d'apprentissage en classe, à l'école et dans la communauté, et savoir comment les intégrer à l'approche globale de la santé. Ils doivent se faire les défenseurs de cette approche et y faire participer les autres activement.

► Stratégies pour une approche globale de la santé à l'école³

Une approche globale de la santé à l'école est un vaste éventail de programmes, de politiques, d'activités et de services mis en place dans des écoles et des communautés afin de permettre aux élèves d'améliorer leur santé, de réaliser leur plein potentiel et d'établir des relations productives et satisfaisantes dans leur vie présente et future.

³ Adapté de la source : Canadian Association for School Health, "Consensus Statement on Comprehensive School Health," *Schoolfile*. <www.schoolfile.com/cash/consensus.htm> (14 sept., 2001). Reproduit avec autorisation.

Les objectifs d'une telle approche sont les suivants :

- promouvoir la santé et le mieux-être;
- prévenir des maladies, des troubles et des blessures;
- intervenir pour aider les enfants et les jeunes gens en difficulté ou à risque;
- apporter un soutien aux personnes qui ont déjà des problèmes de santé.

Voici quatre stratégies importantes qui visent l'atteinte de ces objectifs, soit l'enseignement, les services de prévention en matière de santé, le soutien social et le milieu physique.

L'**enseignement** inclut :

- un programme global d'éducation à la santé;
- un programme global d'éducation physique;
- l'intégration de l'éducation à la santé dans d'autres cours;
- un apprentissage conventionnel et un apprentissage non structuré;
- le développement d'habiletés en prise de décisions;
- une formation d'orientation et une formation sur place qui soient efficaces pour les enseignants;
- un matériel didactique et pédagogique adéquat;
- des méthodologies d'enseignement appropriées.

Les **services de prévention en matière de santé** incluent :

- des évaluations;
- des services de dépistage;
- un repérage rapide;
- des services de protection de l'enfant;
- des dossiers acheminés vers d'autres personnes-ressources;
- des services d'orientation;
- des services de counselling;
- des services pour les élèves ayant des besoins spéciaux;
- un traitement;
- une réhabilitation;
- un soutien post-traitement;
- une formation d'orientation et une formation sur place pour les professionnels de la santé et autres;
- une coordination active des programmes et des services.

Le **soutien social** inclut :

- les modèles de comportement positif chez le personnel de l'école et d'autres intervenants;
- le soutien des pairs;
- des politiques gouvernementales qui soutiennent la santé;

- l'implication des médias;
- une participation de la communauté;
- des programmes de mieux-être pour les employés;
- une politique de discipline appropriée à l'école;
- des pratiques de gestion scolaire efficaces;
- la participation active des élèves;
- une implication intensive des parents.

Le **milieu physique** inclut :

- des procédures et des règlements de sécurité;
- un assainissement des eaux;
- des normes d'hygiène;
- des normes de santé environnementale;
- des services d'alimentation-santé;
- une politique d'anti-tabagisme à l'école.

➤ Bâtir une collaboration

Le cours de Carrière et vie fait partie d'un cadre plus large de stratégies et d'activités qui soutiennent l'approche globale de la santé en milieu scolaire. Cependant, pour atteindre les objectifs généraux en matière de santé fixés pour les élèves, des liens doivent être établis entre le programme d'études et l'ensemble de la communauté.

Cela implique l'établissement de partenariats de collaboration entre les élèves, les parents, les éducateurs, les professionnels des soins de santé et d'autres membres de la communauté afin d'aborder les facteurs sociaux et environnementaux qui déterminent la santé optimale.

La collaboration entre l'école, les parents et la communauté, constitue un principe central de toute approche globale de la santé en milieu scolaire. La participation des parents demeure une composante essentielle, puisque la famille est au centre du développement des attitudes et des valeurs propres aux élèves. Les activités et les processus que contient le cours de Carrière et vie encouragent l'intérêt et l'implication de la famille dans l'apprentissage de l'élève. La communauté dans son ensemble joue un rôle complémentaire de soutien en renforçant les attitudes et les valeurs des élèves.

Des liens solides entre l'école, le conseil d'école, l'autorité régionale de santé et les différents organismes communautaires peuvent faciliter une planification coordonnée et les efforts communs visant à promouvoir le bien-être et l'apprentissage continu. Par ailleurs, des partenariats communautaires répondant aux besoins des élèves sont cruciaux. Le cours Carrière et vie encourage et favorise de telles collaborations.

L'approche globale de la santé à l'école reconnaît que l'école fait partie d'une communauté plus large et que l'apprentissage se fait à l'école,

certes, mais également en dehors du milieu scolaire. Du même souffle, cette approche souligne que la plupart des connaissances acquises font l'objet d'influences qui s'exercent à l'extérieur de l'école. Il en résulte que les chances que les élèves adoptent et maintiennent des comportements sains augmentent, lorsque des messages provenant de diverses sources sont cohérents.

Les enseignants responsables du cours Carrière et vie peuvent donner un élan à de nombreuses activités. Ils peuvent tout aussi bien trouver des liens avec d'autres programmes qu'entreprendre la mise en œuvre d'une approche globale de la santé en milieu scolaire dans la communauté. Ces enseignants se trouvent dans une position pour soutenir et promouvoir une telle approche.

Des innovations comme l'approche globale de la santé à l'école sont généralement défendues par des visionnaires, soit des professionnels de l'enseignement ou de la santé à l'intérieur du système, ainsi que par des parents informés ou des intervenants communautaires. Bien que ces visionnaires puissent provenir d'autres milieux que ceux de l'éducation et de la santé, le fait qu'ils en soient issus accroît les chances de succès de l'approche. Ces défenseurs ont en commun certaines qualités, comme avoir un objectif clair, de l'influence, une réceptivité aux nouvelles approches et une passion qui suscite l'intérêt et le soutien.⁴

L'avantage de promouvoir une approche globale de la santé à l'école avec les parents et tous les membres de la communauté tient au fait que les familles, l'école et la communauté travaillent ensemble pour répondre aux besoins spécifiques de l'école. L'approche pourrait être spécifique à une école, puisque les besoins, les problèmes et les préoccupations des élèves et de leurs familles varient d'une école à l'autre aussi bien que d'une communauté à l'autre.

⁴ Adapté de la source : David D. Chrislip et Carl E. Larson, *Collaborative Leadership: How Citizens and Civic Leaders Can Make a Difference* (San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers, 1994). Reproduit avec autorisation.

